



JOKILATVAN OPISTO

• KEVÄTLUKUKAUSI 2021 • PÄIVITETTY VERSIO (28.12.2020)

ALKUVUODEN KORONARAJOITTEIDEN TUOMAT UUDET AIKATAULUT



LOMAT

Talviloma 8.-14.3.2021 (viikko 10)

Pääsiäisloma 1.-5.4.2021,
kiirastorstaina 1.4. ei iltaopetusta

Vapunaatto 30.4.2021 ja
vappu 1.5.2021

Helatorstai 13.5.2021

YHTEYSTIEDOT

HAAPAJÄRVEN OSASTO

Kirkkokatu 2 (kaupungintalo, 3. krs)
85800 Haapajarvi

Satu Jaakonaho, palvelusihteeri
044 4456 168
satu.jaakonaho@haapajarvi.fi

NIVALAN OSASTO

Toritie 15 (Kerttula), 85500 Nivala
Ulla Tiitto, palvelusihteeri
044 4456 217, ulla.tiitto@haapajarvi.fi

PYHÄJÄRVEN OSASTO

Ollintie 26 (kaupungintalo, 1. krs)
86800 Pyhäsalmi

Kaija Tienhaara, palvelusihteeri
044 4457 982
kaija.tienhaara@haapajarvi.fi

REISJÄRVEN OSASTO

Reisjärventie 8 (kunnantalo, 1. krs)
85900 Reisjärvi

Sirpa Hirvinen, palvelusihteeri
044 4456 166
sirpa.hirvinen@haapajarvi.fi

SÄHKÖPOSTI JA INTERNET

kansalaisopisto@haapajarvi.fi /
www.jokilatvanopisto.fi

Soili Pentikäinen,

kulttuurituottaja (AMK), kulttuurituottaja
044 4456 201,
soili.pentikainen@haapajarvi.fi

Kim Oja KM, rehtori

044 4456 167, kim.oja@haapajarvi.fi

OHJEITA OPISKELIJOILLE**ILMOITTAUTUMINEN**

Ilmoittautumisia otetaan vastaan puhelimitse ja internetin kautta KOKO AJAN. Syksyllä alkaneille kurseille pääsee mukaan, mikäli kurssilla on tilaa. Keväällä alkaville uusille kurseille on ilmoitettu viimeinen ilmoittautumispäivä kurssitietojen yhteydessä.

Jokaiselle kurssille ilmoitaudutaan ennakkoon ennen kurssin alkamista soittamalla opiston toimistoon tai käymällä paikan päällä tai opiston www-sivujen kautta. Kurssi toteutuu, mikäli määräpäivään mennessä kurssille on ilmoittautunut minimimäärä opiskelijoita. Vain erikseen mainituilla kursseilla ilmoitaudutaan paikan päällä tai muulla tavalla. Ennakoilmoittautuminen on samalla opiskelijaksi ilmoittautuminen. Kurssilla täytetään lisäksi erillinen HENKILÖTIETOLOMAKE, jossa opiskelijan on ilmoitettava henkilötietojen lisäksi mahdollisiin ALENNUKSIIN oikeuttavat perusteet.

MAKSUT JA UUDET OPISKELIJAT KEVÄTLUKUKAUDELLE

Ohjelmassa ilmoitetut kurssimaksut OVAT KOKO KURSSIN MAKSUJA. Mikäli ilmoittaudut syksyllä alkaneelle ja keväällä jatkuvalla kurssille, sinulta peritään 60% ilmoitetusta koko maksusta. Keväällä alkavien lyhytkurssien hinta on ohjelmassa ilmoitetun mukainen. Kevätlukukaudelle otetaan uusia oppilaita kaikille syksyllä alkaneille ja keväällä jatkuville kurseille, joissa on tilaa. Jokaiselle kurssille ilmoitaudutaan ennakkoon soittamalla opiston toimistoon tai käymällä paikan päällä tai opiston www-sivujen kautta.

MAKSUT

Koko lukuvuoden kestäville kursseilla ilmoitaudutaan koko lukuvuodeksi. Opiskelijoita otetaan kurseille myös kesken lukuvuoden. Syyslukukaudella mukaan tulevilta laskutetaan koko lukuvuoden maksu. Kevätlukukauden alusta mukaan tulevilta peritään 60% koko maksusta tai osallistumiskertojen suhteessa.

Maksuja ei muuteta kesken lukuvuoden kausikortista kurssikohtaisiksi tai päinvastoin. Maksuista ei myönnetä alennuksia eikä niitä palauteta, jos opiskelija keskeyttää opiskelunsa. Maksetun kurssimaksun kokonaista tai osittaista palautusta voi hakea vain terveydellisiin seikkoihin vedoten. Kansalaisopistolle osoitettuun vapaamuotoiseen hakemukseen tulee liittää myös lääkärintodistus.

Maksamattomissa kurssimaksuissa noudatetaan Haapajärven kaupungin huomautus- ja perimismenettelyä. Maksamattomat kurssimaksut voivat johtaa opiskeluoikeuden tilapäiseen menettämiseen.

KURSSIMAKSUT JA MAHDOLLINEN KORONAKESKEYTYS

Mahdollisen koronakeskeytyksen vuoksi maksuista poiketaan niin, että opiskelijoita laskutetaan vain pidettyjen tuntien mukaan. Pitämättömät tunnit pyritään kuitenkin aina järjestämään erikseen sovituna ajankohtana. Kokonaan pitämättä jääneet tunnit hyvitetään maksupalautuksena.

KAUSIKORTTI.

