

# Soveltavan liikunnan ryhmät lapsille ja nuorille

## Ryhmät lapsille

Koe liikunnan iloa ja onnistumisen riemua! Toimintaa viikoilla 2–18 ja 36–49, ellei toisin mainittu.

### Asteriks-liikuntaryhmä 4–7-vuotiaille

- tiistaina klo 17–17.45, Vähä-Heikkilän koulu, Myllymäentie 42
- Pienryhmä, jossa harjoitellaan monipuolisesti perusmotorisia taitoja. Sopii hyvin lapsille, joilla on kömpelyyttä, arkuutta tai muita lieviä liikkumis-, tasapaino- tai käsittelytaitojen ongelmia.
- Lisätiedot: [toimisto@lahjasport.fi](mailto:toimisto@lahjasport.fi), p. 050 438 8999

### Dancemix pienryhmä 7–14-vuotiaille

- tiistaina klo 18.–18.45, Vähä-Heikkilän koulu, Myllymäentie 42
- Tanssia ja perusliikuntataitoja pienemmässä ryhmässä, jossa on mahdollisuus yksilöllisemmän ohjaukseen. Sopii lapsille, joilla on haasteita sosiaalisissa tilanteissa, hahmottamisessa, tarkkaavaisuudessa tai isossa ryhmässä toimimisessa.
- Ilmoittautuminen: [toimisto@lahjasport.fi](mailto:toimisto@lahjasport.fi), p. 050 438 8999

### Selia Special – voimistelun harrasteryhmä 8–12-vuotiaille

- aikataulu sovitaan ryhmä kohtaisesti, Lahjan toimitilat, Yliopistonkatu 31, sisäpiha, 2.krs
- Erityislapsille tarkoitettu voimisteluryhmä. Ryhmässä tutustutaan voimistelun maailmaan rauhalliseen tahtiin ja esiinnyttään lähialueen voimistelutapahtumissa tai seuran näytöksissä. Mahdollisuus myös osallistua kilpailuihin tulevaisuudessa. Tunneilla harjoitellaan lajitaitoja ja kehitetään koordinaatiota, liikkuvuutta, tasapainoa, voimaa sekä ketteryyttä. ryhmään voi osallistua myös avustajan kanssa.
- Ilmoittautuminen: [toimisto@lahjasport.fi](mailto:toimisto@lahjasport.fi), p. 050 438 8999

### Lasten soveltava ihmemaa 1–12-vuotiaille

- su klo 17–19, Aunelan koulu, Opintie 1
- Paikalla on erityisliikunnanohjaaja opastamassa välineisiin ja ohjaamassa toimintaan klo 17.30–18.30. Lapsen tulee osallistua toimintaan aikuisen kanssa. Maksuton, ei ilmoittautumisia. Lisätiedot: p. 050 554 6226

### Voimisteluryhmä Aurelia n. 4–12-vuotiaille

- To klo 17.45–18.30 TR kerhotila, Uudenmaankatu 16. Tilaan kuljetaan portaita pitkin.
- Pienryhmä, jossa harjoitellaan monipuolisesti perusmotorisia taitoja musiikin siivittämänä. Ryhmä tarjoaa yksilöllistä ohjausta ja sopii hyvin lapsille, joilla on haasteita esimerkiksi liikkumisen, tasapainon, aistien, lihasvoiman, välineiden käsittelyn, kommunikoinnin tai kognitiivisten taitojen kanssa. Avustaja on tervetullut mukaan tarvittaessa.
- Lisätiedot: [trvoimistelu@gmail.com](mailto:trvoimistelu@gmail.com), p. 0400 262733, [www.turunriento.fi/voimistelu](http://www.turunriento.fi/voimistelu).

