

Joensuun Uimaseuran

INTENSIIVI UIMAKOULUT

toukokuussa 2019

Alkavat ryhmät: varhaistaito-, alkeis-, alkeisjatko- ja jatkoryhmä.

VARHAISTAITORYHMÄ on tarkoitettu 4 – 5 -vuotiaille, uimataidottomille lapsille. Lapsille opetetaan veteen totuttautumista, vesitaitavuuden kehittämistä sekä ryhmässä toimimista. Tavoitteena on oppia toimimaan vedessä ja suorittaa varhaistaitomerkin tehtävät. (Syksyn 2019 varhaistaitoryhmät kokoontuvat sunnuntaisin Vetrealla).

ALKEISRYHMÄ 1 on tarkoitettu 5 – 7 -vuotiaille uimataidottomille lapsille jotka **eivät vielä uskalla kastaa kasvojaan veteen tai kastaa selin korviaan.** Ryhmässä totuttaudutaan veteen, harjoitellaan kellunnat, liu'ut ja mahdollisuuksien mukaan alkeisuinnit. Tavoitteena on suorittaa varhaistaitomerkin tehtävät. Emme ota 4-vuotiaita alkeis-, alkeisjatko ja jatkoryhmiin. Ryhmät a ja b ovat sisällöltään samanlaisia.

ALKEISRYHMÄ 2 on tarkoitettu 5 – 7 -vuotiaille uimataidottomille lapsille jotka **uskaltavat laittaa kasvonsa veteen, sukeltaa ja kastaa korvansa veteen selkäänsä.** Ryhmässä totuttaudutaan veteen, harjoitellaan kellunnat, liu'ut ja alkeisuinnit. Tavoitteena on saada 5 - 10 metrin uimataito sekä varhaistaito/alkeismerkki. Ryhmät a, b ja c ovat sisällöltään samanlaisia. Emme ota 4-vuotiaita alkeis-, alkeisjatko ja jatkoryhmiin.

ALKEISJATKO on tarkoitettu lapsille, joiden uimataito on vähäinen (n. 5 metriä) ja he uskaltavat laittaa kasvonsa veteen ja sukeltaa. Ryhmässä harjoitellaan alkeisuunteja sekä kokeillaan sukeltamista. Tavoitteena on saada 10 metrin uimataito sekä alkeismerkki. Emme ota 4-vuotiaita alkeis-, alkeisjatko ja jatkoryhmiä.

Kaikki ryhmät kokoontuvat sekä lauantaina, että sunnuntaina. Uimakoulukerran uintiaika on 30 min / ryhmä. Uimakoulu maksaa toukokuulta 65 euroa + 15 euroa seuranjäsenmaksu/lapsi.

| | |
|-------------------|---|
| Varhaistaitoryhmä | la klo 8.15 - 8.45 ja su klo 16.40 - 17.10, opetus aaltoaltaassa. |
| Alkeisryhmä 1a | la klo 8.45 - 9.15 ja su klo 17.10 - 17.40 opetus aaltoaltaassa. |
| Alkeisryhmä 1b | la klo 9.15 - 9.45 ja su klo 17.40 - 18.10 opetus aaltoaltaassa. |
| Alkeisryhmä 2a | la klo 8.15 - 8.45 ja su klo 16.40 – 17.10, opetus opetusaltaassa. |
| Alkeisryhmä 2b | la klo 8.45 – 9.15 ja su klo 17.10 – 17.40, opetus opetusaltaassa. |
| Alkeisryhmä 2c | la klo 9.15 – 9.45 ja su klo 17.40 – 18.10, opetus opetusaltaassa. |
| Alkeisjatkoryhmä | la klo 9.45 - 10.15 ja su klo 18.10 - 18.40, opetus opetusaltaassa. |
| Jatkoryhmä | la klo 9.45-10.15 ja su klo 18.10 – 18.40, opetus 25 m altaassa. |

Kokoontumiskerrat: LA 4.5., 11.5., 18.5., 25.5.
SU 5.5., 12.5., 19.5. ja 26.5.

Ilmoittautuminen alkaa tiistaina 16.4. klo 9.00

osoitteessa www.jous.fi -> Seuramappi (Ilmoittautumisohjelma on muuttunut!)

Suosittellemme tutustumista etukäteen ilmoittautumisohjeisiin -> www.jous.fi -> Ajankohtaista

Lisätietoja: 044-0991907