



7.6.-18.6.2021

SPORTTIVIIKOT LAPSILLE JA NUORILLE

Liiku lomalla ja löydä oma lajisi!

Kuusamon kaupunki järjestää yhdessä Kuusamossa toimivien liikuntaseurojen kanssa kesäkerhotoimintaa lapsille. Kerhot ovat maksuttomia ja kaikki voivat osallistua. **Ilmoittaudu kerhoihin Liikuntakeskuksen kassalle puh. 040 860 8720.**

Sporttiviikolla voit kokeilla tankotanssia, luistelua/jääkiekkoa, yleisurheilua, jalkapalloa, suunnistusta/hiihtoa, tennistä, lumilautailun oheistreeniä/temppuilua, voimailua, pingistä, voimistelua, tanssia, frisbeegolfia, akrobatiaa, squashia, golfia, jousiammuntaa, freeski-treenikerhoa, skeittausta ja katukorista. Katso alta lista, mitä tapahtuu minäkin päivänä ja ilmoittaudu mukaan!



**Mitäpä jos
kokeilisit näitä?**

**Kiinnostaako
yleisurheilu,
suunnistus vai
jalkapallo?**

**Entä tankotanssi,
tanssi tai
akrobatia?**

**Tai miten olisi
erilaiset
mailapelit?**

**Oletko kokeillut
koskaan
jousiammuntaa?**

**Tule mukaan
kesäkerhoihin
kokeilemaan
uusia lajeja tai
nauttimaan jo
tutuista!**

LASTEN JA NUORTEN SPORTTIVIIKOT

Sporttiviikkoja järjestää Liikuntapalvelut yhteistyössä eri seurojen kanssa: Kuusamon Erä-Veikot, Rukan Lumilautailijat, Kuusamon Naisvoimistelijat, Kuusamo Golf, Frisbeegolf Ruka, Kuusamon Pallo-Karhut Jääkiekko, SC-Ruka, FC Paka, Ruka Slalom/Freeski ja Kuusamon Tankotanssijat.

Kerhoihin mukaan sään mukaiset liikuntavaatteet ja juomapullo 😊

Ilmoittautuminen alkaa pe 14.5.2021 ja loppuu ke 2.6.2021. Ilmoittautumiset liikuntakeskuksen kassalle puh. 040 860 8720.

VIKKO 23

- Ma 7.6.2021 10:00-11:00 Tankotanssi 1-6lk (Hyvinvointikeskus, ota mukaan shortsit, pyyhe ja juomapullo)
11:00-12:00 Tankotanssi 7-9lk (Hyvinvointikeskus, ota mukaan shortsit, pyyhe ja juomapullo)
10:00-11:00 Luistelu 1-3lk (Jäähalli, ota mukaan luistimet, kypärä ja halutessasi maila)
11:30-12:30 Luistelu 4-6lk (Jäähalli, ota mukaan luistimet, kypärä ja halutessasi maila)
13:00-14:00 Luistelu 7-9lk (Jäähalli, ota mukaan luistimet, kypärä ja halutessasi maila)
12:00-13:30 Yleisurheilu 1-6lk (Yleisurheilukenttä)
14:00-15:30 Yleisurheilu 7-9lk (Yleisurheilukenttä)
12:00-13:30 Tennis 7-9lk (Liikuntakeskuksen vieressä oleva tenniskenttä)
13:30-15:00 Tennis 3-6lk (Liikuntakeskuksen vieressä oleva tenniskenttä)
- Ti 8.6.2021 10:00-11:00 Tankotanssi 1-6lk (Hyvinvointikeskus, ota mukaan shortsit, pyyhe ja juomapullo)
11:00-12:00 Tankotanssi 7-9lk (Hyvinvointikeskus, ota mukaan shortsit, pyyhe ja juomapullo)
11:00-12:30 Jalkapallo 1.-3lk (Yleisurheilukenttä)
12:30-14:00 Jalkapallo 4.-6lk (Yleisurheilukenttä)
12:00-13:30 Squash 7-9lk (Keilahalli)
13:30-15:00 Squash 3-6lk (Keilahalli)
14:00-16:00 Suunnistus/Hiihto 6-18v. (Yleisurheilukenttä)

