

KYLÄYHDISTYKSEN TALKOOT

Kyläyhdistys järjestää talkoot koulun alueella lauantaina 5.9.2020 klo 10 alkaen. Ohjelmassa mm. aittakahvilan, koulun kentän ja piha-alueen kunnostusta. Tervetuloa mukaan!

HÖNTSYPELIT

Kesän viimeiset höntsy-pelit pelataan koulun kentällä sunnuntaina 30.8.2020 klo 18. Samalla vietetään höntsy-pelikauden päätöstä mm. makkaranpaiston merkeissä. Tervetuloa mukaan!

SENIORIKERHO JA LASTEN LEIKKITREFFIT

Koronatilanteesta johtuen seniorikerhoa ja lasten leikkitreffit ei toistaiseksi järjestetä. Ilmoitteleme myöhemmin, kun nämä pääsevät alkamaan uudelleen.

SYKSYN HARRASTUSRYHMÄT KYLÄLLÄ

Kyläyhdistyksen ryhmät

Lasten liikunta (noin 1-4 vuotiaille)

Ryhmä kokoontuu maanantaisin klo 17.50-18.30.

Jumppassa harjoitellaan liikumistaitoja, kuten juokseminen, hyppääminen, kiipeäminen, tasapainotaitoja ja välineen käsittelyä. Jumppa sisältää erilaisia liikunta- ja musiikkileikkejä sekä tempurajoja. Jumppa kehittää mm. lapsen liikumistaitoja, tasapainoa, rohkeutta ja luovuutta. Lapsella tulee olla tunnilla mukana oma aikuinen mukana. Päälle joustavat vaatteet ja jumppatossut sekä mukaan juomapullo.

Ohjaajana fysioterapeutti Hanna-Kaisa Hakala, jolla on kokemusta pienten lasten liikunnan ohjaamisesta mm. Lempäälän Pandoissa ja Liikuntaparkissa.

Syyskauden hinta 75€/12 kertaa. Maksaa voit käteisellä / liikuntaseteleillä tms (koska aikuinen mukana tunnilla) / laskulla (ei tule laskutuslisää). Kokoontumiskerrat maanantaisin 7.9. – 30.11.2020 paitsi ei 12.10., jolloin syysloma.

Junioripilates

Ryhmä kokoontuu maanantaisin klo 17.00-17.40.

Junioripilates on kouluikäisille lapsille suunnattu pilatekseen pohjautuva kehonhuoltotunti. Pilatesharjoittelu vahvistaa ja notkistaa lihaksia, kohentaa ryhtiä, parantaa kehonhahmotusta ja -hallintaa, rentouttaa ja rauhoittaa.

Junioripilates-tunti aloitetaan leikinomaisella alkulämmittelyllä, jonka jälkeen tehdään monipuolisia pilatesharjoituksia. Harjoituksia tehdään mm. erilaisia mielikuvia ja välineitä hyödyntäen. Tunti lopetetaan lyhyeen rentoutusharjoitukseen.

Junioripilates on hyvä harrastus kaikille lapsille. Soveltuu erinomaisesti oheistreeniksi palloilijoille, voimistelijoille, ratsastajille yms. Tunnille osallistuminen ei vaadi aikaisempaa kokemusta pilateksesta tai muusta liikuntaharrastuksesta.

10.8.2020

Lastusten Kyläyhdistys tiedottaa!



Oma jumppa-alusta mukaan ja joustavat vaatteet päälle!

Ohjaajana fysioterapeutti, PhysioPilatesohjaaja Hanna-Kaisa Hakala.

Syyskauden hinta 75€/12 kertaa. Maksaa voit käteisellä / laskulla (ei tule laskutuslisää). Kokoontumiskerrat maanantaisin 7.9. – 30.11.2020 paitsi ei 12.10., jolloin syysloma.

PhysioPilates aikuiset (Ryhmä on täynnä)

Ryhmä kokoontuu maanantaisin klo 18.40-19.40.

Ilmoittautumiset ja lisätiedot kyläyhdistyksen ryhmiin: annee(ät)matintupa.fi, 0401544011 / Annele.

Pirkan opiston ryhmät

Tenavajumppa 5-7 vuotiaille (Pirkan Opisto)

Ryhmä kokoontuu keskiviikkoisin klo 18.30 – 19.15.

Tenavajumppassa pelataan ja leikitään liikuntaleikkejä, rakennellaan tempurajoja ja opitaan motorisia taitoja. Liikkumisen ilo ja onnistumisen kokemukset siivittävät tunteja. Jalkaan sisätossut tai jarrusukat (Huom. ei sisäpelikenkiä). Vuosina 2013–2015 syntyneille lapsille. Opettajana toimii Jaana Uusi-Kokko.

Syyslukukausi: 9.9.2020 – 2.12.2020

Kevätlukukausi: 13.1.2021 – 14.4.2021

Voimaa ja vetreyttä niskaan ja selkään (Pirkan Opisto)

Ryhmä kokoontuu keskiviikkoisin klo 19.15 -20.30.

Kehonhuoltoa ja lihaskuntojumppaa niskan ja selän terveyttä edistämään. Vahvistetaan selän terveyttä tukevia lihaksia: alaraajoja ja keskivartaloa sekä hartiasseutua. Tunti sisältää alkulämmittelyn, lihahuolto-osuuden ja loppuvenyttelyn. Tuntien teemat vaihtelevat ja osalla tunneista käytetään välineitä. Mukaan jumppamatto, joustavat vaatteet ja juomapullo. Opettajana toimii Jaana Uusi-Kokko.

Syyslukukausi: 9.9.2020 – 2.12.2020

Kevätlukukausi: 13.1.2021 – 14.4.2021

Lisätiedot & ilmoittautumiset: www.pirkanopisto.fi



Lastusten kyläyhdistys



www.lastunen.net



kylayhdistys@lastunen.net