## **Special Stars 8–12-vuotiaille pienryhmä**

- Ma klo 16:30-17:15 ja to klo 18.30–19.15, Liikuntakeskus Energym, Vähäheikkiläntie 56C
- pienryhmä, soveltuu apuvälineen käyttäjälle, voi (pitää) tulla avustajan kanssa
- kausimaksu 110 € (sisältää jäsenmaksun)
- lisätietoja ja ilmoittautuminen p. 050 378 9929 Turun Naisvoimistelijat

## **Soveltava telinevoimistelu 6–14-vuotiaille lapsille ja nuorille**

- La klo 11:15-12:00, Pikkis-sali, Raunistulantie 15 B
- Toiminta on suunnattu lapsille ja nuorille, joilla on esimerkiksi haasteita toimia isossa ryhmässä, vuorovaikutuksessa, keskittymisessä tai tarkkaavaisuudessa, diagnoosista huolimatta. Ryhmä on ilman apuvälineitä pärjääville lapsille.
- Ryhmän koko on max 6 lasta/ohjaaja ja ohjauskieli on suomi. Ryhmään voi halutessaan ottaa avustajan mukaan. Ryhmän ohjaajana toimii Jenna Murto.
- Harjoittelemme telinevoimistelun perusasioita leikin ja erilaisten temppuratojen pohjalta. Radat keskittyvät aina yhden telineen harjoitteluun, jossa on yksi ohjaajan kanssa tehtävä piste ja muut toiminnalliset pisteet tukevat telineharjoittelua omatoimisesti ja turvallisesti. Ryhmässä on mahdollisuus harrastaa telinevoimistelua omista lähtökohdista, kannustavassa ja turvallisessa ympäristössä.
- Hinta: 185 €/lukukausi. Aloittaessa kesken kauden, laskussa huomioidaan aloitusajankohta. Maksuun voi käyttää Turun kaupungin Boostii-etua.
- Kaksi ensimmäistä harjoituskertaa ovat kokeilukertoja, ilman sitoutumista.
- Lisätiedot: Jenna Murto 040 6371067 harraste.pyrkivagymnastics@gmail.com tai Minna Saikkonen 045 6056685 pyrkiva.gymnastics@gmail.com

## **Soveltava alppihiihto**

- aisti-, liikunta- ja kehitysvammaisille, Hirvensalon hiihtokeskus, Kaksikerrantie 111
- Kelkkalaskettelua, jossa laskija pääsee ohjaamaan kelkkaa hiihdonopettajan avustuksella.
- Soveltavaa hiihdonopetusta pienryhmissä tai yksityistunteina erityistä tukea tarvitseville pystylaskijoille suksilla tai lumilaudalla (käytössä mm. tukisukset, avustusaisat ja -sauvat, Riderbar ja Snowing). Avustajien, esim. vanhempien ja hoitajien, kannattaa tulla mukaan oppimaan avustamista ja yhdessä laskemista. Soveltavan alppihiihdon välineitä voi pyytää lainaksi vuokraamosta tai hiihtokoulusta. Kelkkoja lainataan vain perustaidot osaaville laskijoille ja avustajille. Lisätiedot: Hirvensalon hiihtokoulu, hiihtokoulu@hirvensalo.fi, p. 045 106 3011 hiihtokeskuksen aukioloaikoina.
- Iloski ry järjestää pysty- ja kelkkalaskuryhmiä ja näitä tukevia liikuntaharjoituksia tiistaisin sekä avustajien koulutusta.  
Lisätiedot: p. 044 062 9674, 044 363 4400

## **Voimistelutreeni 7–12-vuotiaille**

- ti klo 17.15–18 Jumppala (Sali 2), Siutlankatu 1
- Ryhmässä harjoitellaan voimistelun ja liikunnan perustaitoja. Tunneilla harrastetaan musiikkiliikuntaa erilaisia välineitä käyttäen sekä harjoitellaan rytmisen voimistelun välineiden käyttöä ja esiinnyttään seuran näytöksissä.
- Ilmoittaudu mukaan: [www.voli.fi](http://www.voli.fi), p. 040 164 7244 ja p. 040 413 9336

## **Soveltava keilailu**

- ti klo 16.30–17.30, Kupittaa keilahalli, Kupittaaankuja 1
- 7–16-vuotiaille erityislapsille, sopii hyvin pyörätuolia käyttäville.
- Ilmoittaudu mukaan: [kai.hilden@kupittaakeilahalli.fi](mailto:kai.hilden@kupittaakeilahalli.fi), p.020 787 0330 (klo 9–16).

