



100 vuotta

# TOIMINNALLINEN PÄIVÄ

29.9.2012, klo 10.00 – 17.00

Kauhava, koulukeskus

## Klo 10-12 Lentopallo, liikuntasali

- Lentopallon salat
  - Tempuradalla lämmitellen
  - Palloa ilmaan, tekniikkaa tutuksi
  - Tarkkuussormilyöntiä
  - Pallotykkiä
  - Pienpelailua



## Klo 11-13 Suunnistus, piha-alue

- Eri suunnistusmuotojen esittelyä mm. Sprintti-, maasto- ja hiihtosuunnistus (mukana myös hiihtosuunnistuksen maailmanmestari Staffan Tunis)
- Emit leimaus
- Korttelirastit koulukeskuksen ympäristössä
- Kaikilla mahdollisuus osallistua ja kokea rastien löytämisen iloa



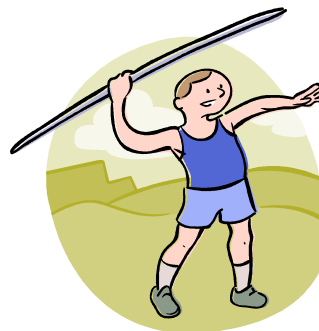
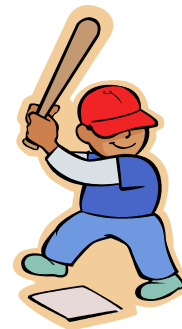
## Klo 12-14 Salibandy, liikuntasali

- Koulukeskuksen salissa lasten pelejä
- Lajikokeiluja
- Laukaisututka
- Tarkkuuslaukaus
- Ilmaveivi



## Klo 13-14 Pesäpallo, hiekkakenttä

- Kokeile kuinka sinulta onnistuu
  - Syöttö
  - Tarkkuusheitto
  - Näppi
  - Kopittelu



## Klo 14-16 Yleisurheilu, urheilukenttä

- Lajiopetusta ja -kokeiluja
  - Pituus
  - Keihäs
  - Kuula
  - Korkeus
  - Aidat

## Klo 15-17 Mailapelit, liikuntasali

- Pelinäytös
- Kaikilla mahdollisuus pelata ja kokea miten kova peli sulkapallo itse asiassa on.



Klo 14.30 Wisa 100v. KUNNIAKIERROS,  
urheilukenttä



KUNNIAKIERROS  
- jo 30 vuotta lasten  
ja nuorten urheilun  
tukena!