

## TERVETULOA VEGAAN!

Hyvinkään Voimistelu ja Liikunta aloittaa syyskaudella 2022 erityisliikunnan voimisteluryhmän Vega. Ryhmän pääohjaajana toimii joukkuevoimistelun ammattivalmentaja Emilia Rantsi, joka on toiminut mm. koulunkäyntiavustaja erityisluokissa ja ohjannut kaudella 2021-2022 erityisryhmille voimistelukerhoa harrastamisen Suomen mallin puitteissa.

Ryhmässä tutustutaan voimisteluun erilaisten leikkien, pelien ja ratojen avulla hyöty käyttäen musiikkia ja erilaisia voimisteluvälineitä. Lisäksi tunneilla harjoitellaan voimistelun alkeisliikkeitä, sekä perusliikuntataitoja kuten nopeutta, liikkuvuutta ja tasapainokykyä sekä ryhmässä toimimisen taitoja. Ryhmä on tarkoitettu kouluikäisille (tästä voimme joustaa), joilla on vamman, sairauden tai muun toimintakyvyn heikentymisen tai sosiaalisten tilanteiden vuoksi vaikea osallistua yleisiin liikuntaryhmiin, ja joiden liikunta vaatii soveltamista. Huom! Salissa saattaa kuulua toisen ryhmän ääniä.

Ryhmä kokoontuu maanantaisin tai keskiviikkoisin Hakalantalon koululla 45min. (aika tarkentuu myöhemmin). Ryhmä toteutuu jos ilmoittautuneita on min. 5 hlö + mahdolliset avustajat. Hinta seuran jäsenmaksu €25 + kausimaksu (syksy+kevät) €210, avustajat ilmaiseksi.

Lisätietoja ja ennakoilmoittautumiset [toimisto@hyvoli.fi](mailto:toimisto@hyvoli.fi) tai 0400 245558.

Tule nauttimaan liikunnan ilosta ja harrastamaan voimistelua omalla tasollasi!



(kuva Milla Vahtila, Voimisteluliitto)

[www.hyvoli.fi](http://www.hyvoli.fi)