

# -LASTEN JA NUORTEN KESÄLIIKUNTA 2024-

## Hämeenkoski

### Viikko 23

#### **Maanantai 3.6.**

klo 16.00–17.30 Olympialaiset,  
Hämeenkosken koulun piha

#### **Perjantai 7.6.**

klo 11.00–11.45 Pihapelit,  
Hämeenkosken koulun piha

klo 12.15–13.00 Vesipeuhu,  
Valkjärven uimaranta

### Viikko 24

#### **Tiistai 11.6.**

klo 13.45–14.30 Musiikkiliikunta,  
Hämeenkosken koulun piha

#### **Keskiviikko 12.6.**

klo 10.00–11.30 Pihaleikit / palloilu,  
Hämeenkosken koulun piha

### Viikko 25

-



### Viikko 26

#### **Maanantai 24.6.**

Hämeenkosken retki Pessan laavulle  
Tervetuloa vauvasta vaariin.  
Makkaranpaisto n. klo 13.30  
Pessan laavulla ja pientä ohjelmaa. Laavulle saa tulla suoraan.  
Innokkaille yhteislähtö laavun vastapäiseltä Valkin uimarannalta klo 13.00.  
Järjestäjän puolesta makkaraa ja mehua.

#### **Tiistai 25.6.**

klo 12.30–13.15 Vesipeuhu,  
Valkjärven uimaranta

#### **Keskiviikko 26.6.**

klo 14.15–15.00 Pihapelit,  
Hämeenkosken koulun piha

#### **Lisätiedot toiminnoista:**

**Oona Lehtinen p. 044 7801268 /**

**oona.lehtinen@hollola.fi**



Hauskaa liikunnallista tekemistä ympäri Hollolaa! Mukaan tarvitset vain säänmukaisen liikunnallisen varustuksen ja juomapullon.

Pihaleikkien ja -pelien ideana on saada lapset liikkumaan perinteisten sekä uusien pelien ja leikkien muodossa ohjaajien opastuksella. Mielikuvitus on vain rajana ja lasten toiveita otetaan huomioon.

Olympialaiset ovat koko perheen liikunnallinen tapahtuma, jossa kisaillaan ja kokeillaan eri lajeja.

Vesipeuhussa leikitään vedessä ja harjoitellaan alkeisuintia leikkien ja harjoitteiden kautta. Taitavammille uimareille myös tekniikkavinkkejä. Vesitaidottomat oman aikuisen kanssa uiskentelemaan.

(Vesitaito = uimari liikkuu luontevasti ja pelkäämättä sekä veden pinnalla että pinnan alla apuvälineellä tai ilman.)

Kaikki toiminnot ovat maksuttomia, eivätkä vaadi ilmoittautumista. Toiminnot ovat suunnattu kaikille peruskouluikäisille lapsille ja nuorille, jotka ovat innostuneita yhteiseen tekemiseen liikunnan parissa. Nuoremmat lapset ovat tervetulleita isompien sisarusten / aikuisen seurassa.