

PERJANTAI

Kello	URHEILUHALLIN ALAKUNTOSALI	URHEILUHALLIN KENTTÄ 1	URHEILUHALLIN KENTTÄ 2	URHEILUHALLIN KENTTÄ 3	URHEILUHALLIN KENTTÄ 4	KASKELAN LIIKUNTASALI	VIERUMÄKI AREENA KENTTÄ 2	ULKOTILA		MUU	MUU	
9.30	Ilmoittautuminen, urheiluhallin aula Näyttelyt aukeaa, urheiluhalli											
10.00–11.00	Avajaiset, urheiluhalli											
11.00–11.15	siirtymä											
11.15–12.00	Hyrox <i>Lari Suckman</i>	Käsi­pallo <i>Sam Kihlstedt</i>	Tunteet liikuttaa <i>Jutta Hautamäki</i> <i>Ilkka Aho</i>	Street racket <i>Jaakko Lattu</i> huom. ulkona	Gamified PE turing Passive Students into Active Participants! <i>Pierre Barazi</i>	Jazztanssi <i>Leena Keizer</i>	Skannaa ja aisti peliä <i>Martti Iivonen</i>	Pesäpallon tekniikkakoulu <i>Perttu Hautala</i> tekonurmikenttä	Kiertotalous liikunnanopetuksessa <i>Teemu Saarinen</i> UH luentokaari	Kuntosalitreeni farkkunuorisolle <i>Jere Vasarainen</i> UH yläkuntosali		
12.00–13.30	Lounas (ravintola Puhti) ja näyttelyt (urheiluhalli) LIITO:n vuosikokous 12.30–13.15 (urheiluhallin luentokaari 12–13)											
13.30–14.15	Joukkueen rakentaminen <i>Markus Arvaja</i> Urheiluhallin luentosali 1		Hyvinvoiva työyhteisö <i>Sina Silventoinen</i> Urheiluhallin luentokaari 14		Liikunnan ylioppilaskokeet <i>Kasper Salin</i> Urheiluhallin luentokaari 12–13		Kehorauha liikkumisen, oppimisen ja osallisuuden edellytyksenä <i>Heidi Maaranen</i> Urheiluhallin luentokaari 15		Neurokirjon (nepsy) oppilaiden huomioiminen liikunnan opetuksessa <i>Tero Jääskeläinen</i> Urheiluhallin luentokaari 16			
14.15–14.30	siirtymä											
14.30–15.15	Toiminnallisen harjoittelun skaalaus kouluissa <i>Iina Kilpinen</i>	Käsi­pallo <i>Sam Kihlstedt</i>	Tunteet liikuttaa <i>Jutta Hautamäki</i> <i>Ilkka Aho</i>	Liikunnan opetuksen ajankohtaiset <i>Matti Pietilä</i> <i>Thomas Vikberg</i> Urheiluhallin luentokaari	Palloilua pienessä tilassa <i>Jorma Mäkipää</i>	Jazztanssi <i>Leena Keizer</i>	Skannaa ja aisti peliä <i>Martti Iivonen</i>	Pesäpallo – motoriset perustaidot <i>Perttu Hautala</i> tekonurmikenttä	Vesipätevyys, oman osaamisen arviointi, vaatteet päällä uinti uimahalli	Kuntosalitreeni farkkunuorisolle <i>Jere Vasarainen</i> UH yläkuntosali		
15.15–15.30	siirtymä											
15.30–16.15	Juoksutekniikka <i>Jesse Jokinen</i> huom. Ulkojuoksurata	Farkkuliikunta <i>Lea Smolander</i> <i>Esa Liukkonen</i>	Power mover-tanssi <i>Sanni Liljeström</i>	Tieto taskussa – liikettä ja hyvin- vointia lähiluonnosta	Palloilua pienessä tilassa <i>Jorma Mäkipää</i>	Palauttava fascia method <i>Titta Skofelt</i>	Cheerleading <i>Nea Mäkinen</i>	Pesäpallo – motoriset perustaidot <i>Perttu Hautala</i> tekonurmikenttä	Vesipätevyys, oman osaamisen arviointi, vaatteet päällä uinti uimahalli	Tennistä kouluihin <i>Sami Huurinainen</i> ulkotenniskentät		
16.15–16.30	siirtymä											
16.30–17.15	Toiminnallisen harjoittelun skaalaus kouluissa <i>Iina Kilpinen</i>	Farkkuliikunta <i>Lea Smolander</i> <i>Esa Liukkonen</i>	Shuffletanssin alkeet <i>Janna Latinna</i>	Yhteis­pelillä toimivaksi ryhmäksi <i>Ella Ah­tiainen</i>	Polar Team App: livesyke­seurantaa kouluihin <i>Ville Uronen</i>	PilatesHIIT <i>Katja Laaksonen</i>	Cheer- leading <i>Nea Mäkinen</i>	Pelikortit motivoivat osallistu- maan – ideoita opetuk- seen <i>Sini Troberg</i>	Flow- pyöräily Ulko- liikunta- keskus	Juoksu- tekniikka Ulko- liikunta- keskus	Vesipätevyyden opetuksen sisällöt luokilla 7–9 uimahalli	Tennistä kouluihin <i>Sami Huurinainen</i> ulkotenniskentät
17.15–19.00	Valkjärven rantasaunat lämpimänä											
20.00–	Iltajuhla sekä ruokailu, Vierumäki Areena											
	TYÖHYVINVOINTI		TAITO		SOVELTAMINEN		TIETO					

