

Joukkuevoimistelun kutsuleirit 1 ja 2 Urheiluopisto Kisakeskuksessa

Leirille voivat hakea TUL:n mestaruuskilpailuissa, Kotkassa 26-27.5.2018 seuraavasti sijoittuneet joukkueet:
10-12 v. sarjan kategoriat 1-5
12-14 v. mestaruussarjan finaaliin sijoittuneet
12-14 v. kilpasarjan finaaliin sijoittuneet

Leirille voivat hakea myös muihin kilpailuihin osallistuneet joukkueet em. sijoitusten mukaan.
Vapamuotoiset hakemukset 15.6. 2018 mennessä osoitteella [aira.ikonen\(ät\) tul.fi](mailto:aira.ikonen@tul.fi)

Voimistelu- ja tanssijaoston joukkuevoimistelun työryhmä valitsee leirille 6-8 joukkuetta hakemusten perusteella.
Leiriohjelmaan sisältyy yhteistunteja taitavien liikunta-alan kouluttajien ohjauksessa.

Vapaita leiripaikkoja voivat tiedustella ja hakea myös muihin kategorioihin sijoittuneet kesäkuun loppuun mennessä.

Valmentajille omia teematunteja leiripäivien aikana.

Kutsuleiri osa 1 2. – 3.8.2018 (to-pe)

Elokuun leiriviikonlopun aikana käydään läpi joukkuevoimisteluohjelman taito-osia yhdistettynä välinetekniikkaan, liikesarjoja ja yhdistelmiä joukkuevoimistelukilpailujen sääntöjen vaatimusten mukaisesti. Kehitetään liikkuvuutta ja vahvistetaan voimistelijoiden fyysisiä ominaisuuksia, jalka ja hyppytekniikkaa. Joukkueille on omia tuomaritunteja.
Leirin muita teemoja ovat myös akrobatia, tanssi, liikeilmaisu ja baletin mahdollisuudet ja hyödyntäminen joukkuevoimistelussa.

Leiri alkaa torstaina 2.8. klo 10 ja päättyy perjantaina 4.8. klo 16. Opistolle voi majoittua erillistä korvausta vastaan jo leiriä edeltävänä päivänä.

Kutsuleiri osa 2 12. – 13.1.2019 (la-su)

Tammikuun leirillä jatkamme elokuun teemoja ilmaisu ja vartalotekniikkaa, kehitämme liikkuvuutta ja vahvistamme tanssin ja baletin keinoin voimistelijoiden harjoitusten monipuolisuutta. Leirillä joukkueille on enemmän tuomaritunteja, jolloin pyrimme tuomaan ideoita joukkueen koreografioihin ja hiemme oikeaa suoritustekniikkaa.

Valmentajille omia teematunteja leiripäivien aikana.

Leiri alkaa lauantaina 12.1. klo 10 ja päättyy sunnuntaina 13.1. klo16. Opistolle voi majoittua erillistä korvausta vastaan jo leiriä edeltävänä päivänä.

Tammikuun leiriviikonloppu on nimetty TUL 100 vuotisjuhlaleiriksi ja kerromme lisää tulevasta juhlavuodesta ja juhlavuoden tapahtumista!

Leirin pääohjaajina ja koordinaattorina toimivat joukkuevoimistelun, akrobatian ja tanssin ja valmennuksen asiantuntijat

Leirin hinta TUL jäseneurojen voimistelijoilta 94 euroa/vrk ja valmentajilta 105/vrk euroa.

Molemmille leireille haetaan samalla kertaa, ja joukkueiden toivotaan osallistuvan molemmille leireille. Etusija on joukkueilla, joilla on mahdollisuus osallistua molemmille leireille. Tammikuun leirin mahdolliset peruutukset on ilmoitettava viimeistään 30.10.2018.

Tervetuloa valmentautumaan Kisakeskukseen!

TUL:n voimistelu- ja tanssijaosto