

**PAIMION SEURAPARLAMENTTI JA LIIKUNTAPALVELUT KUTSUVAT KAIKKI
10-12 -VUOTIAAT PAIMIOLAISET OSALLISTUMAAN REENIKSIIN!**

REENIKSET



la 13.1.2018 (1-sali klo 15-17) Paimion Urheilijoiden yleisurheiluharjoitukset

la 20.1.2018 (Uimahalli Solina klo 12:30-14), Liikuntapalvelut järjestää vesitreeneit

la 3.2.2018 (1-sali klo 15-17) Paimion Yrityksen lentopalloharjoitukset

la 10.2.2018 (Uimahalli Solina klo 12:30-14), Liikuntapalvelut järjestää vesitreeneit

la 3.3.2018 (1-sali klo 15-17) Naisvoimistelijat / Freegym = uusi lapsille ja nuorille suunnattu harrastus, joka rikkoo perinteisen voimistelun rajoja. Freegymissä yhdistyvät voimistelu, voimaharjoittelu, voltit ja parkour)



la 10.3.2018 Uimahalli Solina klo 12:30-14), Liikuntapalvelut järjestää vesitreeneit

la 17.3.2018 klo 14 (bussilla Hanhivaaran keilahallille, ennakoilmoittautumiset) Keilax-Team

la 24.3.2018 (KHT:lla klo 15-17) Paimion Hakan jalkapalloharjoitukset

la 14.4.2018 (Urheilupuisto klo 15-17) Paimion Urheilijoiden yleisurheiluharjoitukset

la 19.5.2018 (Oinilan kenttä klo 15-17) Paimion Pesiksen pesäpalloharjoitukset

Huhtikuussa 2018 (Kiusalanpuiston frisbeegolfrata klo 15-17) Liikuntapalvelut, frisbeegolftreenit

Toukokuussa 2018 (torstaina) Paimion Rasti järjestää Rastirallit

Toukokuussa 2018 (Hanhijoen koulu klo 15-17) Peimarin Latu ja Polku, maastopyöräilyä



Mitä , Miksi ja Kenelle?

- Paimion seurojen sekä liikuntapalvelun vetämien harjoitusten tarjoaminen kaikille liikunnasta kiinnostuneille 10-12 -vuotiaille.
- Järjestävä taho vastaa vuorollaan harjoitusten vetämisestä.
- Tehdään lajinomaisia harjoitteita mukavilla ja lapsilähtöisillä tavoilla. Periaatteena: Löydä oma lajisi!
- Tavoitteena on kehittää nuoria urheilija-alkuja mahdollisimman monipuolisesti, jotta heillä olisi tarvittavat valmiudet lopullisessa lajin valintavaiheessa.
- Monipuolisuuden puute voi muodostua esteeksi kehittyä omassa lajissa.
- Juuri aloittavalle liikkujalle monipuolinen liikkuminen vahvistaa motorisia taitoja ja täten parantaa uusien liikumistaitojen omaksumista.
- **Harjoitukset ovat ilmaisia sekä avoimia kaikille paimiolaisille** 10-12-vuotiaille lapsille (HUOM! keilareissulla ennakoilmoittautuminen ja rajoitettu osallistujamäärä).
- Reenisharjoitukset kuuluvat Paimion kaupungin tapaturmavakuutuksen piiriin.