

# Luistelijan etenemismahdollisuudet Seinäjoen Taitoluistelijoissa



## JX - JÄÄHDYTTELY

- Yksinluistelun jäähdyttelyryhmä
- 3 krt viikossa harjoittelevat
- halutessaan mahdollisuus kilpailla kutsukilpailussa

## TAITAJAT

- Harrasteryhmä
- 2 krt viikossa harjoittelevat
- halutessaan mahdollisuus kilpailla Taitaja-sarjassa

## JÄÄTAITURIT

- Harrasteryhmä koululaisille 1 krt/ viikossa
- Monipuolisten taitojen harjoitteluun

## YKSINLUISTELU

**KILPA-AKATEMIA**  
SM-sarjat, Kansalliset juniorit, Debytantit

**KILPA 1**  
Kansalliset sarjat, Debytantit, A-silmut

**KILPA 2**  
A- ja B- Silmut, Aluesarjat

**KILPA 3**  
B- ja C- Silmut, Minit, Tinit

**KILPA 4**  
Kilpailemaan aloittelevat Tinit ja Minit

## MUODOSTELMALUISTELU

**RIVERX**  
- Kansalliset seniorit yli 17-vuotiaat

**RIVERPEARLS**  
- Kansalliset juniorit 12-19 vuotiaat

**RIVERFALLS**  
- Kansalliset noviisit alle 15 vuotiaat

**RIVERDOLLS**  
- Tulokkaat alle 12 vuotiaat

**RIVERSTARS**  
-Aloittelevat tulokkaat alle 12 vuotiaat

## TIMANTIT JA MUODOSTELMAN KEHITYSRYHMÄ/RK

- 2-3 kertaa viikossa harjoittelevat, teräkäyttö ja monipuoliset liikuntataidot
- Timantit 4-6 vuotiaat ja Muodostelman kehitysryhmä/RK 6-8 vuotiaat

## TÄHDET JA JALOKIVET

- 2 kertaa viikossa 4-6 vuotiaille, monipuoliseen jäällä liikkumiseen ja taitojen opetteluun

## LUISTELUKOULU

- Pienryhmä toiminta iän ja taitojen mukaan 3-6 vuotiaille,
- Luistelun ilon ja taitojen löytymiseen

## AIKUISLUISTELU

Yli 25 vuotiaat

**RIVERETTES**, naiset

**RIVERBULLS**, miehet

**KUNTOLUISTELU**  
-Kaikille avoin tunti

**OHJAAJA- JA  
VALMENTAJA-  
KOULUTUS  
SEKÄ  
TUOMARIKOU-  
LUTUS**

## **SALAMAT - SPECIAL OLYMPICS**

- Halutessaan voi osallistua kilpailuihin

**SOVELTAVA-**

**LUISTELUKOULU**