



Alle kouluikäisille lapsille suositellaan vähintään kaksi tuntia reipasta liikkumista joka päivä. Päivittäinen arkiliikkuminen yhdessä perheen kanssa on pienelle lapselle tärkein liikkumisen muoto. Sen lisäksi monipuolinen liikuntaharrastus tukee lapsen kehitystä ja sytyttää parhaimmillaan läpi elämän kantavan liikkumisen kipinän. Liikuntaleikkikoulut eri puolilla Suomea tarjoavat lapsille ja vanhemmille monipuolisen liikkumisen paikan sekä virikkeitä yhdessä liikkumiseen ja liikkuvan elämäntavan juurruttamiseen.

Liikuntaleikkikoulussa opitaan perusliikuntataidot

Nuoren Suomen Liikuntaleikkikoulu on 3–6-vuotiaiden lasten monipuolisen liikunnan ohjelma, jossa liikkumisen ilo yhdistyy tärkeiden liikunnallisten perustaitojen harjaannuttamiseen. Liikuntaleikkikoulussa opitaan kehon hallintaa, perusliikkeitä ja yhdessäoloa sekä koetaan oivaltamisen ja onnistumisen elämyksiä. Liikuntaleikkikouluohjaajat ovat koulutettuja aikuisia. Tuntien sisältö on suunniteltu lapsen liikunnallisen kehityksen pohjalta yhdessä asiantuntijoiden kanssa.

Koko perheelle – aikuiset liikkeelle

Vanhempien tuella on keskeinen merkitys lapsen liikuntainnostuksen vauhdittajana. Liikuntaleikkikoulujen tavoitteena onkin tukea perheen yhteistä liikuntaa. Kerran kuussa järjestettävillä perheliikuntatunneilla vanhemmat pääsevät mukaan liikkumaan ja kannustamaan lasta. Yhteistunnit ja hauskat kotitehtävät tarjoavat vanhemmille runsaasti vinkkejä yhdessä liikkumiseen myös kotona. Toukokuussa järjestetään koko perheen leikkimielinen yleisurheilun 3-ottelu Paavo Nurmen stadionilla. Tarkka ajankohta ilmoitetaan myöhemmin.

Turun ammattikorkeakoulun liikuntasali - Ruiskatu 8, 20720 Turku (Petrelius)
sunnuntaisin 10.1. - 16.5.2010 (ohjausta ei järjestetä 21.2., 28.2., 4.4. ja 9.5.)

klo 12.00 - 12.45
klo 13.00 - 14.00

3-4 -vuotiaat tytöt ja pojat (synt. 2006 ja 2005)
5-6 -vuotiaat tytöt ja pojat (synt. 2004 ja 2003)

Liikuntaleikkikoulun hinta on 85€/kausi, sisältäen 15 harjoituskertaa, koulutetut ohjaajat, kotitehtävä-materiaalin, vakuutuksen lapselle sekä toukokuussa järjestettävä koko perheen yleisurheilukerta.

Lisätiedot ja ilmoittautumiset

Lisätietoja antaa ryhmien ohjaaja Taru Uusitalo, puh 040 5688 774.

Ilmoittautumiset osoitteeseen taru@pilatesturku.com – kerro viestissä lapsen nimi, syntymävuosi, postiosoite sekä lasta kuljettavien vanhempien/aikuisten nimet, puhelinnumerot ja sähköpostiosoitteet.

Lisätietoja Liikuntaleikkikoulusta Nuori Suomi ry, Nina Korhonen, puh. (09) 3481 2011
www.nuorisuomi.fi/liikuntaleikkikoulu