

ACTIVE CHEER – CHEERLEADING KESÄLEIRI

MALLIOHJELMA

Active Cheer -kesäleiri on tarkoitettu cheerleadingin leveleillä 1–2 kilpaileville 9–15-vuotiaille lapsille ja nuorille. Osallistujat jaetaan leirin alussa oman kilpailutason mukaisiin ryhmiin ja tarkat lajiharjoitussisällöt vaihtelevat ryhmittäin.

Lajiharjoitukset sisältävät kaikkia cheerleadingin osa-alueita: akrobatiaa, stuntteja, pyramideja ja huutoa. Cheerleadingin lisäksi leirillä on muita liikunta-aktiviteetteja ja muuta mukavaa yhteistä tekemistä.

Pidätämme oikeuden muutoksiin.

1. Päivä	Aika	Paikka
Leirin avaus ja majoittuminen	15.00 – 16.30	
Päivällinen	16.30 – 17.30	
Lajiharjoitus 1 tasoryhmissä	18.00 – 19.30	
Iltapala	20.00 – 20.30	
Hiljaisuus	22.00	



2. päivä	Aika	Paikka
Aamiainen	8.00 – 8.45	
Lajiharjoitus 2 tasoryhmissä. 60 min akrobatia/ 60 min stuntit	9.00 – 11.00	
Lounas	11.00 – 11.30	
Flowpark	11.30 – 14.00	
Välipala	14.00 – 14.30	
Yhteistä cheerleadingiin liittyvää tekemistä (sään salliessa ulkona)	15.00 – 16.30	
Päivällinen	17.00 – 18.00	
Leiriolympialaiset	18.00 – 20.00	
Iltapala	20.00 – 20.30	
Hiljaisuus	22.00	

3. päivä	Aika	Paikka
Aamiainen	8.00 – 8.45	
Lajiharjoitus 3 tasoryhmissä. 75 min akrobatia/ 75 min stuntit	9.00 – 11.30	
Lounas ja huoneiden luovutus	12.00 – 13.00	
Leiriohjelmien esitys ja leirin päätös	13.30 – 15.00	