Kausikortti maksaa 160 € ja on voimassa 1.8.2020-31.7.2021. Kausikortti oikeuttaa osallistumaan lukuvuoden aikana erikseen ilmoitettuihin ryhmäopetuksen kursseihin lukuun ottamatta ylimääräisiin kesäkursseihin, taiteen perusopetukseen, tutkintokoulutuksiin tai muihin yksittäisiin koulutuksiin, jotka on erikseen rajattu kausikortin ulkopuolelle. Kausikortti ei koske myöskään materiaali- tai muita kurssimaksun lisäksi tulevia erityiskuluja. Kausikortin hankkineen tulee myös huolehtia opiskelupaikan perumisesta, mikäli on estynyt osallistumaan kurssille. Kausikortin hankkineelta peritään peruuttamattomasta opiskelupaikasta 10 €:n palvelumaksu. Kausikortti on henkilökohtainen. Kausikortti on voimassa lukuvuoden kerrallaan.

Kausikortin voi tilata puhelimitse opiston toimistosta tai ensimmäisen kurssin henkilötietolomakkeella. Kausikortin voi tilata myös opiston www-sivujen kautta. Sivulla on toimintaohjeet tilaamista varten.

ALENNUKSET

Työttömille, jotka todistavat työttömyytensä, myönnetään 50% alennus yksittäisestä kurssimaksusta ja kausikortista. Työttömän henkilön tulee itse huolehtia siitä, että alennettuun maksuun oikeuttava peruste tulee mainituksi ilmoittautumisen yhteydessä tai henkilötietolomakkeessa.

Sisaralennukset. Yksilöopetuksen kurssimaksuista (piano, viulu, kitara) myönnetään sisaralennus seuraavasti: vanhin 16-vuotias tai sitä nuorempi maksaa 100%, seuraavaksi nuorin 75% ja muut nuoremmat sisarukset 50% kurssimaksusta. Taiteen perusopetuksen sisaralennus myönnetään siten, että vanhin/ensimmäinen sisarusista maksaa täyden maksun ja nuoremmat/seuraavat sisarukset maksavat 75% täydestä maksusta. Alennus koskee myös valmentavien

ryhmien oppilaita. Muutoin ryhmäopetuksesta ei myönnetä sisaralennuksia.

OPINTOSETELIT JA**VAPAAOPPILASPAIKAT**

Opintoselelit ja vapaaoppilaspaikat lukuvuodelle 2020-2021 jaettiin syksyn hakukierroksella.

OPISKELUPAIKAN PERUMINEN

Opiskelupaikan voi perua maksutta vielä viisi (5) työpäivää ennen kurssin alkua. Tämän jälkeen tehdystä perumisesta peritään 50% kurssimaksusta. Peruuttamattoman opiskelupaikan kurssimaksu laskutetaan täysimääräisenä. Laskutettua kurssimaksua ei poisteta eikä maksusta myönnetä alennuksia, jos opiskelija ei ole perunut oppilaspaikkaa tai keskeyttänyt opintonsa.

MAKSUSETELIT

Jokilatvan opisto ottaa vastaan Rj-Tyky-Kuntoseteli+ -maksuseteleitä, Smartum Oy:n liikunta- ja kulttuuriseteleitä sekä Eazybreak ja ePassi -maksuseteleitä, joilla voi maksaa kokonaan tai osittain kurssimaksun tai kausikortin. Setelit on toimitettava opiston toimistoon tai maksu on suoritettava pikimmiten kurssin alettua, jotta setelimaksu voidaan huomioida kurssilaskutuksessa!

KORONARAJOITUSTEN AIHEUTTAMAT MUUTOKSET KEVÄTLUKUKAUDELLE 2021!

Voimassa olevien koronarajoitusten johdosta Jokilatvan opiston kevätlukukauden 2021 opetus järjestetään aikavälillä 4.1.-18.1.2021 seuraavasti:

Aikuisten ryhmämuotoinen opetus käynnistyy lähiopetuksena 18.1.2021 alkaen.

Lasten taiteen perusopetus ja muu ryhmäopetus järjestetään ohjelman mukaisesti lähiopetuksena 4.1.2021 alkaen. Tämä koskee siis alle 15-vuotiaiden opetusta. Poikkeuksena lasten liikuntaryhmät käynnistyvät vasta 18.1. alkaen liikuntasalien sulkemisten vuoksi.

Yksilöopetus järjestetään ohjelman mukaisesti 4.1.2021 alkaen. Yksilöopetuksella tarkoitetaan niitä musiikin ja tietotekniikan kursseja, joissa samanaikaisesti opetustilanteessa ovat läsnä opettaja ja vain yksi oppilas.

Kevätlukukautta jatketaan noin kahdella viikolla. Ts. rajoitusten vuoksi pitämättömät opetuskerrat siirretään kurssien loppuun.

NIVALA

Osoite Toritie 15 (Kerttula)
85500 Nivala
Puhelin 044 4456 217
Sähköposti ulla.titto@haapajarvi.fi, kansalaisopisto@haapajarvi.fi
Internet www.jokilatvanopisto.fi

MUSIIKKI KUOROT JA LAULUNOPETUS

02110106

SEKAKUORO

Kyösti Kallion koulu, musiikkiluokka
Ma 18.30-20.45, Olena Mikhailova
18.1.-10.5.2021

84 h / 70 €. Tilaa. Kausikortti käy. Ota yhteys opettajaan, mikäli haluat kuoroon mukaan.

02110107

NIVALAN MIESLAULAJAT

Seuratupa
To 18.30-20.45, Olena Mikhailova
21.1.-20.5.2021

84 h / 70 €. Tilaa. Kausikortti käy. Ota yhteys opettajaan, mikäli haluat kuoroon mukaan.

