

KEVÄT 2018

29.1. - 15.4.

KUVA

SPORTTARI

Ma 15.00-	Salibandy
16.15	Liikuntahalli
Ma 15.00-	Höntsäryhmä
19.00	Nuorisotalo
Ti 15.15-	Tyttöjen kuntosali
16.15	Uimahallin kuntosali
Ke 15.15-	Sulkapallo
16.15	Keila- ja Liikuntakeskus Liike
Ke 15.00	Höntsäryhmä
16.00	Liikuntahalli
To 15.15-	Poikien kuntosali
16.15	Uimahallin kuntosali
Pe 15.00	Höntsäryhmä
19.00	Nuorisotalo
Liikunnanopettajat	
Veera	040 830 2718
Jari	040 830 2717
Mari	040 830 2602
Tommi	040 830 2801

www.iisalmi.fi www.po1nt.fi/iisalmi

Iisalmen kaupungin sivistys- ja hyvinvointi-
toimiala ja liikuntajärjestöt

Merkitse 1 piste päivälle, kun olet liikkunut hengästyen ja hikoillen n. 60 min tai viiva (-) jos et ole liikkunut. Sporttarikerhoista ja -tapahtumista saat 2 pistettä. Koulumatkasta max. kolme (k.) pistettä/vko, koulumatkan pituus pitää olla vähintään 15 min (pyöräillen tai kävellen)

Vko	Ma	Ti	Ke	To	Pe	La	Su	kml.	Yht.
5									
6									
7									
8									
9									
10									
11									
12									
13									
14									
15									
Kuittaus									

Huoltaja kuittaa lopuksi kaikkien viikkojen suoritukset. Rasteja ei merkitä liikuntatunneista.

KILPAILUJAKSO VIIKOT 5-15.

SPORTTARITAPAHTUMAT

- Sporttaripäivä: 29.5.
- IPK:n Mestispeliin vapaapääsy 7. 3. klo 18.30 (IPK - ROKI)
- Koko perheen talvilomareissu Vuokattiin (SuperPark/rinteisiin). Sporttaripassilla hinta 20 €.

www.po1nt.fi/fi/kunnat/iisalmi

SPORTTARIPASSIN EDUT

- ilmaiset hissinousut Paloskille viikolla 10
- pääset osallistumaan Sporttaritoimintaan
- pääset ilmaiseksi uimahallille ja kuntosalille perjantaisin klo 14-19 (2.2. - 13.4.)
- keilailu Sporttaripassilla ilmaiseksi ma klo 15-17 (mikäli hallissa on tilaa, ei ennakkovarauksia)
- passipantilla koulun välituntivälinevarastosta välineet lainaksi

SPORTTARIKILPAILU

- Sporttarikilpailu on koulu- ja luokkakohtainen
- 60 minuutin päivittäisen liikunta-annoksen voit kerätä vähintään 15 minuutin pituisista omista liikuntakerroista
- käymällä Sporttarikerhoissa ja -tapahtumissa saat 2 pistettä
- vain huoltajan kuittamat suoritukset hyväksytään
- näytä passisi liikunnanopettajalle ennen liikuntatuntia
- koulumatkasta saat max. kolme pistettä / vko, koulumatkan pituus pitää olla vähintään 15 min (pyöräillen tai kävellen)

PALKINNOT

- eniten liikuntapisteitä keränneet luokat palkitaan