



**SOMERON
HARRASTAMISEN MALLI
2021-2022
HARRASTUSVIHKO**



**HARRASTAMISEN
SUOMEN MALLI**
SOMERO



TUTUSTU VIHKOON JA LÖYDÄ MAKSUTON MIELUISA HARRASTUS

Harrastamisen Suomen malli on valtakunnallinen hanke, jonka tavoitteena on mahdollistaa jokaiselle lapselle ja nuorelle mieluisa ja maksuton harrastus koulupäivän yhteydessä. Hanke tukee lasten ja nuorten hyvinvointia. Somerolla hanke kantaa nimeä **Someron harrastamisen malli**. Someron harrastamisen mallin tavoitteena saada yhä useampi peruskoululainen harrastusten pariin. Hanke on kohdennettu erityisesti lapsiin ja nuoriin, joilta ei entuudestaan löydy harrastusta. Tavoitteisiin kuuluu myös syrjäytymisen ehkäisy, yhteisöllisyys ja ystävystyminen.



LISÄTIETOA

Someron harrastamisen mallin
nettisivut löydät osoitteesta:

<https://www.somero.fi/kasvatus-ja-koulutus/perusopetus/someron-harrastamisen-malli/>

Sivuilta löydät ajankohtaista tietoa
hankkeesta. Jatkossa myös
harrastusvihko löytyy päivitettyinä
versiona nettisivuilta.



**HARRASTAMISEN
SUOMEN MALLI**
SOMERO

ILMOITTAUTUMINEN

Harrastuksiin ilmoittaudutaan sähköpostitse osoitteeseen harrastamisenmalli@somero.fi tai soittamalla 044 7791265/Mira Teräväinen

Harrastuksiin ilmoittauduttaessa etusijalla ovat he keillä ei entuudestaan ole mitään harrastusta. Muutoin harrastuksiin valitaan ilmoittautumisjärjestyksessä.

Harrastuksiin, joissa on vielä tilaa voi ilmoittautua koko kauden ajan (nämä harrastukset on merkitty harrastuskalenteriin sinisellä). Voit ilmoittautua Someron harrastamisen mallin harrastuksiin, vaikka harrastaisitkin jo jotain muuta. Voit ilmoittautua useampaan harrastukseen kerralla. Aseta tällöin harrastukset sähköpostiviestin otsikossa tärkeysjärjestykseen niin, että ensimmäisenä on ykkösvalinta.

Ilmoittautuessa vastaathan alla oleviin kohtiin

- 1. Viestin otsikoksi/aiheeksi harrastuksen nimi
Itse viestiin:**
- 2. Huoltajan nimi, puh.num. ja sähköposti**
- 3. Harrastajan nimi**
- 4. Harrastajan ikä ja sukupuoli**
- 5. Harrastajan koulu ja luokka**
- 6. Oletko jo mukana jossakin harrastus-
/ryhmätöinnässä? Jos olet, niin missä?**
- 7. Onko kyseinen harrastus tuttu entuudestaan?**
- 8. Onko sinulla allergioita? (harrastuksissa tarjotaan
pieni välipala)**
- 9. Muita erityistietoja, jotka ohjaajan tulisi tietää?**
- 10. Onko lupa kuvata? (kuvia julkaistaan
paikallismediassa ja Someron harrastamisen
mallin some -kanavilla)**

HUOM!


* Tähdellä merkattuihin Somero-opiston kursseihin ilmoittaudutaan kuten muillekin opiston kursseille soittamalla tai internetissä:
<https://opistopalvelut.fi/somero/>

HUOM!

~Aaltomerkillä merkattuihin Someron seurakunnan kerhoihin ilmoittaudutaan srk:n nettisivun ilmoittautumisen kautta. Sieltä näet myös päivitetyn kerho-ohjelmiston. Mukaan voi ilmoittautua myös myöhemmin kevään mitta. Seurakunnan kerhotoimintaan sisältyy myös pieni hartaudellinen osuus. Aloitamme kerhot viikolla 2. Lisätietoja kerhoista Lauri Marjamaalta 0447214029

**Ilmoittautuminen pysyy auki, mikäli ryhmä ei täyty.
Harrastuksia ei ole loma-aikana (viikot 42 ja 8).
Pidätämme oikeuden muutoksiin koronasta johtuen.
Tiedotamme muutoksista nettisivuilla ja kouluissa.**