01110120

KESKIAIKAINEN MESSU

Haapajärven Lukio, Kansankynttiläsali
To 19.30-20.30, Pekka Piironen
7.1.-25.2.2021

34 h / 45 €. Tilaa. Kausikortti käy. Vanhan kirkkolaulun kurssi toivottuna uusintana! Sukella syvälle historiallisiin gregoriaanisiin messusävelmiin niiden alkuperäisessä sekä Suomen uskonpuhdistusajan asussa. Harjoituksia pidetään torstaisin vuoroviikoin Haapajärvellä (klo 19.30-20.30) ja Nivalassa Kerttulas-
sa (klo 19-20). Gregorianiikasta väitellyt MuT Hilka-Liisa Vuori opettaa työpajassaan la-su 27.-28.2.2021. Viikonloppu huipentuu messujen viettoon Nivalan kirkossa su 28.2. klo 10 ja Haapajärven Kristuksen kirkastumisen kirkossa klo 18.
7.1. ja 14.1. tunnit etäopetuksena.

02110108

YKSINLAULU 1

Kyösti Kallion koulu, musiikkiluokka
Ma 15.30-19.00, Olena Mikhailova
4.1.-26.4.2021

135 €. Opetus on yksilöopetusta 30/45 min./kerta, opetusta lukuvuodessa 26 x 30 min./opiskelija. Ryhmä täynnä. Varapaikalle haetaan www.jokilatvanopisto.fi/lomakkeet.

02110109

YKSINLAULU 2

Kyösti Kallion koulu, musiikkiluokka
Ke 15.30-18.30, Olena Mikhailova
13.1.-28.4.2021

135 €. Opetus on yksilöopetusta 30/45 min./kerta, opetusta lukuvuodessa 26 x 30 min./opiskelija. Ryhmä täynnä. Varapaikalle haetaan www.jokilatvanopisto.fi/lomakkeet.

02110110

YKSINLAULU 3

Kyösti Kallion koulu, musiikkiluokka
To 16.00-18.15, Olena Mikhailova
7.1.-29.4.2021

135 €. Opetus on yksilöopetusta 30/45 min./kerta, opetusta lukuvuodessa 26 x 30 min./opiskelija. Ryhmä täynnä. Varapaikalle haetaan www.jokilatvanopisto.fi/lomakkeet.

02110111

YKSINLAULU 4A

Kerttula, yläparvi
Ke 17.15-18.15, Hannariina Tölli
13.1.-28.4.2021

135 €. Opetus on yksilöopetusta 30 min./kerta, opetusta lukuvuodessa 26 x 30 min. / opiskelija. Ryhmä täynnä. Varapaikalle haetaan www.jokilatvanopisto.fi/lomakkeet.

02110140

YKSINLAULU 4B

Kerttula, luokka 1
To 17.15-19.30, Hannariina Tölli
7.1.-29.4.2021

135 €. Opetus on yksilöopetusta 30 min./kerta, opetusta lukuvuodessa 26 x 30 min. / opiskelija. Ryhmä täynnä. Varapaikalle haetaan www.jokilatvanopisto.fi/lomakkeet.

02110112

YKSINLAULU 5

Kerttula, luokka 1
Ma 16.15-19.45, Anu Rautio
11.1.-19.4.2021

75 €. Opetus on yksilöopetusta 45 min./kerta, opetusta lukuvuodessa 14 x 45 min. / opiskelija. Ryhmä täynnä. Varapaikalle haetaan www.jokilatvanopisto.fi/lomakkeet.

02110114

KARAOKE 1

Lukio, atk-luokka 145
Ti 16.30-18.30, Lea Malila
19.1.-13.4.2021

56 h / 60 €. Tilaa. Kausikortti käy. Etsitään omaa ääntä, harjoitellaan mikrofonin käyttöä, hengitystä, yleisölle esiintymistä ja uusia karaokelauluja. Käytössä on koko ajan päivittyvät tietokonepohjaiset ammattilaiskaraokelevyt. Vasta-alkajille ja pitkään harrastaneille. Tule rohkeasti mukaan välittömään joukkoomme. Opettelemme ja opimme yhdessä!

02110115

KARAOKE 2

Lukio, atk-luokka 145
Ti 18.45-20.45, Lea Malila
19.1.-13.4.2021

56 h / 60 €. Tilaa. Kausikortti käy. Sama sisältö kuin Karaoke 1 -kursilla.

SOITONOPETUS

02110116

HARMONIKKA, YKSILÖOPETUS

Kerttula, musiikkiluokka 1
Ti 16.30-17.30, Janne Lindgren
19.1.-4.5.2021

135 €. Harmonikansoittoa yksilöopetuksena 30 min./kerta. Opiskellaan harmonikansoiton tekniikkaa ja musiikin teoriaa. Myös vasta-alkajille. Oppilaspaiikkoja haettavana www.jokilatvanopisto.fi/lomakkeet.

02110117

PIANO AIKUISET

Kerttula, musiikkiluokka 2
To 15.00-18.30, Pekka Piironen
7.1.-29.4.2021

135 €. Opetus järjestetään yksilöopetuksena 30 min./opetuskerta. Ryhmä täynnä varapaikalle voi hakea www.jokilatvanopisto.fi/lomakkeet.

