

PORVOON LIIKUNTAPALVELUT

SYKSYN 2022 UIMAKOULUT



Uimakoulut syksy 2022

Uimakoulumaksut

- Lapset, 5 kertaa 30e (ulkokuntalaiset 60e)
- Lapset, 10 kertaa 55e (ulkokuntalaiset 110e)
- Nuoret ja aikuiset, 5 kertaa 55e

Uimakoulut laskutetaan osallistujilta uimakoulun päätyttyä.

Lisätietoja uimakouluista: puh. 040 559 3983 (ma-pe klo 8-16) tai pilvi.ryynanen@porvoo.fi

Uimakoulujen tasoryhmät

1-2 -vuotiaat

Perheumakoulu (5krt): yhteinen veteen tutustumisryhmä 1-2-vuotiaalle lapselle ja aikuiselle.

3-4 -vuotiaat

Vesileikki (5krt): yhteinen veteen tutustumisryhmä 3-4-vuotiaalle lapselle ja aikuiselle.

Kultakala (5krt): uimakoulu jo sukeltavalle 3-4-vuotiaalle lapselle yhdessä aikuisen kanssa.

5-6-vuotiaat

Krokotiili (5krt tai 10krt): lapselle (5-6v), joka ei osaa sukeltaa tai tuntee olonsa epävarmaksi vedessä.

Kilpikonna (5krt tai 10krt): lapselle (5-6v), joka sukeltaa liukuu ja kelluu.

Saukko (10krt): lapselle (5-6v), joka ui 10-15m sekä vatsallaan että selällään.

Tekniikka1 (10krt): 6-8v lapselle, joka osaa uida 25m vatsallaan ja selällään syvässä vedessä.

Kouluikäiset

Uimakoulu1 (5krt tai 10krt): kouluikäiselle lapselle, joka ui alle 10m tai on epävarma vedessä.

Uimakoulu2 (5krt tai 10krt): kouluikäiselle lapselle, joka sukeltaa ja ui 10-15m sekä vatsallaan että selällään.

Tekniikka1 (10krt): 6-8v lapselle, joka osaa uida 25m vatsallaan ja selällään syvässä vedessä.

Tekniikka2 (10krt): yli 8v lapselle, joka osaa uida 25m vatsallaan ja selällään syvässä vedessä.

Erityisuinti

Erityis-Alkeet: yli 3v lapselle, joka tarvitsee erityistä tukea uimakoulussa toimimiseen. Ryhmässä opetellaan uinnin alkeita yksilölliseen tahtiin. Osallistujilla tulee olla oma avustaja mukana vedessä.

Erityis-Tekniikka: Erityistä tukea tarvitseville lapsille ja nuorille, jotka osaavat jo uida 10m syvässä vedessä.

Osallistajat voivat tarvittaessa ottaa oman avustajan mukaan. (Ilmoittaudu mukaan:

<https://www.porvoo.fi/kulttuuri-ja-vapaa-aika/liikunta-ja-ulkoilu/liikuntaa-ohjatusti-ja-omatoimisesti/soveltava-liikunta/soveltavan-liikunnan-ryhmat/>)

Nuoret ja aikuiset

Peruskurssi1 (5krt): nuorille ja aikuisille, jotka eivät osaa uida tai tuntevat olonsa epävarmaksi vedessä.

Peruskurssi2 (5krt): nuorille ja aikuisille, jotka osaavat uida 10-15m sekä vatsallaan että selällään. **Järjestetään keväällä 2023.**

HUOM!

1-4-vuotiaat sekä **erityisumakoululaiset** tulevat oman aikuisensa kanssa suoraan altaalle.

5-6-vuotiaat käyttävät uimakoulun aikana ryhmäpukuhuonetta ja saavat apua pesutiloissa uimaopettajalta

Kouluikäiset saavat avaimet kassalta ja tulevat itsenäisesti suihkun kautta altaalle, jossa uimaopettaja odottaa.

Uimakoulut syksy 2022

Ilmoittautuminen ryhmiin:

- 1-4 -vuotiaat ja erityisuimakoulut ma 15.8. klo 12.00->
- 5-6-vuotiaat ti 16.8. klo 12.00->
- koululaiset, nuoret ja aikuiset ke 17.8. klo 12.00->

Huomioithan, että voit ilmoittaa lapsen vain yhteen (1) ryhmään.
www.porvoo.fi/uimakoulut

erityisl.	Erityisuinti, alkeet 5krt			
1	su 4.9.-2.10.	klo 9.00-9.45	Aaltoallas	Pilvi
2	ti 15.11.-20.12. (ei 6.12.)	klo 18.00-18.45	Hyppyallas (syv 105)	Pilvi