ALAKOULUN HARRASTUSLUKKARI

| MAANANTAI | TIISTAI | KESKIVIKKO | TORSTAI | PERJANTAI |
|---|--|--|--|---|
| 14.00-15.30 Meja muut maailman taitelijat Oinasjärven koulu | 13.00-14.30 Lasten tiedepaja 2.-4.lk. Joensuun koulu | 13.15-14.00 Askartelupaja 1-2. lk. Joensuun koulu | 13.30-14.45 Uintikerho 1-4lk. Uimahalli | 14.45-15.15 Parkour 4-6.lk Joensuun koulu |
| 16.00-17.00 Soveltavan liikunnan kerho Tatamisali/vaihtuva paikka | 13.00-16.00 Olokkolo 1-6.lk. Seurakuntakeskus | 14.00-15.30 Meja muut maailman taitelijat Pitkäljärven koulu | 14.00-15.00 Oinasjärven kerho 1-4 lk Oinasjärven koulu, Liikuntasali | 15.00-17.00 Safkasankarit 4.-6lk. Joensuun koulun KO-luokka |
| 17.30-19.00 Lasten puutyöpaja Joensuun koulu, puutyöluokka | 13.30-14.30 Uintikerho Loiskis 1-3.lk. Uimahalli | 14.15-15.45 Kassapaja 3-6. lk. Joensuun koulu | 14.00-15.00 Koripallokerho 1-3.lk. Joensuun koulun Sali | |
| | 14.30-15.30 Uintikerho Loiskis 1-3.lk. Uimahalli | 15.00-16.00 Luontokerho 4H Nupputinna | 14.15-15.15 Teatterikerho 8-11-v Kiiruun koulu | |
| | 15.00-16.00 Vapaa keilausvuoro 4.-9.lk. Keilahalli | 15.15-16.15 Liikunnan monilajikerho 4-6.lk. Vaihtuva paikka | 15.00-16.30 Lasten tiedepaja 3-6.lk. Kirkonmäen koulu | |
| | 15.30-16.15 Tankotunti 4.-6.lk. Majurimove | | 15.00-17.00 Safkasankarit 1-3lk. Joensuun koulun KO-luokka | |
| Huom. punaisella merkityt harrastukset täynnä | 15.30-16.45 Uintikerho 4-6.lk. Uimahalli | | 15.30-16.30 Sählykerho 1-6.lk. Kirkonmäen koulu | |
| | | | 15.30-16.45 Uintikerho 1-4lk. Uimahalli | |
| | | | |  <p>HARRASTAMISEN SUOMEN MALLI SOMERO</p> |



Alakoululaisille

Maanantai

* **Me ja muut maailman taiteilija 1-6 lk.**

Oinasjärven koulu, Helsingintie 2103
Maanantai 14.00-15.30, 6.9.-29.11.2021, 10.1.-25.4.2022
Kuvataiteilija, KuM Keanne Van De Kreeke

Tutkimme erilaisia taiteen muotoja ja ideoimme niiden ympärille teoksia. Kokeilemme erilaisia materiaaleja sekä tekniikoita ja etsimme pikkuhiljaa omaa tyyliämme. Keskitymme myös vahvasti yhteisöllisyyteen ja opimme arvostamaan toisten teoksia ja tyyliä.

Soveltavan liikunnan kerho 1-6 lk.

Monitoimitalo, tatamisali/vaihtuvapaikka, Kiiruuntie 6
Maanantai 16.00-17.00, 10.1.-25.4.2022
Liikunnanohjaajat Eeva-Majja Kara ja Mira Teräväinen

Liikumme yhdessä monipuolisesti. Suunnittelemme toimintaa ottaen huomioon kerholaisten toiveet. Liikuntataitojen lisäksi, harjoittelemmme sääntöjen mukaan toimimista sekä rauhoittumista. Kerho on tarkoitettu erityistä tukea tarvitseville lapsille. Mikäli lapsi tarvitsee päivittäisissä toimissa avustajaa, tulisi hänellä myös ryhmässä olla avustaja.

* **Puutyöpaja 3-6 lk. TÄYNNÄ!**

Joensuun koulu, Puutyöluokka, Heikintie 35
Maanantai 17.30-19.00, 6.9.-29.11.2021, 10.1.-25.4.2022
Puuseppä Jesse Tulokas

Kerhossa harjoitellaan puuntyöstämisen perusasioita, kuten sahaamista, poraamista ja naulaamista sekä puulimalevyn valmistusta. Töihin voidaan yhdistää myös metallia.