02110118

KITARA-BASSO- RUMPUKOULU 1

Jussin studio
Ti 15.00-19.30, Jussi Poikkimäki
5.1.-20.4.2021

95 € / 15 min, 135 € / 30 min, 155 € / 45 min. Opiskellaan kitaransoiton perusteita, komppaamista ja melodiansoittoa eri musiikkityyleissä, nuotinlukua, improviointia ym. Kitarakoulu I -kirja sekä opettajan materiaali. Muiden bändisoitinten (basso, rummut) opetuksessa soveltaan henkilökohtaista opetussuunnitelmaa. Ei ikärajaa. Ryhmä täynnä. Varapaikalle haetaan www.jokilatvanopisto.fi/lomakkeet.

02110119

KITARA-BASSO- RUMPUKOULU 2

Jussin studio

Ke 15.00-18.15, Jussi Poikkimäki

13.1.-28.4.2021

95 € / 15 min, 135 € / 30 min, 155 € / 45 min. Sama sisältö kuin Kitara-, basso-rumpukoulu 1:ssä. Ei ikärajaa. Ryhmä täynnä. Varapaikalle haetaan www.jokilatvanopisto.fi/lomakkeet.

02110120

KITARA-BASSO-RUMPUKOULU 3

Jussin studio

To 15.00-20.30, Jussi Poikkimäki

7.1.-29.4.2021

95 € / 15 min, 135 € / 30 min, 155 € / 45 min. Sama sisältö kuin Kitara-, basso-rumpukoulu 1:ssä. Ryhmä täynnä. Varapaikalle haetaan www.jokilatvanopisto.fi/lomakkeet.

BÄNDIKOULU, 02110125 (ks. sivu 11)

02110121

VIIHDE- JA KANSANMUSIIKKI-ORKESTERI

Kyösti Kallion koulu, musiikkiluokka

Ti 17.00-19.15, Pauli Raivio

19.1.-13.4.2021

66 h / 65 €. Tilaa. Kausikortti käy. Opetellaan soittamaan ja laulamaan viihde- ja kansanmusiikkia pelimannihengessä.

02110122

KANTELEENSOITTO

Kerttula, yläparvi

Ti 18.15-19.45, Jaana Junntila

19.1.-13.4.2021

44 h / 55 €. Tilaa. Kausikortti käy. Kurssilla opiskellaan ison kanteleen soittamista perinteisellä soinnutustyyllillä. Kurssi sopii vasta-alkajille ja jatkajille, ikä ja taso huomioidaan. Soitetaan paljon yhdessä (kansan- ja joululaulut sekä hengelliset laulut) ja opiskellaan itsekin soinnuttamaan. Lisäksi opitaan kanteleen virittämistä ja perushuoltamista sekä musiikin teoriaa.

KIELET**Suomi**

02120102

SUOMEA MAAHANMUUTTAJILLE 2, KERTAUSKURSSI

Lukio, luokka 244

Ke 17.30-19.00, Irina Trifonova

20.1.-14.4.2021

42 h / 55 €. Tilaa. Kausikortti käy. Kurssi on tarkoitettu ulkomaalaisille, jotka jo osaavat suomea, mutta halusivat kehittää edelleen kielitaitoaan. Tutustutaan myös suomalaiseseen yhteiskuntaan, kulttuuriin ja perinteisiin. Oppikirja on Oma suomi 2 (Otava).

Englanti

02120301

ARKIELÄMÄN ENGLANTIA 1 (A1)

Lukio, luokka 243

Ti 17.00-18.30, Anne Mikkola

19.1.-13.4.2021

42 h / 55 €. Tilaa. Kausikortti käy. Kurssilla opiskellaan Everyday English 1-kirjaa (Finn Lectura) ja harjoitellaan monipuolisesti arkielämän puhetilanteita parin kanssa tai pienryhmissä. Tutustutaan mm. matkailu- ja ruokasanastoon sekä opiskellaan englannin kielen perusrakenteita. Lukuosat harjoitukset kehittävät kielitaidon eri osa-alueita monipuolisesti. Kielen rakenteisiin tutustutaan selkeiden esimerkkien avulla. Kurssi sopii opiskelijoille, joilla englannin opiskelut ovat vielä alkuvaiheessa.

02120302

ARKIELÄMÄN ENGLANTIA, KESKITASO (A2-B1)

Lukio, luokka 243

Ti 18.30-20.00, Anne Mikkola

19.1.-13.4.2021

42 h / 55 €. Tilaa. Kausikortti käy. Kurssi on tarkoitettu aikuisopiskelijoille, joille englannin keskeisimmät perusrakenteet ovat tuttuja, mutta jotka kertaamisen lisäksi kaipaavat kannustusta puhumisen harjoitteluun. Kurssilla opiskellaan Stepping Stones 1-kirjaa (Finn Lectura) Kirjan aiheet ovat jokapäiväiseen elämään liittyviä. Kappaleissa käsitellään mm. matkailua ja matkalla sattuvia ongelmatilanteita, tutustumista ja ystäviä, vapaa-aikaa ja harrastuksia, ruokaa, ostosten tekoa, omaa hyvinvointia ja hyvää elämää. Teksteissä ja tehtävissä vahvistetaan kielen perusrakenteiden hallintaa ja laajennetaan sanavarastoa.

Venäjä

02120601

VENÄJÄ 2

Lukio, luokka 244

Ke 19.15-20.45, Irina Trifonova

20.1.-14.4.2021

42 h / 55 €. Tilaa. Kausikortti käy. Tarkoitettu henkilöille, jotka osaavat jo kielen alkeet tai niille, jotka ovat opiskelleet Venäjä 1- kurssilla ja haluavat jatkaa kielen opiskelua. Kurssi sopii aikuisille sekä yläaste- ja lukioikäisille. Oppikirja on Pora! 1 (Otava).

