



Joensuun Uimaseuran UIMAKOULUT SYKSY 2019



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.

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.

ALKEISRYHMÄ 2 on tarkoitettu 5 – 7 -vuotiaille uimataidottomille lapsille, jotka **uskaltavat laittaa kasvonsa veteen, sukeltaa ja kastaa korvansa veteen selkäasennossa.** Ryhmässä totuttaudutaan veteen, harjoitellaan kellunnat, liu'ut ja alkeisuinnit. Tavoitteena on saada 5 - 10 metrin uimataito sekä varhaistaito/alkeismerkki. 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 alkeisuinteja sekä kokeillaan sukeltamista. Tavoitteena on saada 10 metrin uimataito sekä alkeismerkki. Emme ota 4-vuotiaita alkeis-, alkeisjatko ja jatkoryhmiin.

JATKORYHMÄ on tarkoitettu lapsille, jotka osaavat uida sujuvasti 10 metriä tai ovat suorittaneet alkeismerkin. Ryhmässä kehitetään jo opittuja taitoja ja harjoitellaan hyppyjä, sukeltamista sekä alkeisuintilajeja. Tavoitteena on saada 25 metrin uimataito.

Ryhmät kokoontuvat kerran viikossa lauantai aamuisin ja sunnuntai iltapäivisin Vesikolla sekä Vetrean ja Rantakylän uimahallissa sunnuntaisin (31.8.-15.12.). Uimakoulun uintiaika on 30 min/ryhmä ja kertoja tulee syksyille 13 + vesirieha.

Hinta on 110 euroa + 15 euroa seuranjäsenmaksu/lapsi. Hinta sisältää uintikirjan ja uintimerkin.

Ilmoittautuminen alkaa maanantaina 12.8. klo 9.00
osoitteessa www.jous.fi -> kohdasta ilmoittautuminen (yläpalkki)

Lisätietoja (ei ilmoittautumisia): www.jous.fi tai 044-0991907