## **Jääkiekko/luistelukoulu – TPS special hockey 8–18-vuotiaille**

- Su klo 10–11, Gatorade Center Jääkiekkoryhmä, jossa pelataan lätkää sekä opetellaan luistelu- ja kiekonkäsittelytaitoja. Soveltuu diagnoosista riippumatta lapsille, nuorille sekä aikuisille, jotka pysyvät pystyssä luistimilla ja ymmärtävät pelisääntöjä. Varusteet: maila, luistimet ja kypärä, jossa kasvosuojaus sekä kaulasuoja. Muiden jääkiekkovarusteiden käyttö on suositeltavaa, muttei välttämätöntä. Ota yhteyttä, mikäli tarvitset varusteita lainaksi. Ryhmän pelaajien on mahdollista osallistua peleihin muita Special Hockey -joukkueita vastaan. Ryhmän toimintaan on helppo tulla mukaan ilmaisten kokeilukertojen kautta.
- Lisätiedot: Henri Heino, TPS harrastevastaava p. 040 773 8580 ja [henri.heino@tpsjuniorit.fi](mailto:henri.heino@tpsjuniorit.fi) Ilmoittautuminen: [tps-juniorit.net](http://tps-juniorit.net)

## **Sporttitreeni 7–12-vuotiaille**

- ti 17.10–17.55, Jumppala (Sali 3), Siutlankatu 1
- Erityistukea tarvitseville pojille, tytötkin tervetulleita. Painopisteenä leikit, joukkuepelit ja temppuradat.
- Ilmoittaudu: [www.voli.fi](http://www.voli.fi), p. 040 164 7244

## **Sähkörijalkapallo – power soccer 7–19-vuotiaille**

- su klo 16–18 Peltolan ammatti-instituutin sali, Hamppukatu 2
- Puskuria voi aluksi lainata joukkueelta.
- Ilmoittaudu mukaan: p. 050 581 7280

## **Sirkusliikuntaa ja trampoliinivoimistelua**

- ke klo 17.30–18.30 ja la klo 11–12, Lintulan liikuntasali, Eerikinkatu 7, 5. krs.
- Ilmoittaudu mukaan: Turun Sirkus, [esa@turunsirkus.fi](mailto:esa@turunsirkus.fi), p. 040 551 7724 to klo 17.45–18.30, Impivaaran jäähalli, Eskonkatu 1

## **Leppis-luistelukoulu 2–6-vuotiaille**

- to klo 17.45–18.30, Impivaaran jäähalli, Eskonkatu 1
- Leppis-luistelukoulun erityisryhmän leikkiluistelukouluun ovat lämpimästi tervetulleita 2–6-vuotiaat tytöt ja pojat opettelemaan luistelun alkeet. Luistelun alkeet opetellaan leikkien, pelien, musiikin ja välineiden avulla.
- Hinta syyskausi: 1krt/vko 85 €. Hintaa sisältää seuran jäsenmaksun 30 € sekä seuran ostaman vakuutuksellisen luistelupassin. Syyskuussa pääset kokeilemaan Leppis-luistelukoulussa kokonaan ilmaiseksi!
- Lisätiedot: [www.turunriennontaitoluistelu.fi](http://www.turunriennontaitoluistelu.fi), [luistelukoulu@turunriennontaitoluistelu.fi](mailto:luistelukoulu@turunriennontaitoluistelu.fi), p. 040 514 1921

## **Luistelukoulu erityislapsille**

- to klo 17.15–18 (voit kysyä muita aikoja), Impivaaran jäähalli, Eskonkatu 1
- Erityistähdet-ryhmä on suunnattu käveleville tai yhden avustajan/apuvälineen varmistamana jäällä pärjääville. Luistelukoulu sopii hyvin lapsille, joilla on esim. down, lievä CP, lihastauti, reuma, adhd, näkö- tai kuulovamma. Luistelukoulussa opetellaan alkeita, kerrataan vanhaa ja opetellaan uutta. Voit ottaa avustajan mukaan.
- Lisätiedot: [www.turunriennontaitoluistelu.fi](http://www.turunriennontaitoluistelu.fi), [luistelukoulu@turunriennontaitoluistelu.fi](mailto:luistelukoulu@turunriennontaitoluistelu.fi), p. 040 514 1921