TIETOTEKNIikka

02340101

TIETOTEKNIikka -OPETUSKLINIKKA

Kerttula, luokka 2

Ma 14.00-16.15, Atte Oja

4.1.-29.3.2021

3 h / 30 €. Tilaa. Kausikortti käy. Opiskelijalle tarjotaan 3 x 45 min. opetuskokousta yksilöopetuksena. Ota kurssille mukaan se henkilökohtainen laite (kannettava tietokone, tabletti tai älypuhelin), jonka opetusta haluat saada. Kurssi räätälöidään oppilaan tarpeiden mukaan. Tämä kurssi sopii myös aloittelijoille. Kurssille voi ilmoittautua ja hakea paikkoja koko lukuvuoden ajan. Opettajan kanssa sovitaan henkilökohtaiset opetusajat.

ESITTÄVÄ TAIDE JA KIRJALLISUUS

02110201

NIVALAN KESÄTEATTERI 2021

Kerttula, Saalastin sali

Ma 18.30-21.30, Marja Hannula

15.3.-28.6.2021

88 h / 75 €. Ilm. 1.2.2021 mennessä. Valmistetaan kesäteatterin näytelmä heinäkuulle 2021.

KUVATAITEET

02110301

ASORTI

Kerttula, ompeluluokka

Ke 18.00-21.00, Natalia Pikkarainen

20.1.-7.4.2021

84 h / 75 €. Tilaa. Kausikortti käy. Kurssilla opit toimivan piirustus- ja maalaus prosessin, josta hyödyt suuresti. Aiheet kurssilla ovat vapaat. Harjoitellaan kuvataiteen eri tekniikoita, hiiltä, tussia, pastelleja, puuvärejä, öljy-, akvarelli-,

guassi- ja akryylivärejä. Uutuutena 3D -strukturi akryylimaalauksella. Et tarvitse aiempaa osaamista osallistuaksesi kurssille.

02110302

DEKOR - KUVANVEISTO- JA KORISTETAIDE

Kerttula, luokka 2
Pe 17.00-20.00, Natalia Pikkarainen
22.1.-26.3.2021
64 h / 65 €. Tilaa. Kausikortti käy. Materiaaleina käytetään erilaisia muovailumassoja, savea ja 3D- tekniikalle sopivia materiaaleja. Käydään läpi kuvanveistön eri osa-alueita. Aihepiireinä ovat erilaiset koti- ja puutarha koristeet, lahjat, mosaiikki, reliefit, korut ja uniikit nuket. Uutuutena kurssilla muovailaan veistosta elävän mallin mukaan. Lasikeramiikka.

02110303

PALETTI - KUVATAIDE SENIOREILLE

Kerttula, työpaja
Ke 13.45-15.15, Natalia Pikkarainen
20.1.-7.4.2021
40 h / 50 €. Tilaa. Kausikortti käy. Tarjoan energiaa ja luovuutta mukavassa porukassa. Kurssilla maalataan ja piirretään helpoilla tekniikoilla ja hauskoista aiheista. Jos haluat onnistua akvarelli -, öljyväri -, puuväri - guassi -, akryyli - tai pastellimaalauksessa ja oppia luomaan kauniita teoksia, liity tälle kurssille. Kurssi on tarkoitettu aloittelijoille ja jatkajille.

02110304

KALLIGRAFIKURSSI - ITALICISTA COPPERPLATEEN

Lukio, luokka 154
Ma 18.00-20.15, Pauliina Yliniitty
11.-24.3.2021
54 h / 50 €. Tilaa. Kausikortti käy. Kurssilla tutustutaan viehättävän italic-käsialan perus- ja koristekirjaimiin. Italicista siirrytään copperplateen / kaunokirjoituksen sekä kokeillaan myös 1600-luvun ranskalaista käsialaa rondea. Kurssityönä suunnitellaan jokaiselle oman exlibriksen. Kurssi sopii sekä aloittelijoille että kalligrafiaa aiemmin harrastaneille.

02110305

VAPAUTA LUOVUUTESI- SYTYTÄ SYDÄMESI UUSI KURSSI!

Kerttula, luokka 2
pe 17.00-20.00, la 9.00-13.30, Jaana Vähäsöyrinki
19.2.-20.2.2021
10 h / 31 €. Ilm. 8.2.2021 mennessä. Kausikortti käy. Kurssilla tehdään löytöretki omaan luovuuteen vapaan maalauksen kautta. Musiikin ja tarinan kautta löydetään itsestä uusia voimavaroja ja kykyjä, jotka ovat olleet piilossa. Tällä kurssilla ei tarvitse osata piirtää tai maalata tai olla jo taiteenharrastaja. Tärkeintä on vain

päästää irti suorittamisesta ja antaa värin virrata paperille.

AIKUISTEN TAITEEN PERUSOPETUS

Jokilatvan opistossa alkoi syksyllä aikuisten taiteen perusopetus kuvataiteissa ja käsityössä. Ryhmään otetaan vielä uusia opiskelijoita. Opinnot perustuvat valtakunnalliseen opetussuunnitelmaan ja ovat yleisen oppimäärän mukaisia. Laajuudeltaan opinnot ovat 500 oppituntia, jakautuen yhteisiin opintoihin (300 oppituntia) ja teema opintoihin (200 oppituntia). Opinnot voi suorittaa noin neljässä vuodessa ja edellyttävät kiinnostuksen lisäksi myös sitoutumista tavoitteelliseen opiskeluun. Opinnot sisältävät pienryhmäopetusta ja itsenäistä työskentelyä, opintokäyntejä sekä opintojen tavoitteisiin sopivia vapaavalintaisia kursseja. Lukukausimaksu 85 € kattaa opetuksen (100 oppituntia) ja opintojen ohjauksen, materiaalit opiskelija hankkii itse. Lukuvuoden 2020-21 teema: **Matkamuistoja – kokemuksia elämän varrelta**. Orientoivat opinnot 85 oppituntia (yhteisiä kuvataiteessa ja käsityössä) ja omavalintaisia kursseja 15 oppituntia, lisäksi itsenäistä työskentelyä.

