

Voimisteluliitto, Tanssin valtakunnallinen leiri 8.-9.11.2025 Kuortaneen Urheiluopisto

Lauantai 8.11.2025			
klo 11:05	bussi VR Seinäjoki - Kuortane		
12:00-12:45	lounas ja ilmoittautuminen		
	TONI KESKI-LIIKALA Voimistelusali	AKROBATIAVOIMISTELUN KOULUTTAJA Areena - pieni sali	LIISA HEIKKINEN Areena iso sali
12:30-13:15	Ryhmä 1 - Nykytanssi ja fysiikan lait painovoima ja kaatumiset		
13:30-14:15	Ryhmä 2 - Nykytanssi ja fysiikan lait painovoima ja kaatumiset	Ryhmä 1 - akrobatia	Ryhmä 3 - Lämmittely + tekniikka
14:30-15:15	Ryhmä 3 - Nykytanssi ja fysiikan lait painovoima ja kaatumiset	Ryhmä 2 - akrobatia	Ryhmä 1 - Lämmittely + tekniikka
15:30-16:15		Ryhmä 3 - akrobatia	Ryhmä 2 - Lämmittely + tekniikka
16:15-16:45	majoittuminen		
16:45-17:45	päivällinen		
	TONI KESKI-LIIKALA Voimistelusali	AKROBATIAVOIMISTELUN OSAAJA? Areena - pieni sali	LIISA HEIKKINEN Areena iso sali
17:45-18:30	Ryhmä 3 - Jazz Dance - koreografia	Ryhmä 1 - nostot ja pariliikkeet	Ryhmä 2 -Improvisaatio 1
18:40-19:25	Ryhmä 2 - Jazz Dance - koreografia	Ryhmä 3 nostot ja pariliikkeet	Ryhmä 1 -Improvisaatio 1
19:35-20:15	Ryhmä 1 - Jazz Dance - koreografia	Ryhmä 2 nostot ja pariliikkeet	Ryhmä 3 -Improvisaatio 1
21:00-21:30	iltapala		
22:00-06:00	Hiljaisuus - Kauniita unia		

Valmentajafoorumi	
bussi VR Seinäjoki - Kuortane	
Tutustuminen, ohjeistus / Elisa	Voit valita seurattavan tunnin oman ryhmän mukaan.
observointi tunti 1	
observointi tunti 2	
observointi tunti 3	
Päivällisen yhteydessä yhteinen keskustelutilaisuus / Elisa	
Observointi tunti 4	
Observointi tunti 5	
Observointi tunti 6	
Iltapalan yhteydessä yhteinen purkutilaisuus / elisa	

Sunnuntai 9.11.2025			
	TONI KESKI-LIIKALA Voimistelusali	AKROBATIAVOIMISTELUN KOULUTTAJA Areena - pieni sali	LIISA HEIKKINEN Areena iso sali
7:00-8:45	Aamupala		
9:00-9:45	Ryhmä 2 - Show Jazz	Ryhmä 3 - akrobatia 2	Ryhmä 1 - Improvisaatio 2
10:00-10:45	Ryhmä 1 - Show Jazz	Ryhmä 2 - akrobatia 2	Ryhmä 3 -Improvisaatio 2
11:00-11:45	Ryhmä 3 - Show Jazz	Ryhmä 1 - akrobatia 2	Ryhmä 2 -Improvisaatio 2
12:15-13:00	lounas		
13:00-13:50	Yhteinen koreografia - Elisa		
14:00-15:00	Improtanssikilpailu + leirin päätös / Elisa		
klo 15:20	Bussit kuortane - VR Seinäjoki		

Valmentajafoorumi	
Aamupalan yhteydessä ohjeistus päivään / Elisa	
Observointi tunti 7	Voit valita seurattavan tunnin oman ryhmän mukaan.
Observointi tunti 8	
Observointi tunti 9	
lounaan yhteydessä yhteinen purkutilaisuus / elisa	
Observointi tunti 10	
Improtanssikonseptiin ja sääntöihin tutustuminen. Pohdinta kuinka voisın hyödyntää omassa harjoittelussa ja valmistaa tanssijoita improkilpailua varten.	
Bussit kuortane - VR Seinäjoki	