## **Nallepaini, Turun voimamiehet**

- Tiedustelut Turun voimamiehet, p. 040 967 9282

**Uintiryhmät** Uimataidon mukaan erityistä tukea tarvitseville ja aisti-, liikunta- ja kehitysvammaisille.

### **Alkeisryhmät uimataidottomille**

- ma klo 17.15–18, Impivaaran uimahalli, Uimahallinpolku 4, opetusallas
- ma klo 18–18.45, Impivaaran uimahalli, Uimahallinpolku 4, opetusallas
- ke klo 17.15–18, Impivaaran uimahalli, Uimahallinpolku 4, opetusallas
- Ilmoittaudu mukaan uintiryhmiin: Liikuntapalvelukeskus p. 050 594 7207. Hinta 50 €/kausi. Huoltajat järjestävät lastensa henkilökohtaiset avustajat ja kuljetukset.

### **Uinnin jatkoryhmät (uimataito 5–15 m)**

- ma klo 18.45–19.30, Impivaaran uimahalli 4, monitoimiallas
- ke klo 18.15–19.00, Impivaaran uimahalli, Uimahallinpolku 4, monitoimiallas
- Ilmoittaudu mukaan uintiryhmiin: Liikuntapalvelukeskus p. 050 594 7207. Hinta 50 €/kausi. Huoltajat järjestävät lastensa henkilökohtaiset avustajat ja kuljetukset.

### **Uinnin tekniikkaryhmä (uimataito yli 15 m)**

- ma klo 18–18.45, Impivaaran uimahalli, Uimahallinpolku 4, 25 m allas.
- Hinta 200 €/kausi. Ilmoittaudu mukaan uintiryhmään: Uinti Turku p. 041 318 7384

### **Kuntouinti nuorille (uimataito yli 50 m)**

- ma klo 18.45–19.30, Impivaaran uimahalli, Uimahallinpolku 4, 25 m allas.
- Hinta 200 €/kausi. Ilmoittaudu mukaan uintiryhmään: Uinti Turku p. 041 318 7384

### **Kilpauintiryhmä kehitysvammaisille (Uinti Turku)**

- ma klo 19.30–20.30, Impivaaran uimahalli, Uimahallinpolku 4, 25 m allas
- to klo 17–18 If:n allas, Puolalankatu 5. Ilmoittaudu mukaan: Turun Uinti p. 041 318 7384

### **Uintiryhmät neurokirjon lapsille ja nuorille (aistiyhdistys)**

- Alkeisopetus to klo 18.15–19 (alle 10-vuotiaille)
- Jatko-opetus to klo 19–19.45
- Tekniikkaryhmä to klo 19.45–20.30 (yli 10-vuotiaille)
- If:n allas, Puolalankatu 5.
- Ilmoittaudu mukaan: [www.aistiyhdistys.fi](http://www.aistiyhdistys.fi) p.050 349 4052

### **Parayleisurheiluryhmä 6–15-vuotiaille**

- ti ja to klo 17–18, Kupittaan urheiluhallissa, Tahkonkuja 5, 20520 Turku
- Parayleisurheilu sopii nuorille, joilla on pyörätuoli, näkövamma, Down, neurologinen vamma esim. cp, proteesiurheilija joko ylä- tai alaraajassa, lyhytkasvuinen, elinsiirron saanut. Seuran urheilijoita kehitetään ilon, lajirakkauden ja kokonaisvaltaisen osaamisen ilmapiirissä, olipa tavoitteena liikunnallinen elämäntapa, antoisa harrastus tai kilpaurheilu.
- Ilmoittaudu mukaan: seura@turunseudunkenttaurheilijat.fi tai Janne Keränen p. 040 504 4924.

