

PERHEVOIMISTELU

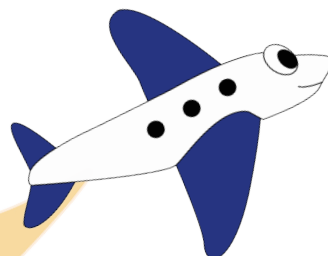
Tavoitteet:

- ryhmässä toimiminen ja tutustuminen
- innostuksen herättäminen
- monipuolisesti erilaisten perusliikkeiden harjoittelu

Syksy



Lennetään lentokoneilla ja harjoitellaan kuperkeikka alastuloa olkapäältä alas.



Rakennetaan lattialle lentokoneita suorille tai taitetuille jaloille.



Rakennetaan raketteja ja lennetään ilmaan asti!



Ajetaan autoilla, busseilla, junilla ja laivoilla ympäri salia. Lisäksi voidaan ryömiä metrona tunnelien ali tai marssia metsään.