1-2v	Perheuimakoulu			
1	la 27.8.-24.9.	klo 9.00-9.30	Aaltoallas	Mia+Tarja
2	la 27.8.-24.9.	klo 9.30-10.00	Aaltoallas	Mia+Tarja
3	la 27.8.-24.9.	klo 10.00-10.30	Aaltoallas	Mia+Tarja
4	la 8.10.-12.11. (ei 22.10.)	klo 9.00-9.30	Aaltoallas	Mia+Tarja
5	la 8.10.-12.11. (ei 22.10.)	klo 9.30-10.00	Aaltoallas	Mia+Tarja
6	la 8.10.-12.11. (ei 22.10.)	klo 10.00-10.30	Aaltoallas	Mia+Tarja
7	su 9.10.-13.11. (ei 23.10.)	klo 9.00-9.30	Aaltoallas	Mia+Tarja
8	su 9.10.-13.11. (ei 23.10.)	klo 9.30-10.00	Aaltoallas	Mia+Tarja
9	su 9.10.-13.11. (ei 23.10.)	klo 10.00-10.30	Aaltoallas	Mia+Tarja
10	la 19.11.-17.12	klo 9.00-9.30	Aaltoallas	Mia+Tarja
11	la 19.11.-17.12	klo 9.30-10.00	Aaltoallas	Mia+Tarja
12	la 19.11.-17.12	klo 10.00-10.30	Aaltoallas	Mia+Tarja



Vesileikki

1	pe-su 19.-21.8. + la-su 27.-28.8.	pe klo 16.00-16.30 la-su klo 11.00-11.30	Opetusallas	Mixu
2	pe-su 19.-21.8. + la-su 27.-28.8.	pe klo 16.30-17.00 la-su klo 11.30-12.00	Opetusallas	Mixu
3	to 1.9.-29.9.	klo 16.00-16.30	Opetusallas	Mia
4	ti 6.9.-4.10.	klo 15.30-16.00	Opetusallas	Pilvi
5	ti 6.9.-4.10.	klo 16.00-16.30	Opetusallas	Pilvi
6	su 11.9.-9.10.	klo 9.00-9.30	Opetusallas	Elin
7	to 6.10.-10.11. (ei 20.10.)	klo 16.00-16.30	Opetusallas	Mia
8	pe-su 4.-6.11. + la-su 12.-13.11	pe klo 17.00-17.30 la-su klo 9.30-10.00	Opetusallas	Mixu
9	su 20.11.-18.12	klo 9.00-9.30	Aaltoallas	Pilvi
10	su 20.11.-18.12	klo 9.30-10.00	Aaltoallas	Pilvi
11	pe-su 9.-11.12. + la-su 17.-18.12.	pe klo 16.30-17.00 la-su klo 9.00-9.30	Opetusallas	Elin
12	pe-su 9.-11.12. la-su 17.-18.12.	pe klo 17.00-17.30 la-su 9.30-10.00	Opetusallas	Elin

Kultakalat

1	su 4.9.-2.10.	klo 9.45-10.15	Aaltoallas	Pilvi
2	su 11.9.-9.10.	klo 9.30-10.00	Opetusallas	Elin
3	ti 11.10.-15.11. (ei 18.10.)	klo 15.30-16.00	Opetusallas	Pilvi
4	ti 11.10.-15.11. (ei 18.10.)	klo 16.00-16.30	Opetusallas	Pilvi
5	pe-su 4.-6.11. + la-su 12.-13.11	pe klo 16.30-17.00 la-su klo 9.00-9.30	Opetusallas	Mixu
6	su 20.11.-18.12	klo 10.00-10.30	Aaltoallas	Pilvi
7	pe-su 9.-11.12. + la-su 17.-18.12.	pe klo 17.30-18.00 la-su klo 10.00-10.30	Opetusallas	Elin



