

LIKUNNAN KURSSIOHJELMA 2022-2023

LAPSET JA NUORET

210280so Lasten satubaletti II, Tenetti

Tenetin koulu, liikuntasali, Opintie 2 Galina Ermakova

21.9.–7.12.2022, 11.1.–28.4.2023 Ke 17.15–18.00

60,00 €

Kurssi on viime vuoden satubaletti I ja on tarkoitettu 4-5 - vuotiaille. Tunnilla liikutaan balettimusiikin tahtiin, pyritään hyvään ryhtiin, hyviin ojennuksiin sekä ilmaisuun. Kurssilla opitaan leikinomaisesti baletin perusteet, asennot, askeleet ja positin. Pallo mukaan kurssille. Ryhmä osallistuu esityksiin mahdollisuuksien mukaan.

210281so Lasten satubaletti III, Tenetti

Tenetin koulu, liikuntasali, Opintie 2 Galina Ermakova

23.9.–9.12.2022, 11.1.–26.4.2023 Pe 17.40–18.50

60,00 €

Kurssi on viime vuoden satubaletti II. Tunnilla liikutaan balettimusiikin tahtiin, pyritään hyvään ryhtiin, hyviin ojennuksiin sekä ilmaisuun. Lihaksia vahvistetaan leikinomaisesti erilaisia välineitä käyttäen. Pallo ja hyppynarut mukaan kurssille. Ryhmä osallistuu esityksiin mahdollisuuksien mukaan.

210283so Aikuisten ja nuorten baletti, Tenetti

Tenetin koulu, liikuntasali, Opintie 2 Galina Ermakova

19.9.–12.12.2022, 9.1.–24.4.2023 Ma 18.10–19.40

60,00 €

Kurssi on tarkoitettu niille, joille klassinen baletti on tuttu. Opiskellaan oikeat balettiliikkeet varvasteoppiin saakka. Tarkoitus on tehdä pieni esitys syys- ja kevätlukukausien lopussa. Aikuiset pojatkin ovat tervetulleita. Lihaskuntoa vahvistetaan erikoisharjoituksilla.

210289so Baletin erikoisryhmä A, TPO, Tenetti

Tenetin koulu, liikuntasali, Opintie 2 Galina Ermakova

12.8.–16.12.2022, 13.1.–12.5.2023 Pe 16.00–17.30

84,00 €

Tämä kurssi on tarkoitettu kaikille aikaisemmin balettia harrastaneille ja opetus etenee taiteen perusopetuksen opetussuunnitelman mukaan. Varusteina mukaan kärkeä, pehmusteinen ja vartalonmyötäinen harjoituspuu.

210290so Baletin erikoisryhmä B, TPO, Tenetti

Tenetin koulu, liikuntasali, Opintie 2 Galina Ermakova

9.8.–13.12.2022, 13.1.–9.5.2023 Ti 15.20–16.50

84,00 €

Tämä kurssi on tarkoitettu kaikille aikaisemmin balettia harrastaneille ja opetus etenee

taiteen perusopetuksen opetussuunnitelman mukaan. Varusteina mukaan kärkitossut pehmusteiseen ja vartalonmyötäinen harjoituspuku.

210803so Liikuntaleikkikerho 4-5-vuotiaille, Sotkamo, UUSI

Tiilikankaan päiväkot, sali, Tiilikankaantie 1 Siren Emilia

20.9.–13.12.2022 Ti 18.00–18.45

30,00 €

Liikuntaleikkikerho eli LIKE-kerho on nimensä mukaisesti liikunnallista leikinomaista tekemistä yhdessä ryhmän kanssa. Koulutetun ohjaajan turvallisessa ohjauksessa lapsi saa rauhassa kehittää omia motorisia taitojaan. LIKE -kerho on tarkoitettu 4-5 vuotiaille lapsille. Ryhmään mahtuu max. 12 lasta.

210804so Liikuntaleikkikerho 4-5-vuotiaille, Vuokatti, UUSI

Vuokatin urheilutalo, sali 1, Käpykuja 17 Emilia Siren

21.9.–7.12.2022 Ke 18.00–18.45

30,00 €

Sama kuin kurssilla 210803so.

210227so Vauvauinti 1, alle 1-vuotiaat, UUSI

Katinkulta, Katinkullantie 15 Outi Hyppölä, Anu Sankilampi

3.9.–1.10.2022 La 9.00–9.30

40,00 €

Vauvauinti on perheen yhteinen, lapsen ehdoilla tapahtuva aktiivinen leikkihetki lämpimässä vedessä koulutetun ohjaajan turvallisessa ohjauksessa. Vauvauinnin tavoitteena on tutustuttaa lapsi veteen. Toiminnan sisällöt suunnitellaan aina lapsilähtöisesti kehitykselliset ja yksilölliset lähtökohdat huomioiden. Vauvan kanssa altaaseen voivat tulla molemmat vanhemmat. Kurssiin kuuluu yhteensä 5 ohjattua opetuskertaa.

210228so Vauvauinti 2, 1-2-vuotiaat, UUSI

Katinkulta, Katinkullantie 15 Outi Hyppölä, Anu Sankilampi

3.9.–1.10.2022 La 9.30–10.00

40,00 €

Sama kuin kurssilla 210227so.