

## Suomi

### Soveltavan liikunnan ryhmät lapsille ja nuorille

#### Viikoilla 36–49 ja 2–18

Ryhmät on tarkoitettu liikunnassa erityistä tukea tarvitseville lapsille ja nuorille, jotka etsivät itselleen mukavaa harrastusta. Tarjolla on joka viikko monia erilaisia liikuntaryhmiä, joissa saa kokea onnistumisen iloa ja liikunnan riemua. Tule mukaan jumppaamaan, tanssimaan, pelaamaan ja uimaan!

Lisätiedot: [turku.fi/soveltavaliikunta](https://turku.fi/soveltavaliikunta) -> lasten soveltavan liikunnan ryhmät kausiesite.

### Harrasta koulupäivän yhteydessä

Perusliikuntataitoja ja monipuolista harrastamista sisällä ja ulkona!

Maksutonta harrastustoimintaa järjestetään koulupäivinä viikoilla 36–49 ja 2–18 (ei koulujen lomaviikoilla). Kysy oman koulusi harrastuksista koulusi kerhovastaavalta tai lapsesi opettajalta.

Löydät koulukohtaiset harrastukset koottuna:

[turku.fi/harrastelukkaarit](https://turku.fi/harrastelukkaarit)

### KouluPT ja KouluPCAC -toiminnat

Koulu Personal Trainer (KouluPT) -toiminta on liikunnan ja hyvinvoinnin ohjausta yläkoululaisille, jossa kannustetaan nuoria lisäämään arkiaktiivisuuttaan tukemalla hyvinvoinnin eri osa-alueita.

Koulu Personal Culture & Arts Coach (KouluPCAC) -toiminta on taiteen ja kulttuurin ohjausta yläkoululaisille, jossa tähdätään kulttuurihyvinvoinnin lisäämiseen sekä autetaan nuoria löytämään taiteen ja kulttuurin pariin.

Lisätiedot mukana olevista kouluista ja toiminnoista:

[turku.fi/harrastamisen-turun-malli](https://turku.fi/harrastamisen-turun-malli)

### MIHI

#### Viikoilla 36–49 ja 2–18 (ei viikolla 8).

MIHI tarjoaa 12–19-vuotiaille yli 40 liikuntalajivuoroa maksutta Turussa. Tarjolla monipuolisesti sekä yksilö- että joukkuelajeja. Lajien lisäksi pääsee omatoimisesti luistelemaan luistelumadolle ja hiihtämään Impivaaraan (välineet maksutta). Lisäksi nuorilla on mahdollisuus varata höntsävuoro Turun kouluista. Mihi-vuoroille ei tarvitse ilmoittautua etukäteen (paitsi biljardiin ja laserpeliin).

Lisätiedot: [jorma.fisk@turku.fi](mailto:jorma.fisk@turku.fi) tai puh. 050 554 6250

Tsekkaa: [mihi.fi](https://mihi.fi)

### Koulujen etsivä harrastustoiminta

Usealla turkulaisella peruskoululla järjestetään etsivää harrastustoimintaa. Palvelu on tarkoitettu mukana olevien koulujen oppilaille, joille ei ole vielä löytynyt mieluisaa vapaa-ajan tekemistä. Koulujen oma etsivän harrastustoiminnan yhdyshenkilö auttaa ja neuvoo oppilaita löytämään heille mielekkään harrastuksen.

Lisätiedot: [turku.fi/koulujen-etsiva-harrastustoiminta](https://turku.fi/koulujen-etsiva-harrastustoiminta)