



Voimistelu- ja urheiluseura Elise-Järvenpää tarjoaa voimistelua alkeista huipulle

www.elise.fi/jarvenpaa

Alkeisryhmät:

Alkeisryhmien tunneille ovat tervetulleita kaikki ikäryhmään kuuluvat tytöt ja pojat. Alkeisryhmissä liikutaan ja leikitään iloisessa ja kannustavassa ilmapiirissä. Kaikkia ryhmiä ohjaavat kokeneet ja koulutetut ohjaajat.

Minikirput 3-4-vuotiaat tytöt	su 14.00-15.00 Juholan koulu
Minikirput 5-6-vuotiaat tytöt	su 15.00-16.00 Juholan koulu
Nappulaliiga 3-6-vuotiaat	pe 16.00-17.30 Juholan koulu (2 ryhmää, kesto 45min/ryhmä)
Nappulaliiga 3-6-vuotiaat	la 15.00-16.00 Vihtakadun koulu
Minijumpparit 5-8-vuotiaat	su 14.00-15.00 Oinaskadun koulu
Minitaiturit 8-10-vuotiaat	su 14.00-15.00 Oinaskadun koulu
Minisirkus 8-12-vuotiaat	ma 18.30-19.30 Oinaskadun koulu
Dance Mix 6-12-vuotiaat	to 17.30-18.15 Kinnarin koulu
Perheliikunta 0-6-vuotias+aikuinen	ma 17.30-18.15 Oinaskadun koulu





Voimistelu- ja urheiluseura Elise-Järvenpää tarjoaa voimistelua alkeista huipulle

www.elise.fi/jarvenpaa

Valmennusryhmät:

Valmennusryhmissä harjoitellaan rytmistä ja joukkuevoimistelua tavoitteellisesti. Valmennusryhmistä on valittavissa joko kilpa – tai harrasteryhmä. Ota yhteys ryhmän valmentajaan tai joukkueenjohtajaan ja sovi kokeiluharjoitus haluamassasi ryhmässä. Keväällä lanseerataan myös uusi esivalmennusryhmä Nalat. Esivalmennusryhmässä harjoitellaan voimistelun perusteita tavoitteellisemmin kuin lasten ryhmissä.

Nalat (2006-2007 syntyneet)

Vivia Palviainen p. 046 551 6092

Simbat (2004-2005 syntyneet)

Vivia Palviainen p. 046 551 6092

Timonit (2002-2003 syntyneet)

Vivia Palviainen p. 046 551 6092

Zazut (2000-2001 syntyneet)

Pirjo Vainio p. 040 531 0031

Sarabit (1998-1999 syntyneet)

Elina Niemi p. 040 775 8807

Scarit (1997 ja vanhemmat)

Elina Niemi p. 040 775 8807

Lisätietoja ryhmistä:

Elina Niemi p. 040 775 8807