Tiistai

* **Lasten tiedepaja 2-4 lk. TÄYNNÄ!**

Joensuun koulu, Heikintie 35

Tiistai 13.00-14.30, 7.9.-7.12.2021, 11.1.-26.4.2022

Richard Conway

Tiedepajassa tutustutaan tieteen jännittävään maailmaan testaamalla fysiikan lakeja ja kemiallisia reaktioita. Lapsia kannustetaan pohtimaan arjen ilmiöitä tieteen näkökulmasta ja tuetaan elinikäisen oppimisen alkutaivalta tieteen maailmassa. Kerhossa opitaan myös englannin kieltä, sillä skotlantilainen opettaja käyttää opetuksessa suomen lisäksi englantia.

~**Olokolo 1-6 lk.**

Seurakuntakeskus nuorisotila, Härkäläntie 1

Tiistai 13.00-16.00, 31.8.-14.12.2021, 11.1.-26.4.2022

Lauri Marjamaa

Askartelua, pelailua ja vapaata oloa. Pieni yhteinen rauhoittumishetki aina kerhon loppupuolella. Olokoloon voit ottaa lisäksi mukaan omat eväät.

Uintikerho Loiskis 1-3 lk. TÄYNNÄ!

Uimahalli, Kiiruuntie 6

Tiistai 13.30-14.30, 7.9.-14.12.2021, 11.1.-26.4.2022

Uimaopettaja Susanna Ylönen

Jännittääkö uiminen vielä? Tule kerryttämään rohkeutta Loiskis pienryhmään. Aloitamme yhdessä uimaopettajan johdolla. Pelaillaan, leikitään ja opetellaan ikätason mukaisia uimataitoja. Lopussa aina vapaa-aikaa. Halutessasi lisätietoja, ole rohkeasti yhteydessä uimaopettajaan

Uintikerho Loiskis 1-3 lk. TÄYNNÄ!

Uimahalli, Kiiruuntie 6

Tiistai 14.30-15.30, 7.9.-14.12.2021, 11.1.-26.4.2022

Uimaopettaja Jenny Nyström

Jännittääkö uiminen vielä? Tule kerryttämään rohkeutta Loiskis pienryhmään. Aloitamme yhdessä uimaopettajan johdolla. Pelaillaan, leikitään ja opetellaan ikätason mukaisia uimataitoja. Lopussa aina vapaa-aikaa. Halutessasi lisätietoja, ole rohkeasti yhteydessä uimaopettajaan.

Uintikerho 4-6 lk.

Uimahalli, Kiiruuntie 6

Tiistai 15.30-16.45, 11.1.-26.4.2022

Uimaopettaja Jenny Nyström

Nautitko uimisesta? Tule uimaan ja pelailemaan uintikerhoon, jossa sinulla on mahdollisuus myös suorittaa uintimerkkejä. Kerhon loppuun aina vapaa-aikaa uimahallissa. Vaatimuksena 25m uimataito.

Vapaa keilausvuoro 4-9 lk.

Someron keilahalli, Joensuuntie 18

Tiistai 15.00-16.00 11.1.-24.5.2022

Mika Salminen

Vapaa keilausvuorolla pääsee harjoittelemaan keilaustaitojaan omatoimisesti valvotusti. Vapaalle keilausvuorolle ei tarvitse ilmoittautua etukäteen, mutta keilahallille saapuessa, ilmoita itsesi Mikalle.

Tankotunti 4-6 lk. TÄYNNÄ!

Majurimove, Takalankuja 5

Tiistai 15.30-16.15, 7.9.- 30.11.2021, 11.1.-19.4.2022

Hanna Majuri

Tankotunnilla tutustutaan rennosti ja ilolla tankotanssiin. Tankotunnilla harjoitellaan tangolla tehtäviä temppeja ja pyörähdyksiä, jotka kehittävät koordinaatiokykyä, hahmotuskykyä, voimaa ja notkeutta. Tunnit sisältävät myös

pää alaspäin olemisesta ja kiipeilyä tangolla. Kurssi kehittää kokonaisvaltaisesti lapsen motorisia taitoja sekä kehonhallintaa hauskanpitoa unohtamatta. Mukaan tarvitsee lyhyet shortsit, juomapullon ja pienen pyyhkeen tangon putsaamista varten.