### **Judo 7–11-vuotiaille (integroitu ryhmä)**

- ma klo 17–18 ja ke klo 17–18 Liikuntakeskus Alfassa
- Integroitu ryhmä, johon voi osallistua myös erityistä tukea tarvitseva lapsi. Soveltuu mm. toiminnanohjauksen haasteisille, näkövammaisille ja kuulovammaisille. Harjoituksia vetää erityisopettaja ja liikunta-alan ammattilainen, lisäksi harjoituksissa on aina lukuisa määrä koulutettuja apuohjaajia. Lisätietoja: p.0400 153 240, [info@turunjudoseura.fi](mailto:info@turunjudoseura.fi)

## **Soveltavaa jalkapalloa 7–10-vuotiaille erityistä tukea tarvitseville lapsille**

- tiistaisin klo 17–18 Katedralskolanin liikuntasalissa, Nunnakatu 2. (30.9 alkaen)
- Harjoituksissa voi käydä kokeilemassa kaksi kertaa ennen kuin sitoutuu ryhmään.
- Toiminta on suunnattu lapsille, joilla on esimerkiksi haasteita toimia isossa ryhmässä, vuorovaikutuksessa, keskittymisessä tai tarkkaavaisuudessa, diagnoosista huolimatta. Ryhmä on käveleville ja ilman apuvälineitä pärjääville lapsille.
- Ryhmän koko on max 6 lasta/ohjaaja, ja ohjaaja puhuu sekä suomea että ruotsia. Ryhmään voi halutessaan ottaa avustajan mukaan. Ryhmän ohjaajana toimii Frans Grönlund.
- Harjoituksissa pidetään hauskaa ja harjoitellaan jalkapallon perusasioita, pelataan jalkapalloa ja leikitään. Ryhmässä on mahdollisuus harrastaa jalkapalloa omista lähtökohdista, kannustavassa ja turvallisessa ympäristössä.
- Hinta: 160 €/lukuvuosi (80 €/lukukausi).  
Maksuun voi käyttää Turun kaupungin Boostii-etua. Lisätiedot Lena Hindström-Pesu 0405259029 (klo 10–14) tai [lena.hindstrom-pesu@ffaifk.fi](mailto:lena.hindstrom-pesu@ffaifk.fi).

## **Anpassad fotboll för barn 7–10 år, som behöver särskilt stöd**

- Träningarna börjar 30.9 och hålls på tisdagar kl. 17–18 i Katedralskolans gymnastiksal, Nunnegatan 2. Man kan prova på två gånger innan man binder sig till gruppen.
- Verksamheten är riktad till barn som till exempel har utmaningar med att fungera i en stor grupp, i socialt samspel, med koncentration eller uppmärksamhet, oberoende av diagnos. Gruppen är för barn som kan gå och klarar sig utan hjälpmedel.
- Gruppens storlek är max. 6 barn/ledare och ledaren talar både finska och svenska. Man kan delta i gruppen tillsammans med en egen assistent. Gruppens ledare är Frans Grönlund. På träningarna har vi roligt, övar fotbollens grunder, spelar fotboll och leker. I gruppen finns möjlighet att utöva fotboll från sina egna förutsättningar, i en uppmuntrande och trygg miljö.
- Pris: 160 €/låsår (80 €/termin). Avgiften kan betalas med Boostii-förmånen. Mer information fås av Lena Hindström-Pesu 0405259029 (kl. 10-14) eller [lena.hindstrom-pesu@ffaifk.fi](mailto:lena.hindstrom-pesu@ffaifk.fi)

## **Ratsastuskurssi 6–15-vuotiaille**

- ti klo 16–17, viikot 12–21, Metsäkylän Ratsastuskeskus, Metsäkyläntie 64
- Kurssi sopii lapsille, joilla esim. down, lievä CP, alkuvaiheen lihastauti, reuma, dysfasia, adhd, autismi tai asperger, ja niille, jotka eivät käytä apuvälineitä. Kurssilla pääset ratsastamaan sekä hoitamaan ja varustamaan hevosta. Hinta 230 € (10 krt).
- Ilmoittaudu mukaan: [toimisto@metku.fi](mailto:toimisto@metku.fi), p. 040 737 2837 (mielellään tekstiviestinä yhteydenotto)