02110440

KOLMIULOTTEISEN MUODON HAHMOTUS

Kerttula, luokka 2
to 16.30-19.30, Jaana Vähäsöyrinki
21.1., 28.1., 4.2., 18.2., 25.2.2021
20 h / 38 €. Ilm. 11.1.2021 mennessä. Kurssilla kokeillaan saven muotoutumista taide- ja käyttöesineeksi, opitaan perusrakennus tekniikat sekä saadaan ”näppituntuma” taiteelliseen työskentelyyn näiden tekniikoiden kautta.

02110441

KESTÄVÄ KEHITYS

Kerttula, luokka 2
pe 16.30-20.15, la 10-14.20, Tarja Pärn
26.-27.3.2021
10 h / 31 €. Ilm. 12.3.2021 mennessä. Kurssilla harjoitellaan työskentelyä kestävän kehityksen mukaisilla materiaaleilla ja välineillä omavalintaisen teeman mukaan, teemana voi olla esimerkiksi art box (muistojen laatikko), kirjaveistos, vanhan esineen uusi elämä.

02110314

VIVAHEIKAS VIIVA

Kerttula, luokka 2
la 10.00-13.45, Maarit Räisänen
10.4.2021
5 h / 24 €. Ilm. 22.3.2021 mennessä. Kurssilla harjoitellaan piirtämisen ilmaisullisia ulottuvuuksia. Harjoitellaan eri-

luonteisten viivojen käyttöä sekä erilaisia välineitä piirtämisessä, esimerkiksi kiinteillä välineillä: lyijykynä, hiili, liitu sekä nestemäisillä välineillä sivellintä ja puutikkuja käyttäen: tussi, vesivärit ja peitevärit.

02110442

ATELJEE OPINNOT, KÄSITYÖT

Kerttula, luokka 2
ma 16.30-20.15, Tarja Pärn
29.3., 12.4., 19.4.2021
15 h (+ itsenäistä työskentelyä) / 24 €. Ilm. 15.3.2021 mennessä. Kurssilla harjoitellaan itselle merkityksellisten asioiden ilmaisemista luovasti, persoonallisesti ja kokeilevasti. Mieti jo aiemmin, mitä haluaisit kokeilla ja mihin tutustua (tekniikka, tekotapa, teema). Ateljee opintojen tavoitteena on tutustua johonkin tekniikkaan tai tekotapaan. Myöhemmin opinnoissa tutustutaan laajemmin eri vaihtoehtoihin. Käsityö, tekniset vaihtoehdot: virkkaus, neuletyöt, makramee, huovutus, tilkkutyö, kankaankuviointi, vaatesuunnitteluprosessi, paperityöt. Kolmiulotteisia tekniikoita: savityöskentely, paperimassatyöt ja muut kolmiulotteiset työskentelytavat. Opettaja paikalla 2 ot/kerta, muuten itsenäistä työskentelyä.

02110315

ATELJEE OPINNOT, KUVATAIDE

Kerttula, luokka 2
pe 16.30-20.15, Maarit Räisänen
9.4., 16.4., 23.4.2021
15 h (+ itsenäistä työskentelyä) / 24 €. Ilm. 22.3.2021 mennessä. Kurssilla harjoitellaan itselle merkityksellisten asioiden ilmaisemista luovasti, persoonallisesti ja kokeilevasti. Mieti jo aiemmin, mitä haluaisit kokeilla ja mihin tutustua (tekniikka, tekotapa, teema). Ateljee opintojen tavoitteena on tutustua johonkin tekniikkaan tai tekotapaan. Myöhemmin opinnoissa tutustutaan laajemmin eri vaihtoehtoihin. Kuvataide, tekniset vaihtoehdot: akvarelli, öljymaalauksella, akryylimaalauksella, kuiva- ja öljypastellit, hiilipiirustus, lyijykynäpiirustus. Kolmiulotteisia tekniikoita: savityöskentely, paperimassatyöt ja muut kolmiulotteiset työskentelytavat. Opettaja paikalla 2 ot/kerta, muuten itsenäistä työskentelyä.

KÄDEN TAIDOT

SYKSYLLÄ ALKANEET JA KEVÄÄLLÄ JATKUVAT KURSSIT

02110403

TEHDÄÄN LASISTA JA POSLIINIMAALAUUS

Kerttula, työpaja
Ma 16.00-19.00, Marja-Liisa Åvist
8.2.-10.5.2021

84 h / 75 €. Tilaa. Kausikortti käy. Kurssilla opitaan perustaidot lasin käsittelyyn ja valmistetaan kauniita esineitä kotiin eri tekniikoin. Mm. lasinsulatus-, mosaiikki- ja lyijylasi menetelmin.

02110417

KLIPSUVIRKKAUS JA HELMITYÖT

Kerttula, työpaja
Ma 12.30-15.30, Marja-Liisa Åvist
8.2.-10.5.2021

84 h / 75 €. Tilaa. Kausikortti käy. Valmistetaan laukkuja ja kukkaroita ja opetellaan ompelemaan niihin vuoret. Laukut valmistetaan oppilaan toiveista sekä opettajan uusista malleista. Helmitöissä valmistetaan koriste-esineitä ja liinoja. Opettajalla on helmiä ja muita tarvikkeita. Kurssille mukaan saksat, säämiskä ja rasia.

