

## TERVETULOA JKU:n LIIKUNTALEIKKIKOULUUN!



Liikuntaleikkikouluharjoitukset (Liikkarit) alkavat viikolla 39 (ma 21.9. alkavalla viikolla).

Syyskausi viikot 39-51 (taukoa vko 42), kevätkausi viikot 3-15 (taukoa vko 9).

**Ryhmäjaot sekä harjoituspaikat liitteenä.** Valitettavasti emme saaneet kaikille ilmoittautumisessa tarjolla olleille harjoituspaikoille ryhmiä täyteen. Näitä lapsia on laitettu toteutuviin ryhmiin joko Hipposhalliin tai Keljonkankaalle. Ilmoitattehan mahdolliset muutostoiveet pikimmiten.

Harjoitukset pidetään ryhmäjaoissa näkyvillä paikoilla. Olethan ajoissa paikalla, jotta ryhmä saadaan kokonaisuudessaan ajallaan alkuun. Keljonkankaalla ei myöhästyneitä enää voida päästää sisään, sillä ohjaajat eivät voi jäädä ovelle odottamaan.

**Ensimmäisellä kerralla kaikki Hipposhallin ryhmät kokoontuvat Hipposhallin pesäpallokentän puoleisen sisäänkäynnin (A5) aulassa.**

**Harjoitukset korona-aikana.** Toiminnassa vältetään kaikkea lähikontaktia ja näin ollen esimerkiksi hippaleikit ovat kiellettyjä. Kädet ja välineet desinfioidaan ennen ja jälkeen harjoitusten. Sairasta tai puolikuntoista lasta ei saa tuoda harjoitukseen!

**Varusteet:** Varusteiksi Liikkariin käyvät liikuntaan soveltuvat vaatteet sekä vesipullo. Nimikoikaa tavarat, erityisesti juomapullot! Tarkistattehan myös, että lapsi on käynyt vessassa ennen harjoitusten alkua.

**Yhteiskerrat ja lasten omat kerrat:** Liikkarissa on noin joka neljäs kerta lapsen ja aikuisen yhteinen kerta. Yhteiskerrat on suunniteltu lapsen ja aikuisen yhteiseksi liikunnaksi, jossa myös aikuisella on oma rooli. Varauduttehan te aikuisetkin siis liikkumiseen soveltuvalla varustuksella. Aikuisena voi lapsella mukana olla oma vanhempi / huoltaja tai esimerkiksi aikuisen roolin omaksuva isosisarus tai isovanhempi. Tilarajoitteen takia mukaan toimintaan mahtuu yksi aikuinen/lapsi. Lasten omien kertojen aikana aikuisten paikka on harjoitusalueen ulkopuolella.

**Maksu:** Liikkarin syyskauden maksu on 105€. Lasku lähetetään teille ilmoittautumisen yhteydessä antamaanne sähköpostiin viimeistään viikolla 41. Viikon 40 jälkeen ilmoittautuminen on sitova. HUOM! Laskun maksamatta jättäminen ei ole peruutus!

Syksyn osallistujat jatkavat automaattisesti kevätkaudelle, mutta ilmoittautumisen voi perua ennen syksyn viimeistä harjoituskertaa osoitteeseen [johanna@jku.fi](mailto:johanna@jku.fi).

Maksu sisältää:

- Liikkariharjoitukset
- Yleisurheilulisenssin (sisältää tapaturmavakuutuksen laskun eräpäivän jälkeen)
- Seuran jäsenmaksun
- Liikkaripaidan
- Kotitehtävävihon

**Liikkarin alustava syyskauden ohjelma:**

VKO 39	Lapsi-vanhempi yhteiskerta
VKO 40	Lasten oma kerta
VKO 41	Lasten oma kerta
VKO 42	EI HARJOITUKSIA
VKO 43	Lasten oma kerta
VKO 44	Lapsi-vanhempi yhteiskerta
VKO 45	Lasten oma kerta
VKO 46	Lasten oma kerta
VKO 47	Lasten oma kerta
VKO 48	Lapsi-vanhempi yhteiskerta
VKO 49	Lasten oma kerta
VKO 50	Lasten oma kerta
VKO 51	Lapsi-vanhempi yhteiskerta

Mahdollisista muutoksista Liikkarin aikatauluun ilmoitamme aina välittömästi niiden ilmaannuttua sähköpostitse.

**Lisätietoa:** Kaikki Liikuntaleikkikouluun liittyvät kysymykset voi lähettää osoitteeseen [johanna@jku.fi](mailto:johanna@jku.fi). Laskutukseen liittyvissä asioissa osoite on [toimisto@jku.fi](mailto:toimisto@jku.fi).

**Mukavaa Liikuntaleikkikoulukautta kaikille harrastajille!**