5-6v	Krokotiili 5krt			
	1	pe 2.-30.9.	klo 18.30-19.15	Opetusallas Ruben
	2	la 10.9.-8.10.	klo 9.00-9.45	Opetusallas Elin
	3	la 10.9.-8.10.	klo 10.00-10.45	Opetusallas Elin
	4	ma-pe 17.-21.10.	klo 16.00-16.45	Opetusallas Pilvi/Vivian
	5	pe-su 4.-6.11. + la-su 12.-13.11	pe klo 18.30-19.15 la-su klo 11.00-11.45	Opetusallas Mixu
	6	ti 15.11.-20.12. (ei 6.12.)	klo 14.30-15.15	Opetusallas Pilvi
	7	la-su 19.-20.11. + pe-su 25.-27.11.	pe klo 17.30-18.15 la-su klo 10.00-10.45	Opetusallas Elin
	8	la-su 19.-20.11. + pe-su 25.-27.11.	pe klo 18.30-19.15 la-su 11.00-11.45	Opetusallas Elin
	Kilpikonna 5krt			
	1	pe-su 19.-21.8. + la-su 27.-28.8.	pe klo 18.30-19.15 la-su klo 10.00-10.45	Opetusallas Mixu
	2	pe 2.-30.9.	klo 17.30-18.15	Opetusallas Ruben
	3	ti 6.9.-4.10.	klo 14.30-15.15	Opetusallas Pilvi
	4	la 10.9.-8.10.	klo 11.00-11.45	Opetusallas Elin
	5	su 11.9.-9.10.	klo 11.00-11.45	Opetusallas Elin
	6	ma-pe 17.-21.10.	klo 15.00-15.45	Opetusallas Pilvi/Vivian
	7	la-su 19.-20.11. + pe-su 25.-27.11.	pe klo 16.30-17.15 la-su klo 9.00-9.45	Opetusallas Elin
	8	pe-su 9.-11.12. + la-su 17.-18.12.	pe klo 18.15-19.00 la-su klo 10.45-11.30	Opetusallas Elin
	Krokotiili 10krt			
	1	ma 29.8.-7.11. (ei 17.10.)	klo 15.00-15.45	Opetusallas Mixu
	2	ti 30.8.-8.11. (ei 18.10.)	klo 16.30-17.15	Opetusallas Mixu
	3	ti 30.8.-8.11. (ei 18.10.)	klo 17.30-18.15	Opetusallas Mixu
	4	to 1.9.-10.11. (ei 20.10.)	klo 18.30-19.15	Opetusallas Mia
	5	ma+ti 14.11.-20.12. (ei 5.-6.12.)	klo 17.30-18.15	Opetusallas Mixu
	6	ke+to 16.11.-15.12.	klo 18.30-19.15	Opetusallas Mia
	Kilpikonna10krt			
	1	ti 30.8.-8.11. (ei 18.10.)	klo 18.30-19.15	Opetusallas Mixu
	2	ke 31.8.-9.11. (ei 19.10.)	klo 17.00-17.45	Opetusallas Tiina
	3	to 1.9.-10.11. (ei 20.10.)	klo 15.00-15.45	Opetusallas Mia
	4	ma+ti 14.11.-20.12. (ei 5.-6.12.)	klo 18.30-19.15	Opetusallas Mixu
	5	ke+to 16.11.-15.12.	klo 16.30-17.15	Opetusallas Mia
	6	ke+to 16.11.-15.12.	klo 17.30-18.15	Opetusallas Mia
	Saukko 10krt			
	1	ti 30.8.-8.11. (ei 18.10.)	klo 17.00-17.45	Hyppyallas Pilvi
	2	to 1.9.-10.11. (ei 20.10.)	klo 17.30-18.15	Hyppyallas Mia
6-8v	Tekniikka1 10krt			
	1	ma 29.8.-7.11. (ei 17.10.)	klo 15.45-16.30	Rata Pilvi

yli 7v.	Uimakoulu1 5krt			
	1	pe-su 19.-21.8. + la-su 27.-28.8.	pe klo 17.30-18.15 la-su klo 9.00-9.45	Opetusallas Mixu
	2	pe 2.-30.9.	klo 16.30-17.15	Opetusallas Ruben
	3	su 11.9.-9.10.	klo 10.00-10.45	Opetusallas Elin
	5	ma-pe 17.-21.10.	klo 14.00-14.45	Opetusallas Pilvi/Vivian
	6	pe-su 4.-6.11. + la-su 12.-13.11.	pe klo 17.30-18.15 la-su klo 10.00-10.45	Opetusallas Mixu
	7	ti 15.11.-20.12. (ei 6.12.)	klo 17.00-17.45	Hyppyallas (syv 105) Pilvi
Uimakoulu1 10krt				
	1	ma 29.8.-7.11. (ei 17.10.)	klo 16.00-16.45	Opetusallas Mixu
	2	ke 31.8.-9.11. (ei 19.10.)	klo 18.00-18.45	Opetusallas Tiina
	3	ke 31.8.-9.11. (ei 19.10.)	klo 18.45-19.30	Opetusallas Tiina
	4	ma+ti 14.11.-20.12. (ei 5.-6.12.)	klo 16.30-17.15	Opetusallas Mixu
Uimakoulu2 10krt				
	1	ma 29.8.-7.11. (ei 17.10.)	klo 16.45-17.30	Hyppyallas Mixu
	2	ti 30.8.-8.11. (ei 18.10.)	klo 18.00-18.45	Hyppyallas Pilvi
	3	to 1.9.-10.11. (ei 20.10.)	klo 16.30-17.15	Hyppyallas Mia
Tekniikka2 10krt				
	1	ma 29.8.-7.11. (ei 17.10.)	klo 14.45-15.30	Rata Pilvi
Nuorten ja aikuisten peruskurssi1				
	1	ke 16.11.-14.12.	klo 19.30-20.15	Hyppyallas Mia

