

# -LASTEN JA NUORTEN KESÄLIIKUNTA 2024-

## Herrala ja Nostava

### Viikko 23

#### Keskiviikko 5.6.

klo 12.00-12.45 Pihapelit,  
Herralan koulun piha

klo 13.00-13.45 Metsäleikit,  
Herralan pururata

#### Torstai 6.6.

klo 12.30-13.15 Pihapelit,  
Nostavan koulun piha

### Viikko 24

#### Torstai 13.6.

klo 10.00-10.45 Pihaleikit / palloilu,  
Herralan koulun piha

klo 11.15-12.00 Vesipeuhu,  
Hahmajärven uimaranta

#### Perjantai 14.6.

klo 10.00-11.30 Pihaleikit / palloilu,  
Nostavan koulun piha

### Viikko 25

#### Tiistai 18.6.

klo 12.30-13.15 Pihapelit,  
Nostavan koulun piha

klo 13.30-14.30  
Frisbeegolf,  
Nostava DiscGolf Park

### Viikko 26

#### Maanantai 24.6.

klo 16.00-17.30  
Olympialaiset,  
Nostavan koulun piha

#### Torstai 27.6.

klo 12.00-12.45 Pihapelit,  
Herralan koulun piha

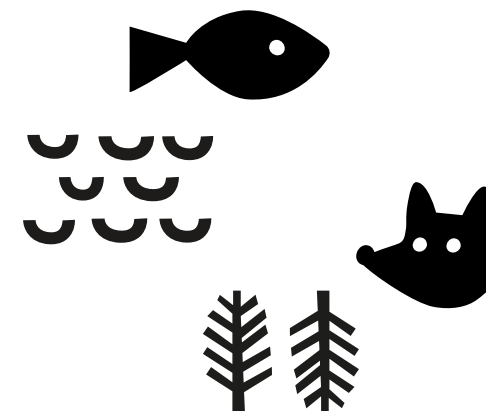
” Hauskaa liikunnallista tekemistä ympäri Hollolaa! Mukaan tarvitset vain säänmukaisen liikunnallisen varustuksen ja juomapullon.

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 apuvälillä 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.



Lisätiedot toiminnoista:  
Oona Lehtinen p. 044 7801268 /  
oona.lehtinen@hollola.fi