Keskiviikko

* **Me ja muut maailman taiteilijat 1-6 lk**

Pitkäjärven koulu, Turuntie 1300

Keskiviikko 14.00-15.30, 8.9.-1.12.2021, 12.1.-20.4.2022

Kuvataiteilija, KuM Keanne Van De Kreeke

Tutkimme erilaisia taiteen muotoja ja ideoimme niiden ympärille teoksia. Kokeilemme erilaisia materiaaleja sekä tekniikoita ja etsimme pikkuhiljaa omaa tyyliämme. Keskitymme myös vahvasti yhteisöllisyyteen ja opimme arvostamaan toisten teoksia ja tyyliä

* **Askartelupaja 1-2 lk. TÄYNNÄ!**

Joensuun koulu, Heikintie 35

Keskiviikko 13.15-14.00, 8.9.-8.12.2021, 12.1.-27.4.2022

B.A., artemoni (AMK) Piritta Kämi-Conway

Kerhossa askarrellaan pieniä töitä erilaisista materiaaleista. Askartelutyöt tehdään mallin mukaan, mutta oppilaista kannustetaan käyttämään omaa luovuuttaan ja ideoitaan töiden tekemisessä. Askartelun lomassa lapsen kädentaidot, motoriikka ja luovuus kehittyvät

* **Kässäpaja 3-6 lk.**

Joensuun koulu, Heikintie 35

Keskiviikko 14.15-15.45, 8.9.-8.12.2021, 12.1.-27.4.2022

B.A., artemoni (AMK) Piritta Kämi-Conway

Kerhossa tutustutaan erilaisiin käsityön tekemisen taitoihin, tekniikoihin ja materiaaleihin sekä kannustetaan oppilaita

jatkamaan käsityöharrastusta omatoimisesti myös vapaa-ajallaan. Kurssin aikana harjoitellaan muun muassa käsin ompelun, kirjonnan, huovutuksen, kankaanpainannan ja lankatöiden taitoja.

Monilajikerho 4-6 lk.

Vaihtuva paikka

Keskiviikko 15.15-16.15, 21.9.-14.12.2021, 11.1.-26.4.2022

Justus Mäenpää

Liikkuminen kiinnostaisi sinua, muttet ihan tiedä mitä harrastaisit. Testaa matalalla kynnyksellä useampaa eri lajia niin tiedät paremmin mistä pidät. Nimensä mukaisesti tässä harrastuksessa pääset tutustumaan Someron monipuoliseen liikuntalajien kirjoon. Kokeiltuasi eri lajeja voit löytää uuden mieluisan harrastuksen. Mukana muun muassa keilaus, karate, judo, frisbeegolf, jalkapallo, salibandy, yleisurheilu, telinevoimistelu, koripallo, lentopallo ja suunnistus.

Luontokerho

Nuppulinna, Vanha Härkätie 5

Keskiviikko 15.00-16.00, 8.9.- 8.12.2021, 12.1.-27.4.2022

Elina Mikkola

Kerhon tavoitteena on innostaa lapsia metsään sekä vahvistaa heidän sidettään suomalaiseen metsäluontoon. Metsäsalapoliiseina lapset innostuvat metsäluonnon tutkimisesta ja havainnoinnista. Kerhossa opitaan itse tehden, leikkien, tutkien ja kokeillen. Kerho vahvistaa lapsen metsäsuhdetta.



Torstai

Uintikerho 1-4 lk. Ryhmä 1 TÄYNNÄ!

Uimahalli, Kiiruuntie 6

Torstai 13.30-14.45, 9.9.-16.12.2021, 13.1.-28.4.2022

Uimaopettaja Susanna Ylönen

Nautitko uimisesta? Tule uimaan ja pelailemaan uintikerhoon, jossa sinulla on mahdollisuus myös suorittaa uintimerkkejä. Kerhon loppuun aina vapaa-aikaa uimahallissa. Vaatimuksena 25m uimataito.

Uintikerho 1-4 lk. Ryhmä 2 TÄYNNÄ!

Uimahalli, Kiiruuntie 6

Torstai 15.30-16.45, 9.9.-16.12.2021, 13.1.-28.4.2022

Uimaopettaja Susanna Ylönen

Nautitko uimisesta? Tule uimaan ja pelailemaan uintikerhoon, jossa sinulla on mahdollisuus myös suorittaa uintimerkkejä. Kerhon loppuun aina vapaa-aikaa uimahallissa. Vaatimuksena 25m uimataito.