- Ke 9.6.2021 10:00-11:00 Tankotanssi 1-6lk (Hyvinvointikeskus, ota mukaan shortsit, pyyhe ja juomapullo)
12:00-13:00 Tankotanssi 7-9lk (Hyvinvointikeskus, ota mukaan shortsit, pyyhe ja juomapullo)
11:00-12:30 Jalkapallo 1.-3lk (Yleisurheilukenttä)
12:30-14:00 Jalkapallo 4.-6lk (Yleisurheilukenttä)
12:00-13:30 Yleisurheilu 1-6lk (Yleisurheilukenttä)
14:00-15:30 Yleisurheilu 7-9lk (Yleisurheilukenttä)
14:00-15:30 Skeittaus 4-6lk (Skeittiparkki, ota mukaan skeittilauta, kypärä, kyynär- ja polvissuojat sekä juomapullo)
15:30-17:00 Skeittaus 7-9lk (Skeittiparkki, ota mukaan skeittilauta, kypärä, kyynär- ja polvissuojat sekä juomapullo)
- To 10.6. 10:00-11:30 Lumilautailun oheistreeni/temppuilu 1-6lk (Liikuntakeskus, Budotila/tramppa)
12:00-13:30 Lumilautailun oheistreeni/temppuilu 7-9lk (Liikuntakeskus, Budotila/tramppa)
12:00-13:30 Katukoris 3-6lk (Liikuntakeskuksen takana)
13:30-15:00 Katukoris 7-9lk (Liikuntakeskuksen takana)
14:00-16:00 Voimailu 10-18v. (Liikuntakeskuksen takana)
- Pe 11.6. 10:00-11:30 Freeski-treenikerho 3-6lk (Liikuntakeskus, yleisurheilutila/tramppa)
11:30-13:00 Freeski-treenikerho 7-9lk (Liikuntakeskus, yleisurheilutila/tramppa)
13:30-14:30 Freeski-treenikerho 1-2lk (Liikuntakeskus, yleisurheilutila/tramppa)
10:00-11:00 Pingis 3-6lk (Liikuntakeskus)
11:00-12:00 Pingis 7-9lk (Liikuntakeskus)
12:00-13:30 Voimistelu 9-12v. (Liikuntakeskus)
13:30-14:30 Voimistelu 3-5v. (Liikuntakeskus)
14:30-16:00 Voimistelun 6-8v. (Liikuntakeskus)

VIIKKO 24

- Ma 14.6. 10:00-11:30 Tanssi 7-12v. (Liikuntakeskuksen takana)
 12:00-13:30 Tanssi 13-18v. (Liikuntakeskuksen takana)
 12:00-13:30 Lumilautailun oheistreeni/temppuilu 1-6lk (Liikuntakeskus, Budotila/tramppa)
 13:30-15:00 Lumilautailun oheistreeni/temppuilu 7-9lk (Liikuntakeskus, Budotila/tramppa)
- Ti 15.6. 10:00-11:00 Luistelu 1-3lk (Jäähalli, ota mukaan luistimet, kypärä ja halutessasi maila)
 11:30-12:30 Luistelu 4-6lk (Jäähalli, ota mukaan luistimet, kypärä ja halutessasi maila)
 13:00-14:00 Luistelu 7-9lk (Jäähalli, ota mukaan luistimet, kypärä ja halutessasi maila)
 10:00-12:00 Frisbeegolf 7-9lk (Liikuntakeskuksen takana oleva kenttä)
 12:00-14:00 Frisbeegolf 1-3lk (Liikuntakeskuksen takana oleva kenttä)
 14:00-16:00 Frisbeegolf 4-6lk (Liikuntakeskuksen takana oleva kenttä)
 12:00-13:30 Voimistelu 9-12v. (Liikuntakeskus)
 13:30-14:30 Voimistelu (liikkari) 3-5v. (Liikuntakeskus)
 14:30-16:00 Voimistelun 6-8v. (Liikuntakeskus)
- Ke 16.6. 10:00-11:30 Akrobatia 7-12v. (Liikuntakeskus)
 12:00-13:30 Akrobatia 13-18v. (Liikuntakeskus)
 10:00-11:30 Golf 1-3lk (Golf-kenttä)
 12:00-13:30 Golf 4-6lk (Golf-kenttä)
 13:30-15:00 Golf 7-9lk (Golf-kenttä)

- To 17.6. 10:00-11:00 Jousiammunta 10v. (Liikuntakeskus, yleisurheilutila)
11:00-12:00 Jousiammunta 11v. (Liikuntakeskus, yleisurheilutila)
12:30-13:30 Jousiammunta 12v. (Liikuntakeskus, yleisurheilutila)
13:30-14:30 Jousiammunta 13v. (Liikuntakeskus, yleisurheilutila)
14:30-15:30 Jousiammunta 14-15v. (Liikuntakeskus, yleisurheilutila)
15:30-16:30 Jousiammunta 16-18v. (Liikuntakeskus, yleisurheilutila)
10:00-11:30 Tennis 3-6lk (Liikuntakeskuksen vieressä oleva tenniskenttä)
12:00-13:30 Tennis 7-9lk (Liikuntakeskuksen vieressä oleva tenniskenttä)
13:30-15:00 Freeski-treenikerho 3-6lk (Skeittiparkki, ota mukaan rullaluistimet, kypärä, kyynär- ja polvissuojat sekä juomapullo)
15:00-16:30 Freeski-treenikerho 7-9lk (Skeittiparkki, ota mukaan rullaluistimet, kypärä, kyynär- ja polvissuojat sekä juomapullo)
- Pe 18.6. 10:00-11:00 Pingis 3-4lk (Liikuntakeskus)
11:00-12:00 Pingis 5-6lk (Liikuntakeskus)
12:30-13:30 Pingis 7-9lk (Liikuntakeskus)
10:00-11:30 Squash 3-6lk (Keilahalli)
12:00-13:30 Squash 7-9lk (Keilahalli)

Ilmoittautuminen alkaa pe 14.5.2021 ja loppuu ke 2.6.2021.

Ilmoittautumiset liikuntakeskuksen kassalle puh. 040 860 8720

TERVETULOA MUKAAN! 😊