## **Parkour lapsille, nuorille ja perheille**

- Turun Parkour Akatemian kaikkiin opetusryhmiin on mahdollista osallistua avustajan/hoitajan kanssa. Kaikki ryhmät ikäryhmittäin löydettävissä täältä: <https://parkourakatemia.fi/turku/ilmoittautuminen/>
- Lisätietoja ja ilmoittautuminen p. 044 761 2771 tai [kaisa.liesmaki@parkourakatemia.fi](mailto:kaisa.liesmaki@parkourakatemia.fi)

# Soveltavan liikunnan ryhmät nuorille

Lähde mukaan ja löydä lajisi! Toimintaa viikoilla 36–49 ja 2–18.

## JunioriFit 13–19-vuotiaille (integroituryhmä)

- Tiistaisin klo 16:30-17:15, Liikuntakeskus Energym, Vähäheikkiläntie 56C
- soveltuu apuvälineen käyttäjälle, voi tulla avustajan kanssa
- kausimaksu 115 € (sisältää jäsenmaksun)
- lisätietoja ja ilmoittautuminen p. 050 378 9929 Turun Naisvoimistelijat

## Mixtreeni

- ti 18–18.45 Jumppala, Siutlankatu 1
- 17–29-vuotiaille. Tunneilla tehdään monipuolisesti jumppaa käyttäen mm. jättipalloa, kuminauhaa, keppiä sekä puntteja. Lisäksi tanssitaan ja käytetään hyppynaruja.
- Ilmoittaudu mukaan: [www.voli.fi](http://www.voli.fi), p. 040 164 7244

## Salibandy

- ti klo 16.30–18 ja ke klo 17–18, Ruiskatu 8
- Erityisryhmien salibandyjoukkue nuorille ja aikuisille.
- Lisätietoja: Salibandyseura TVA ry, p. 040 725 2115. [miika.berg@gmail.com](mailto:miika.berg@gmail.com).

## Soveltava salibandyryhmä

- ti klo 16.45–17.45, Puropellon koulu
- Kehitysvammaisille yli 12-vuotiaille.
- Ilmoittaudu mukaan: TPS-salibandy, p. 0400 901 336

## Soveltavaa alppihiihtoa

- aisti-, liikunta- ja kehitysvammaisille
- Hirvensalon hiihtokeskus, Kaksikerrantie 111
- \*Lisätiedot: Hirvensalon hiihtokoulu, [hiihtokoulu@hirvensalo.fi](mailto:hiihtokoulu@hirvensalo.fi),
- p. 045 106 3011 hiihtokeskuksen aukioloaikoina.
- \*Iloski ry järjestää pysty- ja kelkkalaskuryhmiä ja näitä tukevia liikuntaharjoituksia sekä avustajien koulutusta.
- Lisätiedot: p. 044 062 674, 044 363 4400

## Sähköpyörätuolisalibandy

- to klo 18–19, Hannunniitun koulu
- Liikunta- ja kehitysvammaisille.
- Ilmoittaudu mukaan: TPS-salibandy, p. 0400 901 336

## Parkour lapsille, nuorille ja perheille

- Turun Parkour Akatemian kaikkiin opetusryhmiin on mahdollista osallistua avustajan/huoltajan kanssa. Kaikki ryhmät ikäryhmittäin löydettävissä täältä: <https://parkourakatemia.fi/turku/ilmoittautuminen/>
- Lisätietoja ja ilmoittautuminen p. 044 761 2771 tai [kaisa.liesmaki@parkourakatemia.fi](mailto:kaisa.liesmaki@parkourakatemia.fi)

## **Uintiryhmät**

Uimataidon mukaan erityistä tukea tarvitseville ja aisti-, liikunta- ja kehitysvammaisille

### **Uinnin jatkoryhmät, uimataito 5–15 m**

- ma klo 18.45–19.30, Impivaaran uimahalli 4, monitoimiallas
- ke klo 18.15–19.00, Impivaaran uimahalli, Uimahallinpolku 4, monitoimiallas
- Ilmoittaudu mukaan uintiryhmiin: Liikuntapalvelukeskus p. 050 594 7207. Hinta 50 €/kausi. Huoltajat järjestävät lastensa henkilökohtaiset avustajat ja kuljetukset.

