



Ajankohdat ja paikat

(Avoinna, varmistuu toukokuussa 2003)

Kohderyhmä

8–15-vuotiaat seikkalunhaluiset uimataitoiset

Tavoitteet

- Uimataidon paraneminen
- Luonnollinen suhtautuminen luonnon vesiin
- Itseluottamuksen paraneminen
- Ryhmässä toimiminen ja toisista välittäminen
- Vesipelastustaitojen paraneminen
- Lisätä vesistöjen puhtauden arvostusta
- Terveellisten uimatapojen oppiminen
- Uimisesta nauttimisen oppiminen

Päätavoite

- Hyvän vesisuhteen muodostuminen

Sisältö

- | | |
|--------------|---|
| 1. kerta, ma | LISCO-Seikkailurata vedessä |
| 2. kerta, ti | Sukelluskoulu: maski, snorkkeli ja räpylät (välineet järjestäjältä) |
| 3. kerta, ke | Vedenalainen valokuvaus (välineet järjestäjältä) |
| 4. kerta, to | Haaksirikko ja vesipelastusta |
| 5. kerta, pe | Hyppykoulu ja pellehyppykisat |
| 6. kerta, la | Bay Watch -kurssi, 1. päivä |
| 7. kerta, su | Bay Watch -kurssi, 2. päivä |

LISCO-Ranttiksessa voi suorittaa uimamerkkejä: taitomerkki, kandidaatin ja maisterin tutkinto, jos osallistuu vähintään viidelle kerralle sekä 25, 50, 100 ja 200 metrin matkauintimerkkejä jos osallistuu yksittäisille kerroille. Erityisryhmiin kuuluvat ovat tervetulleita, oma avustaja tarvittaessa mukaan. Kaikki LISCO-Ranttikseen osallistuneet voivat osallistua uintipromootioon elokuussa.

Hinta

- | | |
|--------|------------------------|
| 10 EUR | kertakortti |
| 45 EUR | 5 kertaa (esim. ma–pe) |

Ohjaaja

(Avoinna, varmistuu kesäkuussa 2003)

Ilmoittautuminen

Yksittäisille kerroille voi osallistua ilman ennakoilmoittautumista. Myös matkailijat ovat tervetulleita. Tällöin ilmoittaudutaan uimarannalla LISCO-Ranttisohjaajalle. Vanhemmat saattavat lapset ensimmäisellä kerralla perille. Yksittäispaikoille mahtuu sen verran mitä ryhmässä on tilaa, maksimiosallistujamäärä on 15 henkilöä/ohjaaja. Viiteen kertaan osallistuvat ilmoittautuvat etukäteen viimeistään reilu viikkoa ennen LISCO-Ranttiksen alkua. Ilmoittautuminen ja lisätiedot: Suomalainen Vesiliikuntainstituutti.

Järjestäjä

LISCO-Ranttikset järjestää Suomalainen Vesiliikuntainstituutti Oy ja ohjaajina toimivat koulutetut uimaopettajat ja LISCO-Ranttisohjaajat. LISCO-Ranttikset on kehitetty yhteistyössä Suomen Ladun kanssa.

KESKI-SUOMEN RANNOILLA

JÄRJESTETÄÄN TÄNÄ KESÄNÄ RANTAUIMAKOULU, JOHON VOIVAT OSALLISTUA VETTÄ PELKÄÄMÄTTÖMÄT, UIMATAITOISET, HURJAT JA KILTIT 8–15-VUOTIAAT VESIPEDOT. TÄHÄN LISCO-RANTTIKSEEN PÄÄSEVÄT NOPEIMMAT ILMOITTAUTUJAT, KOSKA PAIKKOJA ON RAJALLINEN MÄÄRÄ.

ON NÄHTY

PARHAAKSI JÄRJESTÄÄ NIIN VILLIN SIISTI SEIKKAILU-UIMAKOULU KUIN MAHDOLLISTA. AJANKOHTA ON HEINÄKUUSSA, KUN VESIKIN ON LÄMPIMIMILLÄÄN. OHJELMASSA ON SUKELLUSSEIKKAILUA, VEDENALAISTA VALOKUVAUSTA (SAAT KAVERISI OTTAMAN VEDENALAISEN KUVAN MUISTOKSI, JOS SE ONNISTUU),

ESIHISTORIAALLINEN

HAAKSIRIKKO, VAATTEISSAUINTI, PELLEHYPPYJÄ... UINTIMERKKEJÄ VOI SUORITTA. HINTA EI OLE PAHA JA SEN VOI MAKSAA EKAN LISCO-RANTTIKSEN ALUSSA. VOIT SIIS PYYTÄÄ VANHEMPASI SOITTAMAAN 014-445 1423 JA ILMOITTAMAAN SINUT

LISCO

-RANTTIKSEEN, NIIN PÄÄSET TÄHÄN MUKAAN!



**OLE TÄNÄ KESÄNÄ
VILLI, VAPAA JA MÄRKÄ.
TULE LISCO-RANTTIKSEEN!**

Suomalainen Vesiliikuntainstituutti Oy
Eevaliisa Anttila
PL 164
40101 JYVÄSKYLÄ
Ylistönmäentie 31
40500 JYVÄSKYLÄ
puh 014-445 1423
gsm 040-749 3311
fax 014-445 1999
eevaliisa@vesiliikunta.com
www.vesiliikunta.com