

LUISTELUKOULU SYKSY 2024, VARALA-TIIMI

LA 11.00-11.45 HAKAMETSÄ 3, 7.9.-14.12.2024

- LA 7.9** TUTUSTUMINEN JÄÄHÄN, perusluistelua, kaadun ja nousen ylös, jarrutuksia
- LA 14.9** TEMPPURATA, pujottelua, alas ylös menoja, hernepussin/pallojen heittoa ja hyppääminen
- LA 21.9** KAHDEN JALAN LIUÛT, KAARTELUT JA YMPÄRIMENOT
- LA 28.9** **KAVERILUISTELUPÄIVÄ**, TEMPPURATA + LEIKKIVARJO, erilaisten tasojen käyttöä
- LA 5.10** **PEHMOLELU, TUO OMA PEHMOLELUSI MUKAAN LUISTELEMAAN!** temppurata, piikkien käyttöä
- LA 12.10** **EI LUISTELUA!**
- LA 19.10** HUIVILUISTELU, liuùtaan, pyöritään ja taaksepäin luistellaan
- LA 26.10** LEIKIT + LEPPAISAA KISAILUA, käännöksiä,kaaria ja hyppääminen
- LA 2.11** NOPAN HEITTOA, HYPITÄÄN JA POMPITAAN, PYÖRITÄÄN JA LUISTELLAAN, tähtidiplomisuorituksia
- LA 9.11** **NAAMIAISET** TEMPPURATA + LEIKKIVARJO, yhdellä jalalla liukumista saa pukeutua haluttuun naamiaisasuun!
- LA 16.11** TAAKSEPÄIN LUISTELUA, PIRUETTEJA + tähtidiplomisuorituksia
- LA 23.11** KÄÄNTYMINEN, SIRKLAUSTA + tähtidiplomisuorituksia
- LA 30.11** **EI LUISTELUA!**
- LA 7.12** KERTAUSTA KAUDEN OPITUISTA TAIDOISTA + tähtidiplomisuorituksia
- LA 14.12** KERTAUSTA KAUDEN OPITUISTA TAIDOISTA + tähtidiplomisuorituksia

