

## HYPPYKARNEVAALIT 30.6. - 3.7.2022 / Vanhempain leirin ohjelma

<b>To 30.6.</b>	9.30 -	Saapuminen ja majoittuminen	
	11.00 -	<b>10-19 -vuotiaiden karnevaalakilpailut</b>	
	20.30	Karnevaalileirin ja vanhempain leirin avaus	Koulun auditorio
	21.00 – 21.30	Iltapala	
<b>Pe 1.7.</b>	7.30	Aamureippailu (ohjattu) Hakkarin alueella	<b>Lähtö Hakkarin koulun ovelta</b>
	8.00	Aamupala	
	9.00 – 10.00	<b>Keskusteluteema: ”Hyppykarnevaalien tarkoitus, merkitys ja tavoitteet”</b> ja tehtävänanto omatoimiseen harjoitusten seurantaan	<b>Kentän katsomo Ringa Ropo</b>
	10.00 – 11.00	<b>T/P10-11 ja T/P12-13 ryhmien harjoitusten omatoiminen seuranta</b>	<b>Hakkarin kenttä</b>
	11.00	Lounas	
	11.30	Siirtyminen henkilöautoilla Ideaparkkiin	
	12.00 – 13.00	<b>Hyppykarnevaalit goes Ideapark</b>	
	13.00	Siirtyminen henkilöautoilla Hakkariin	
	14.00 – 15.00	<b>Nuoren urheilijan polku huippu-urheilijaksi / Kristiina Mäkelä ja Oskari Frösen</b>	<b>Auditorio</b>
	15.15 – 17.00	<b>M/N16-17 pituusryhmän harjoittelun seuranta</b> - valmentajana ME-mies Mike Powell	<b>Katsomo</b>
	17.00 - 18.00	<b>Kuntosaliharjoitus</b> - Keskusteluteema: ”Hyppääjän nuorten harjoittelun painopisteet eri ikävaiheissa”	<b>Liikuntahalli/kuntosali Heikki Herva</b>
	18.00 18.30	Päivällinen	
18.30 – 19.30	<b>Kummiurheilijatunti / 16-17 -vuotiaiden ja vanhempain ryhmän yhteinen keskustelu</b> <b>”Nuoriso-ikävaiheen haasteet matkalla huipulle”</b>	<b>Koulu</b>	
21.00 – 21.30	Iltapala		
<b>La 2.7.</b>	7.30	Aamureippailu (ohjattu) Hakkarin alueella	<b>Lähtö Hakkarin koulun ovelta</b>
	8.00	Aamupala	
	9.00 – 10.00	<b>Rentoutus ja hyvä olo</b>	<b>Liikuntahalli / Ringa Ropo</b>
	10.00 – 11.00	<b>Keskusteluteema: ”Äiti tai isä oman lapsen valmentajana?”</b>	<b>Ragne Kytölä</b>
	11.00 – 13.00	Lounas	
	13.00 – 16.30	<b>A-kilpailujen seurantaa ja keskusteluteema A-kilpailujen seurannan yhteydessä ”Mihin asioihin hyppylajeissa tulee kiinnittää huomiota?”</b>	<b>Ragne Kytölä</b>
	16.00 – 18.30	Päivällinen	
	18.30 – 21.30	<b>Karnevaalakisailut ja illanvietto</b>	
<b>Su 3.7.</b>	7.30	Aamureippailu (ohjattu) Hakkarin alueella	<b>Lähtö Hakkarin koulun ovelta</b>
	8.00	Aamupala	
	9.00	<b>Harjoitusten seurantaa (lajinvaihtopäivä)</b> <b>Keskusteluteema: Mitä leiristä jäi käteen?</b>	<b>Ringa Ropo</b>
	12.00 - 13.00	Lounas	
	13.00	<b>Leirin päätös</b>	<b>Koulun auditorio</b>