~Oinasjärven kerho 1-4 lk.

Oinasjärven koulu, liikuntasali,

Parittomien viikkojen torstaisin 14.00-15.00

Lauri Marjamaa/Seurakunta

Yhteistä tekemistä askartelun ja pelailun tiimoilta.

Koripallokerho 1-3 lk.

Joensuun koulu, Liikuntasali, Heikintie 35

Torstai 14.00-15.00, 13.1.-28.4.2022

Justus Mäenpää

Kerho on suunnattu tytöille ja pojille, jotka eivät harrasta koripalloa seurassa. Kerhossa harjoitellaan pelien ja leikkien

kautta koripallon perustaitoja. Kerhossa harjoitellaan myös muita liikunnan perustaitoja lajin ohella. Kerhoon otetaan ilmoittautumisjärjestyksessä sekä tyttöjä että poikia max. 15 oppilasta.

Teatterikerho 8-11 –vuotiaille TÄYNNÄ!

Kiiruun koulu

Torstaisin 14.15-15.15, 16.9.-9.12. ja 13.1.-28.4.2022

(kevään päivät tarkentuvat myöhemmin)

Olla-Riitta Aarikka

Teatterikerhossa perehdytään improvisaatioon sekä tunteiden ilmaisemiseen ja kokemiseen tekemisen kautta.

*** Lasten tiedepaja 3-6 lk.**

Kirkonmäen koulu, Kirkkotie 3

Torstai 15.00-16.30, 9.9.-9.12.2021, 13.1.-28.4.2022

Richard Conway

Tiedepajassa tutustutaan tieteen jännittävään maailmaan testaamalla fysiikan lakeja ja kemiallisia reaktioita. Lapsia kannustetaan pohtimaan arjen ilmiöitä tieteen näkökulmasta ja tuetaan elinikäisen oppimisen alkutaivalta tieteen maailmassa. Kerhossa opitaan myös englannin kieltä, sillä skotlantilainen opettaja käyttää opetuksessa suomen lisäksi englantia.

Safkasankarit 1-3 lk. TÄYNNÄ!

Joensuun koulu, Kotitalousluokka, Heikintie 35

Torstai 15.00-17.00, 9.9.-16.12.2021, 13.1.-28.4.2022

Sari Tuomarmäki

Safkasankarit –teemakerhon tavoitteena on herättää kiinnostusta ruuanvalmistamista kohtaan. Kerhossa opitaan itse tekemällä, tutkimalla ja kokeilemalla. Safkasankarit oppivat tuotteiden ideointia, valmistusta, kehittämistä, mitä ruoka maksaa ja mistä se tulee. Valmistamalla ruokia eri teemoilla tutustutaan sekä suomen että muiden maiden eri kulttuureihin.



Perjantai

Parkour 4-6 lk.

Joensuun koulu, liikuntasali, Heikintie 35
Perjantai 14:15-15:15, 4.2.-
Maria Valta

Parkour on liikuntalaji, jossa pyritään liikkumaan mahdollisimman sulavasti, nopeasti ja tehokkaasti paikasta toiseen. Parkourissa lapsi pääsee liikkumaan ja haastamaan itseään omien kykyjensä puitteissa. Somerolla ryhmä toteutetaan parkour-ammattilaisten suunnittelemalla Loikkakopla alustalla. Jokaiseen kerhokertaan kuuluu yhteinen lämmittely ja harjoituksia, joista löytyy kaikentasoisille harjoittelijoille soveltuvat versiot.

Safkasankarit 4-6 lk. TÄYNNÄ!

Joensuun koulu, Kotitalousluokka, Heikintie 35
Perjantai 15.00-17.00, 10.9.-10.12.2021, 14.1.-29.4.2022
Sari Tuomarmäki

Safkasankarit –teemakerhon tavoitteena on herättää kiinnostusta ruuanvalmistamista kohtaan. Kerhossa opitaan itse tekemällä, tutkimalla ja kokeilemalla. Safkasankarit oppivat tuotteiden ideointia, valmistusta, kehittämistä, mitä ruoka maksaa ja mistä se tulee. Valmistamalla ruokia eri teemoilla tutustutaan sekä suomen että muiden maiden eri kulttuureihin.

