

## Tervetuloa Liikuntaleikkikouluun!

Liikkarin kesän 2019 ryhmät harjoittelevat keskiviikkoisin Kuokkalassa Pohjanlammen koulun kentällä.

Harjoitukset alkavat 5.6.2019. Ryhmäjako lähetetään perheille ja julkaistaan nettisivuilla vkon 20 aikana.



### Mukaan Liikkariin:

- rennot, liikuntaan sopivat vaatteet, lenkkarit
- vesipullo
- hyvät käytöstavat ja reipas mieli

### Yhteiskerrat ja lasten omat kerrat:

Liikkarissa on joka kolmas kerta lapsen ja aikuisen yhteinen kerta. **Yhteiskerrat** on suunniteltu lapsen ja aikuisen yhteiseksi liikunnaksi, jossa myös aikuisella on oma rooli. Varustauduttehan te aikuisetkin siis liikkumiseen soveltuvalla varustuksella. Aikuisena voi lapsella mukana olla oma vanhempi/huoltaja tai esimerkiksi aikuisen roolin omaksuva isosisarus tai isovanhempi. **Lasten omien kertojen aikana** aikuisten paikka on harjoitusalueen ulkopuolella.

### Liikkarin kesäkauden ohjelma

vko 23	Lapsi-vanhempi yhteiskerta
vko 24	Lasten oma kerta
vko 25	Lasten oma kerta
vko 26	Lapsi-vanhempi yhteiskerta
vko 27	Lasten oma kerta
vko 28	Lasten oma kerta
vko 29	Lapsi-vanhempi yhteiskerta
vko 30	Lasten oma kerta
vko 31	Lasten oma kerta
vko 32	Lapsi-vanhempi yhteiskerta

**Mukavaa liikkarikesää kaikille osallistujille!**