



MUUMIEN HIIHTOKOULU 2022

Kangasalan Latu järjestää
Muumien hiihtokoulun
19.-20.2.2022



Viikonlopun aikana tutustutaan suksien käsittelyyn ja hiihdon perusasioihin ja -tekniikoihin hauskaasti ja lapsilähtöisesti. Hiihtokoulussa liikutaan monipuolisesti ja leikitään suksilla erilaisia hiihtoleikkejä. Leikin kautta opitaan suksien hallintaa, tasaisella hiihtämistä, nousuja ja laskuja sekä kaatumista ja ylösnousemista. Muumien hiihtokoulu on monipuolista liikunnan riemua suksilla. Lapsena saatu kipinä hiihtoon säilyy monesti läpi elämän.

Hiihtokoulu järjestetään Kangasalla Sorolan montussa, Aseman tienvarressa.

Ryhmiä on kaksi:

- **Muumiperhe, 2-4-vuotiaat lapset**, oma aikuinen mukana suksilla, klo 10.30-11.30, ryhmään mahtuu 15 lasta
- **Muumipeikot, 5-6-vuotiaat lapset**, klo 12-13.30, ryhmään mahtuu 15 lasta

Ilmoittautuminen sähköpostilla osoitteeseen: sari.kontio@kolumbus.fi

Osallistumismaksu 20€/lapsi. Osallistumismaksuohjeet toimitetaan sähköpostitse.

Ohjeita hiihtokouluun:

Lapsella tulee olla toimivat ja ennen kaikkea oikeankokoiset sukset, siteet, hiihtokengät ja sauvat. Omatoimisuuteen kannustaa se, että lapsi saa sukset itse jalkaan ja pois. Välineissä tulee olla lapsen nimi, jotta välttyään sekaannuksilta, sillä välillä voimme leikimme myös ilman suksia tai sauvoja.

Pukeutumisessa huomio tulee kiinnittää käytännöllisyyteen ja säänmukaiseen kerrospukeutumiseen. Lämpimät käsineet käteen ja villasukat monoihin.

Tunnit alkavat tasan ilmoitettuna aikana. Toivomme, että lapsesi on silloin valmiina alkupiirissä sukset jalassa. Muumiperhe-ryhmässä oma aikuinen on suksilla mukana koko tunnin ajan. Tunti päättyy loppupiiriin ilmoitettuna aikana. Sen jälkeen muumihiihtäjä voi mennä yhdessä oman perheen kanssa ja vastuulla nauttimaan nuotion loimusta, makkaranpaistosta ja kuumasta mehusta, joka muumihiihtäjille tarjotaan joka kerran jälkeen. Muulle perheelle ja omalle aikuiselle voi ottaa omat makkarat/eväät mukaan.

Parkkitilaa on montun kohdalla rajoitetusti. Tursolan päiväkodin ja koulun pihassa on väljempää pysäköintitilaa. Huomioi myös, että "montulla" ei ole vessaa.

Pakkasraja tuulen voimakkuudesta riippuen noin 15 astetta.

Vanhemmat ovat tervetulleita suksien kanssa avustamaan ohjauksessa!

Muumien hiihtokoulun ohjaajana toimii
Sari Kontio p. 050 534 7726

ULKOILUSTA TERVEYTTÄ – HIIHDOSTA ELÄMYKSIÄ