

## AIKUISTEN TELINEVOIMISTELUN TAITOTESTIN AIKATAULU SU 19.4.2020

17:00-17:30 Omatoiminen lämmittely ja lihasaktivaatio

17:30-17:35 Ohjeistus

17:40- 17:45 Suorituspaikalle siirtyminen ja telinekokeilu

17:45- 18:00 I telineen testi (permanto suositellaan aloitettavaksi ensin, jos suoritetaan kaikki telineet)

18:00- 18:15 II telineen testi (puomi/ hevonen/ nojapuut)

18:15- 18:30 III telineen testi (rekki)

18:30- 18:45 IV telineen testi (renkaat)

18:45- 19:00 V telineen testi (hyppy, jos suorittaa timanttia alempia merkkejä)