

# KOULULAISTEN LUISTELUKOULU KEVÄT 2023

**VARALA-TIIMI TESOMAN JÄÄHALLISSA 2 SU 17.30-18.15**

**VKO 2 LIUKUEN JÄÄLLÄ ETEEN- JA TAAKSEPÄIN, PUJOTELLEN JA PAINONSIIRTOJA**

**VKO 3 TEMPPURATA**

**VKO 4 SIRKLAUSTA, KAARIA, KOLMOSIA, VALSSIHYPPI, 1S, USp**

**VKO 5 LEIKKEJÄ JA ERILAISTEN TASOJEN KÄYTTÖÄ LIUKUJEN AVULLA, 1T, USp**

**VKO 6 SIRKLAUSTA, CROSS ROLL, KANTAKÄÄNNÖS, 1Lo, SSp**

**VKO 7 HUIVILUISTELU, MAKKAROITA, LIUKUJA JA PYÖRIMISTÄ**  
+tähtidiplomisuorituksia

**VKO 8 LEIKIT + LEPOISAA KISAILUA, KÄÄNNÖKSIÄ JA PIIKKIASKELEITA**  
+tähtidiplomisuorituksia

**VKO 9 RATA MISSÄ HYPITÄÄN, POMPITAAN, PYÖRITÄÄN JA LUISTELLAAN, ½ F, CSp +NÄYTÖSHARJOITUSTA**

**VKO 10 YHDELLÄ JALALLA LIUKUMISTA JA ASKELEITA, ½ Lz, ½ F, CoSp**  
+NÄYTÖSHARJOITUSTA +tähtidiplomisuorituksia

**VKO 11 OMALLA NAAMIAISASULLA/SATUHAHMOASULLA LUISTELUA, KÄÄNNÖKSIÄ JA PIRUETTEJA +NÄYTÖSHARJOITUSTA**

**VKO 12 EI LUISTELUA TURNAUKSEN VUOKSI, MUTTA NÄYTÖSHARJOITUKSET ILMOITETAAN LÄHEMPÄNÄ MISSÄ JA MILLOIN!**

**MA 27.3 KEVÄTNÄYTÖS HAKA 1 JÄÄHALLISSA, TARKEMMAT TIEDOT LÄHEMPÄNÄ!**

