

# HARRASTERYHMÄ SYKSY 2024, VARALA-TIIMI

**SU 17.30-18.15 TESOMA 2, 1.9-24.11.2024**

**SU 1.9** perusluistelua, jarrutuksia, kaaria ep, painonsiirtoja, makkaroita, liukuja, kahden jalan piruetti/piruetteja, kaarihyppyjä

**SU 8.9** perusluistelua, kaaria tp, piruetteja, varsa-/laukkaohyppyjä, kantakäännös, piikkihyppyjä

**SU 15.9** sirklauksia, cross roll ep+tp, hyppyjä, kaarihyppyjä, liukuja, USp

**SU 22.9** valssikolmonen, kolmosia, piikkiaskeleita, kantakäännös, USp, piikkihyppyjä, liukuja

**SU 29.9** kaarenvaihtoja, idioottikolmosia, omena, oiler, kaarihyppyjä, SSp

**SU 6.10** sirklausta ep+tp, mohawk, rittikolm., SSp, piikkihyppyjä, liukuja

**SU 13.10 EI LUISTELUA!**

**SU 20.10** kolmosia, cross rollit, rittikolm., rittipir., kaarihyppyjä, CSp

**SU 27.10 EI LUISTELUA!**

**SU 3.11** piikkiaskeleita, saksihyppy, kaksoiskolmosia ep, piikkihyppyjä, CSp, liukuja

**SU 10.11** yhden jalan mutkittelu, kaksoiskolmosia tp, kaarihyppy, CoSp

**SU 17.11** sirklausta, käännöksiä, piikkihyppy, CoSp, liukuja

**SU 24.11** kertausta kauden opituista asioista + toiveiden tunti

