

LEIRIKIRJE

Tervetuloa Lahden Taitoluistelijoiden järjestämille lasten Liikuntaleireille.

Leiriviikoista toteutuu viikot 24 ja 25. Molemmilla leiriviikoilla on vielä tilaa, joten viime hetken ilmoittautumisia otetaan vastaan, jos teillä on lähipiirissä 4-10 vuotiaita lapsia leiriä voi mainostaa edelleen eteenpäin. Ja mikäli lapsi innostuu ensimmäisellä viikolla jatkamaan toiselle viikolle, niin on se mahdollista.

Tässä leirikirjeessä on kaikki tärkeimmät asiat, jotka teidän tulee huomioida ennen leiriä.

Lapsilla tulee olla seuraavat asiat mukana leiripäivinä:

- Sään mukainen liikuntavaatetus! esim. Leiripaita, verkkarit / shortsit, pitkähihainen paita, takki
- Vaihtovaatteet (voi säilyttää leiriviikon ajan pukuhuoneessa)
- Hyvät kengät liikkumiseen/ lenkkarit
- Lippis / huivi
- Juomapullo
- Pieni reppu/jumppapussi, jossa kulkeutuu esim. juomapullo mukana
- Uimapuku ja pyyhe uintipäivänä
- Mahdolliset lääkkeet, ilmoita näistä ohjaajalle
- Jos lapsella on kännykkä mukana, sitä tulee säilyttää omassa kassissa ja omalla vastuulla.



Liikumme leiriviikon aikana urheilukeskuksen ja radiomäen ympäristössä. Toiminta sisältää monipuolista liikuntaa eri liikuntapaikkoja hyödyntäen. Leiri etenee viikko-ohjelman mukaisesti päivittäin. Kovalla sateella siirrymme sisätiloihin Isku Areenalle, mutta pieni sade ei meitä haittaa, joten varautukaa sään mukaisella vaatetuksella.

Uintipäivä on kerran leiri viikon aikana, uinti on keskiviikkoisin, mikäli sää sen sallii. Ilmoitamme muutoksista.

Leiripäivän kulku:

Jokainen leiripäivä alkaa Isku Areenalla (pukukoppi), johon kokoonnumme viimeistään kello 9.00. Lapsi voi tulla tarvittaessa Iskulle aamukerhoon klo 8.00 alkaen, klo 8-9 on lapsille pientä tekemistä ohjaajan läsnä ollessa. Leiripäivän ohjelma tapahtuu klo 9.00-15.00, tarkempi aikataulu on ohessa. Leiripäivän päättyessä palaamme Isku Areenalle, josta lapset haetaan. Iltapäiväkerho toimii aamukerhon tavoin Isku Areenalla klo 15-16. Lapset tulee hakea klo 16.00 mennessä!

Aurinkoisin terveisin Katrin, Lumi, Oona ja Emily

LIIKUNTALEIRIT 2019
VIIKKO-OHJELMA VKO 24

	MAANANTAI	TIISTAI	KESKIVIIKKO	TORSTAI	PERJANTAI
KLO 8-9	Aamukerho	Aamukerho	Aamukerho	Aamukerho	Aamukerho
KLO 9-11	Salppuri/sisäliikunta	Salppuri/sisäliikunta	Salppuri/sisäliikunta	Salppuri/sisäliikunta	Salppuri/sisäliikunta
KLO 11-12	Ruokailu	Ruokailu	Ruokailu	Ruokailu	Ruokailu
KLO 12-13.30	Urheilukeskuksen metsä	Fellmaninpuisto	Uinti säävaraus	Radiomäen metsä	leiriolympialaiset
KLO 13.30 -14	välipala	välipala	välipala	välipala	välipala
KLO 14-15	hippaleikit	Liikkumistapaleikit	Uinti säävaraus	leikkipaikka	toiveleikit
KLO 15-16	iltapäiväkerho	iltapäiväkerho	iltapäiväkerho	iltapäiväkerho	iltapäiväkerho

VIIKKO-OHJELMA VKO 25

	MAANANTAI	TIISTAI	KESKIVIIKKO	TORSTAI
KLO 8-9	Aamukerho	Aamukerho	Aamukerho	Aamukerho
KLO 9-11	Salppuri/sisäliikunta	Salppuri/sisäliikunta	Salppuri/sisäliikunta	Salppuri/sisäliikunta
KLO 11-12	Ruokailu	Ruokailu	Ruokailu	Ruokailu
KLO 12-13.30	Urheilukeskuksen metsä	Fellmaninpuisto	Uinti säävaraus	Radiomäen metsä
KLO 13.30 -14	välipala	välipala	välipala	välipala
KLO 14-15	hippaleikit	Liikkumistapaleikit	Uinti	leikkipaikka toiveleikit
KLO 15-16	iltapäiväkerho	iltapäiväkerho	iltapäiväkerho	iltapäiväkerho