LAUANTAI

Kello	URHEILUHALLIN KENTTÄ 1	URHEILUHALLIN KENTTÄ 2	URHEILUHALLIN KENTTÄ 3	URHEILUHALLIN KENTTÄ 4	URHEILUHALLI	ULKONA	MUU	MUU	LUENTOKAARI	KASKELAN LIIKUNTASALI	
10.00–10.45	YOU.FO RingCross <i>Erkko Laukia</i>	Yhteis­pelillä toimivaksi ryhmäksi <i>Ella Ah­tiainen</i>	Judoa kouluun <i>Katri Forssell</i>	Neurokirjon oppilaiden huomioiminen liikunnanopetuksessa <i>Tero Jääskeläinen</i>	Pariakro <i>Leena Keizer</i> tatami	Vierumäkikisailut <i>Juho Varkoi</i> UH:n edestä	Criiio-krikettiin tutustuminen <i>Maija Scamans</i> Areena kenttä 2	Padelia kouluun <i>Piers Boden</i> sisäpadelkentät	Vesipätevyys terveys- tiedon opetuksessa <i>Susanna Saari</i> Luentokaari	Barre <i>Elina Rappula</i>	
10.45–11.00	siirtymä										
11.00–11.45	Hyrox <i>Lari Suckman</i> huom. Alakuntosali	RetroStep <i>Titta Skofelt</i>	Judoa kouluun <i>Katri Forssell</i>	Liikekortit <i>Anna Haapalainen</i>	Pariakro <i>Leena Keizer</i> tatami	Tennistekniikka <i>Sami Huurinainen</i> ulkotenniskentät	Criiio-krikettiin tutustuminen <i>Maija Scamans</i> Areena kenttä 2	Padelia kouluun <i>Piers Boden</i> sisäpadelkentät	Oikeanlainen mielentila opetuksessa <i>Lauri Laherto</i> UH luentokaari	DanceMix <i>Elina Rappula</i>	
11.45–12.00	siirtymä										
12.00–13.00	Lounas, ravintola Puhti										
13.00–13.45	Käsi­pallon sovellukset <i>Sam Kahlstedt</i>	Aerobic lattiasarja <i>Elina Rappula</i>	Triikkaus <i>Topi Rantanen</i>	BodyControl Mobility <i>Santeri Hynninen</i>	Vierumäkikisailut <i>Juho Varkoi</i> UH:n edestä	Tennistekniikka <i>Sami Huurinainen</i> ulkotenniskentät	Frisbeegolfin soveltamis- mahdollisuudet <i>Justus Seppälä</i>	Puistogolf Classickentän range (kurssipääty)	Oikeanlainen mielentila opetuksessa <i>Lauri Laherto</i> UH luentokaari	Fasciamethod 90 min <i>Titta Skofelt</i>	
13.45–14.00	siirtymä										
14.00–14.45	Käsi­pallon sovellukset <i>Sam Kahlstedt</i>	Shuffletanssin alkeet <i>Janna Latinna</i>	Triikkaus <i>Topi Rantanen</i>	YOU.FO RingCross <i>Erkko Laukia</i>	BodyControl Mobility <i>Santeri Hynninen</i> tatami	Suppailu Valkjärven ranta	Frisbeegolfin soveltamis- mahdollisuudet <i>Justus Seppälä</i>	Golfin tekniikka Classickentän range (kurssipääty)	Hyvinvoiva yksilö <i>Sina Silventoinen</i> UH luentokaari		
	TYÖHYVINVOINTI		TAITO		SOVELTAMINEN		TIETO				

PERJANTAI 4.9.2026

9.30–17.00	Ilmoittautuminen, urheiluhalli
9.30–13.30	Näyttelyt, urheiluhalli
10.00–11.00	Avajaiset, urheiluhalli
11.15–12.00	Demo 1
12.00–13.30	Lounas, ravintola Puhti
12.30–13.15	LIITO ry:n vuosikokous, urheiluhalli
13.30–14.15	Demo 2
14.30–15.15	Demo 3
15.30–16.15	Demo 4
16.30–17.15	Demo 5
17.15-19.00	Valkjärven Rantasaunat

Iltajuhla ja illallinen

20.00 Vierumäki Areena

LAUANTAI 5.9.2026

9.30–12.00	Ilmoittautuminen, urheiluhalli
10.00–10.45	Demo 1
11.00–11.45	Demo 2
12.00–13.00	Lounas, ravintola Puhti
13.00–13.45	Demo 3
14.00–14.45	Demo 4



Vierumäki pidättää oikeudet ohjelman muutoksiin.