Yläkoululaisille

Maanantai

Vapaa pelailuvuoro

Monitoimitalo palloilusalja, Kiiruuntie 6
Maanantai 15:00-16:15, 10.1.-25.4.2022
Justus Mäenpää

Tule yksin tai kaveriporukalla pelailemaan vapaalle pelailuvuorolle. Pelailuvuorolle ei tarvitse ilmoittautua etukäteen, mutta palloilusaljiin saapuessasi, ilmoita itsesi Justukselle.

Tiistai

* Kässäpaja 7-9 lk.

Kiiruun koulukeskus, ot. 1078, D-ovi, Kiiruuntie 4
Tiistai 15.00-16.30. 7.9.-7.12.2021, 11.1.-26.4.2022
KM, suunnittelijaopettaja Anne Turkulainen

Kerhossa perehdytään erilaisiin käsityön tekemisen tekniikoihin ja materiaaleihin, kuten virkkaukseen, neulontaan ja ompeluun. Tehtävän käsityön voi valita oman mielenkiinnon mukaan. Oppilasta kannustetaan jatkamaan käsityöharrastusta omatoimisesti myös vapaa-ajallaan.

Tankotunti 7-9 lk.

Majurimove, Takalankuja 5
Tiistai 16.30-17.15, 14.9.- 7.12.2021, 18.1.-26.4.2022
Hanna Majuri

Tankotunnilla tutustutaan rennosti ja ilolla tankotanssiin. Tankotunnilla harjoitellaan tangolla tehtäviä temppeja ja pyörähdyksiä, jotka kehittävät koordinaatiokykyä, hahmotuskykyä, voimaa ja notkeutta. Tunnit sisältävät myös

pää alaspäin olemisesta ja kiipeilyä tangolla. Kurssi kehittää kokonaisvaltaisesti lapsen motorisia taitoja sekä kehonhallintaa hauskanpitoa unohtamatta. Mukaan tarvitsee lyhyet shortsit, juomapullon ja pienen pyyhkeen tangon putsaamista varten.

Vapaa keilausvuoro 4-9 lk.

Someron keilahalli, Joensuuntie 18

Tiistai 15.00-16.00 11.1.-24.5.2022

Mika Salminen

Vapaa keilausvuorolla pääsee harjoittelemaan keilaustaitojaan omatoimisesti valvotusti. Vapaalle keilausvuorolle ei tarvitse ilmoittautua etukäteen, mutta keilahallille saapuessa ilmoita itsesi Mikalle.

Keskiviikko

Kokkikerho 7-9 lk. TÄYNNÄ!

Kiiruun koulukeskus, kotitalousluokka, Kiiruuntie 4

Keskiviikko 15.00-17.00, 8.9.-15.12.2021,

Erytisnuorisotyöntekijä Maria Valta

Suunnitellaan ja toteutetaan yhdessä pienellä budjetilla toteutettavia ruokia/leivonnaisia. Paikkoja rajoitetusti!

Perjantai

Nuorten kuntosaliharjoittelu 7-9 lk.

Majurimove, kuntosali, Takalankuja 5

Perjantai 15.20-16.20, 14.1.-11.3.2022

Personal trainer Sari Majuri

Kuntosaliharjoittelu pienryhmä (8henkeä), joka suunnattu yläkoululaisille, jotka tahtovat oppia kuntosaliharjoittelusta kaiken sen mitä salitreeneiden kanssa turvalliseen alkuun pääseminen vaatii. Auttaa nuorta sitoutumaan uuteen harrastukseen, sekä löytämään uudenlaista intoa ja motivaatiota lihaskuntoharjoitteluun. Valmennus tarjoaa

nuorelle työkalut oppia harjoittelemaan kuntosalilla tavoin, jotka ovat turvallisia. Valmennukseen osallistumalla harjoitteluun löytyy selkeä punainen lanka ja tavoite, jota kohti kuljetaan viikko viikolta.

Tarkoitettu nuorille, jotka eivät ole harjoitelleet kuntosalilla tai ovat kokeilleet pari kertaa kuntosalilaitteita. Sisältää alkulämmittelyn ja liiketekniikoiden opastuksen Majurimoven kuntosalilla.

MENOSSA MUKANA



Varpaat savessa, siipien suojassa
Someron seurakunta



MYÖTÄTUULEN TEATTERI