02110409

KUDONTA 1

Kerttula, kudonta
Ma 10.15-13.15,
Anni Laulumaa-Peräaho
18.1.-12.4.2021

88 h / 75 €. Täynnä. Kausikortti käy. Kudontaa: sisustustekstiilejä ja asusteita. Mahdollisuus kokeilla erilaisia erikoistekniikoita, vetolaite- ja pirtakangaspuita.

02110410

KUDONTA 2

Kerttula, kudonta
Ke 17.30-20.30, Anni Laulumaa-Peräaho
20.1.-7.4.2021

88 h / 75 €. Kausikortti käy. Kudontaa: sisustustekstiilejä ja asusteita. Mahdollisuus kokeilla erilaisia erikoistekniikoita, vetolaite- ja pirtakangaspuita. 1 paikka vapaana.

02110431

TUOHEN TAITAJAT

Kyösti Kallion koulu, teknisen työn lk
Ti 18.00-21.00, Esko Uusitalo
19.1.-6.4.2021

84 h / 75 €. Tilaa. Kausikortti käy. Kurssilla valmistetaan käyttöesineitä, koruja, ym. Tehdään polttokoristelua.

02110413

OMPELUPAJA

Kerttula, ompeluluokka
Ke 12.30-15.30, Pirjo Tölli
20.1.-14.4.2021

84 h / 75 €. Tilaa. Kausikortti käy. Materiaalimaksu 10 €. Ompele uutta itsellesi tai kaverillesi mielesi mukaan. Ompele trikookoneilla neulosvaatteita lapsille tai aikuisille. Sisusta kotiisi uusi ilme itse ommelluilla sisustustekstiileillä. Tee vanhalle vaatteellesi uusi elämä. Vaihda vetoketjuja, lyhennä lahkeita, muodista mekkoja. Innostu ompelusta!

02110414

TILKKUVAKKA JA LANKAKORI

Uusi kurssi!

Kerttula, ompeluluokka
To 15.30-18.30, Anni Laulumaa-Peräaho
28.1.-8.4.2021

72 h / 70 €. Tilaa. Kausikortti käy. Kurssilla voit ommella tilkkuvakkasi aarteista pehmoja, Tildoja tai tilkkutöitä. Lankakorin siivouksen ensiavuksi keksimme erilaisia virkkaus- ja neuletöitä, makrameesolmeilua sekä kudontatöitä pirtakangaspuilla.

KEVÄTLUKUKAUDELLA ALKAVAT UJDET KURSSIT

02110408

VERHOILU- JA OMPELUPAJA, KEVÄT

Kerttula, ompeluluokka
Ma 17.00-20.00, Pirjo Tölli
18.1.-19.4.2021

48 h / 55 €. Ilm. 4.1.2021 mennessä. Kausikortti käy. Verhoile vanha tuolisi uuteen kuosiin. Tee verhoiluja omiin huonekaluihisi. Valmista ompelukoneella tilkkuista mattoja erilaisilla työtavoilla. Ompele ryijy seinälle tai nukkamatto lattialle langanlopuista. Sisusta kotiisi uusi ilme uusilla tekstiileillä. Ompele itsellesi uudet, persoonalliset vaatteet. Malleja ja ideoita löydät kurssilta! Voit osallistua kertakäynnilläkin, jos kurssilla on tilaa.

02110412

OMPELE, KIRJO, HUOVUTA, KEVÄT Uusi kurssi!

Kerttula, ompeluluokka
Ti 17.00-20.00, Pirjo Tölli
19.1.-13.4.2021

48 h / 55 €. Ilm. 4.1.2021 mennessä. Kausikortti käy. Ompele lasten tai aikuisten vaatteita ja kodintekstiilejä. Korjaa ja muokkaa vanhoja vaatteita tai tekstiilejä uuteen muotoon. Kirjo yksilöllisiä vaatteita tai sisustustekstiilejä käsin tai koneella. Huovuta huiveja, sisustustekstiilejä tai koriste-esineitä. Nyt voit tehdä kaikkea kivaa ompelukoneella tai huovuttamalla. Voit tulla myös kertakäynnille, jos kurssilla on tilaa.

02110415

NUKKEKOTIKURSSI Uusi kurssi!

Kerttula, paja
Pe 16.15-20.00, la 10.00-16.00,
Tarja Pärn
22.-23.1.2021

26 h / 45 €. Tilaa. Kausikortti käy. Aloita uusi harrastus ja tule tutustumaan hurmaavaan minimailmaan! Kahden viikonlopun kurssilla ehdit valmistaa roomboxin/minimailman vaikkapa vanhaan lyhtyyn. Valmistetaan 1:12 koossa sänky, pöytä, tuoleja ja muita mukavia pikkutarvoita. Lisäinfoa ennen kurssia opettajalta.

02110416

TALLUKKAKURSSI Uusi kurssi!

Kerttula, ompeluluokka
To-pe 17.30-20.30 ja la 10.00-13.00,
Anni Laulumaa-Peräaho
21.1.-30.1.2021

24 h / 40 €. Ilm. 4.1.2021 mennessä. Kausikortti käy. Kurssilla opit valmistamaan perinteiset kansanomaiset kangasjalkeenet. Tallukkaat ovat lämpimät ja hengittävät (talvi)kengät. Ne valmistetaan tikkaamalla useita kangaskerroksia päällekkäin. Kurssilaisille lähetetään tarvikeluettelo.

02110421

NAISTEN PUUTYÖPIIRI,

KEVÄT Uusi kurssi!

