

NTL LUISTELUKOULU / SYKSY 2024									
Luistelukouluharjoitukset keskiviikkoisin klo 17.20-18.00 ja lauantaisin klo 10.40-11.20									
Huom! NTL pidättää oikeuden kaikkiin aikataulumuutoksiin									
PVM.	Vko 35 / ke 28.8	Vko 36 / ke 4.9. ja la 7.9.	Vko 37 / ke 11.9. ja la 14.9	Vko 38 / ke 18.9. ja la 21.9.	Vko 39 / ke 25.9. ja la 28.9.	Vko 40 / ke 2.10. ja la 5.10.	Vko 41 / ke 9.10. ja la 12.10	Vko 42	
TEEMA	TERVETULOA JÄÄLLE	METSÄN ELÄIMET	SIRKUS	VIDAKOSEIKKAILU	PEHMOLELULUISTELU	SYYSRETKI	MUSIIKKIA JA LEIKKEJÄ	SYYSLOMA 16.10.-22.10.	
HUOM!	Syyskauden ensimmäinen harjoituskerta.			Muistuta: pehmolelu mukaa ensi viikolla!	OTA OMA PEHMOLELU MUKAAN HARJOITUKSIINI! LA 28.9 SEURAPÄIVÄ			EI HARJOITUKSIA!	
PAINOPISTE	Liikkeelle lähtö, nouseminen	Liikkeelle lähtö, nouseminen	Luistelupotkun alkeet	Pysähtyminen	Tasot	Opittujen asioiden kertaus	Pyöräminen		
SISÄLTÖ	Jäähän tutustuminen Omilla luistimilla seisominen Jäästä nouseminen Esineen poimiminen Luistimet irti jäältä	Eläimelliset tavat liikkua Mielikuvituksen käyttö Pisteharjoittelu Temppurata Jäästä nouseminen	Sirkuseläimet Tasapainoilua Luistelupotkun alkeet Pujottelua	Viidakon eläimet Aurajarrutus ja puoliaura Piparit	Luistelua pehmon kanssa Liikkuminen eri tasoissa Käsien käyttö luistelun aikana Lelun nostaminen maasta	Erlaisia tapoja yhdistellä opittuja asioita	Musiikkiluistelua Erlaisia leikkejä Pyöräminen Piruetin alkeet		
PVM.	Vko 43 / ke 23.10. ja la 26.10.	Vko 44 / ke 30.10. ja la 2.11.	Vko 45 / ke 6.11. ja la 9.11.	Vko 46 / ke 13.11. ja la 16.11.	Vko 47 / ke 20.11. ja la 23.11.	Vko 48 / ke 27.11. ja la 30.11.	Vko 49 / 4.12 ja la 7.12.	Vko 50 / ke 11.12. ja la 14.12.	Vko 51
TEEMA	MERENALAINEN MAAILMA	HALLOWEEN -naamiaiset	AVARUUSSEIKKAILU	ISÄNPÄIVÄLUISTELU	URHEILU	LELUPAJA	TALVEN IHMEMAA	TONTTUPOLKU	JOULUNÄYTÖS
HUOM!		Halloween naamiaisissa pukeutuminen vapaaehtoisista	LA 9.11 PERUTTU NTL-KILPAILUIDEN TAKIA	ISÄ TAI MUU TÄRKEÄ AIKUINEN MUKAAN LUISTELUKOULUUN					Joulunäytös 17.12.2024 SYYSKAUSI PÄÄTTY JOULUNÄYTÖKSEEN
PAINOPISTE	Takaperin luistelu	Temppurata	Vauhti	Parin kanssa luistelu	Hyppääminen	Yhden jalan tasapaino	Kaaret	Temppurata	
SISÄLTÖ	Meriseikkailu Liikkuminen takaperin Kääntyminen kahdella jalalla	Halloween temalla kertausta Musikkiluistelua Temppurata	Vauhdin säätely Liukuminen ja liuut Tasoissa liikkuminen Vastakohtat	Luistelu aikuisen kanssa Paritehtävät Pisteharjoittelu	Urheilulajien tavoin liikkuminen Hiihto, laskettelu, mäkihyppy.. Heittäminen koriin/renkaan läpi Käsien käyttö Pallon kuljetus luistimilla	Joulunäytösharjoittelua	Joulunäytösharjoittelua Talviteemaiset harjoitteet Kaariluistelun alkeet Pujottelu isoilla linjoilla	Joulunäytösharjoittelua Tonttupolku -temppurata Kertausta	
Lisätietoja ja yhteydenotot:									
Soila Backman, NTL Toiminnanjohtaja									
ntl.harrastevastaava@gmail.com									
Puh. 040 159 9089									