### **Uinnin tekniikkaryhmä (uimataito yli 15 m)**

- ma klo 18–18.45, Impivaaran uimahalli, Uimahallinpolku 4, 25 m allas. Hinta 200 €/kausi. Ilmoittaudu mukaan uintiryhmään: Uinti Turku p. 041 318 7384

### **Kuntouinti nuorille (uimataito yli 50 m)**

- ma klo 18.45–19.30, Impivaaran uimahalli, Uimahallinpolku 4, 25 m allas. Hinta 200 €/kausi. Ilmoittaudu mukaan uintiryhmään: Uinti Turku p. 041 318 7384

### **Kilpauintiryhmä kehitysvammaisille (Uinti Turku)**

- ma klo 19.30–20.30, Impivaaran uimahalli, Uimahallinpolku 4, 25 m allas
- to klo 17–18 If:n allas, Puolalankatu 5. Ilmoittaudu mukaan: Turun Uinti p. 041 318 7384

### **Uintiryhmät neurokirjon lapsille ja nuorille**

- Alkeisopetus to klo 18.15–19 (alle 10-vuotiaille)
- Jatko-opetus to klo 19–19.45
- Tekniikkaryhmä to klo 19.45–20.30 (yli 10-vuotiaille)
- If:n allas, Puolalankatu 5.
- Ilmoittaudu mukaan: [www.aistiyhdistys.fi](http://www.aistiyhdistys.fi) p.050 349 4052

### **Parayleisurheiluryhmä 6–15-vuotiaille**

- ti ja to klo 17–18, Kupittaaan urheiluhallissa, Tahkonkuja 5, 20520 Turku
- Parayleisurheilu sopii nuorille, joilla on pyörätuoli, näkövamma, Down, neurologinen vamma esim. cp, proteesiurheilija joko ylä- tai alaraajassa, lyhytkasvuinen, elinsiirron saanut. Seuran urheilijoita kehitetään ilon, lajirakkauden ja kokonaisvaltaisen osaamisen ilmapiirissä, olipa tavoitteena liikunnallinen elämäntapa, antoisa harrastus tai kilpaurheilu.
- Ilmoittaudu mukaan: seura@turunseudunkenttaurheilijat.fi tai
- Janne Keränen p. 040 504 4924.

## **TPS Sateenkaari jalkapalloa yli 13-vuotiaille kehitysvammaisille**

- Harjoituksia pidetään kerran viikossa: talvella Impivaaran palloiluhallissa, ja keväisin ja syksyisin ulkona. Keskikesän pidämme vapaata.
- Pallotaidot eivät ole tärkeitä, sillä ne kehittyvät harjoitusten yhteydessä. Harjoituksissa kehitetään kuntoa, tehdään harjoitteita ja pelataan peli.
- Joukkue koostuu tällä hetkellä 15 aktiivisesta pelurista ja lisää innokkaita mahtuisi mukaan.
- TPS Sateenkari osallistuu vuosittain kahteen SM-turnaukseen, jotka järjestetään Helsingissä ja Hämeenlinnassa. Edeltävinä vuosina joukkue on voittanut useasti C-lohkon Suomen mestaruuden.
- Ryhmän valmentaja Severi Paajanen on palkittu Palloliiton Läntisen alueen Respect-järjestäjä TPS juniorijalkapallo palkinnolla työstään erityisryhmässä.
- Ota yhteyttä joukkueenjohtaja Rauno Lehtiseen, rauno.lehtinen@ssab.com tai 0400 320149.