Niva-Kaija, tekninen työ
Ma 17.00-21.00, Anna-Maria Oja
18.1.-19.4.2021

48 h / 55 €. Ilm. 4.1.2021 mennessä. Kausikortti käy. Kurssilla valmistetaan puusta eri työmenetelmiä ja koneita käyttäen opiskelijoiden haluamia tuotteita. Opiskelijat tuovat omat materiaalit. Kurssille mukaan materiaalit, kynä, kumi ja suunnittelupaperia. Työkalut löytyvät koululta.

02110423

PUU- JA METALLITYÖT, KEVÄT

Niva-Kaijan koulu, teknisen työn luokka
Ti 17.00-20.00, Eero Ojala
19.1.-13.4.2021

48 h / 55 €. Ilm. 4.1.2021 mennessä. Kausikortti käy. Puu- sekä metallitöitä oppilaiden tarpeiden mukaan.

02110425

PUUKONVALMISTUS, KEVÄT

Niva-Kaijan koulu, teknisen työn luokka
Pe 18.00-21.00, la-su 10.00-16.00,
Jussi Kokkonen
22.-24.1, 29.-31.1.2021

40 h / 50 €. Ilm. 8.1.2021 mennessä. Kausikortti käy. Opitaan puukon valmistus alusta loppuun, aina terän takomisen ta tupen viimeistelyyn. Kurssilaiset voivat valmistaa puukon omien tarpeiden ja toiveiden mukaan. Puukot valmistetaan

parhaista raaka-aineista, joita voi ostaa opettajalta. Voit halutessasi käyttää myös omia materiaaleja. Työvälinemaksu 15 € /puukko. Kurssipaikalla on kaikki tarvittavat työvälineet. Kurssi sopii niin miehille kuin naisille, ei vaadi ennakkotaitoja.

02110427

KEHRUUKURSSI

Kerttula, paja
La-su 10.00-15.00,
Mervi Annala-Väisänen
30.-31.1.2021 ja 20.-21.2.2021
24 h / 40 €. Ilm. 11.1.2021 mennessä. Kausikortti käy. Haluatko oppia kehräämään lankaa tai syventämään kehräystaitojasi? Aloittelijat voivat opetella värttinä- ja rukkikehräyksen perusteita opettelemalla säikeen kehräystä ja langan kertaamista. Jatkokurssilaiset voivat syventää taitojaan värttinän ja rukin käytössä esim. tutustumalla tuetulla värttinällä kehräämiseen, opettelemalla pitkävetoa ja erilaisia kertaustapoja. Saat tietoa myös karstaamisesta, kehräämistekniikoista sekä erilaisista villalaaduksista. Jos sinulla on, ota mukaan värttinä ja rukki, karstat ja esiliina. Opettajalla on varattuna kurssilaisten käyttöön värttinöitä ja rukkeja. Opettajalta voi ostaa kehruuvillaa ja aloittelijalle sopivan värttinän.

02110428

**KUVIOLLISET TOIVEET-
PISANKAMUNAT Uusi kurssi!**

Kerttula, luokka 2
La 11.00-17.00, su 9.30-15.30, Sirpa Hassa
27.-28.2.2021
15 h / 31 €. Ilm. 12.2.2021 mennessä. Kausikortti käy. Pisankamunien kuvioinnilla on aina toivottu hyvää. Tule teemmään omat voimamunat eri värien ja kuvioiden symboleita käyttäen. Voit myös tehdä omia kuvioita luovasti. Vahamunat tehdään aitoihin kanan- tai hanhenmuniin. Tarvikkeet voi ostaa opettajalta. Kurssille mukaan: mukavat vaatteet, talouspaperirulla, tyhjiä kananmunakennoja muutama. Arvio tarvikkeiden hinnasta: 1,35€/muna, sisältää kaikki materiaalit (vahat, värit, kynntilät jne).

02110430

**LAUKKUJA JA PUSSUKOITA
Uusi kurssi!**

Kerttula, ompelu
Pe 17.00-20.00, la 9.00-15.00, Pirjo Töllä
5.2, 12.-13.2.2021
16 h / 38 €. Ilm. 22.1.2021 mennessä. Kausikortti käy. Ommellaan toiletti-/meikkipussukoita sekä olkalaukkuja omista kankaista. Voit käyttää myös tilkublokkeja mielesi mukaan.

02110405

**VILLIÄ RAKUKERAMIKKAA KOTIIN
JA PUUTARHAAN, KEVÄT**

Kerttula, työpaja
Pe 17.00-20.00, la 9.00-15.00,
19.-20.3.2021, Jaana Vähäsöyrinki
Pe 17.00-20.00, la 9.00-18.00,
23.-24.4.2021
27 h / 45 €. Ilm. 5.3.2021 mennessä. Kausikortti käy. Raku on japanilainen keramiikan polttomenetelmä, jossa jokainen työ on uniikki ja lasitus yllättää aina hehkuvilla väreillään. Poltto tapahtuu ulkona kaasulla tynnyriuunissa, jonka lämpö nostetaan 1000-asteeseen, josta työt nostetaan kuumina savustukseen ja jäähdytetään kylmässä vedessä. Raku soveltuu upeasti käsinrakentamiseen ja veistoksiin.

02110438

**OMPELUKONEEN SÄÄDÖT JA
HUOLTO**

Kerttula, ompeluluokka
ke 12.30-15.30, Pirjo Töllä
21.4.2021
4 h / 24 €. Ilm. 12.4.2021 mennessä. Kausikortti käy. Tutustu tavallisen ompelukoneen säätömahdollisuuksiin ja kokeile erilaisia tikkimahdollisuuksia ja napinläpeä. Tutustu myös erilaisiin paininjalkoihin ja kokeile niitä. Tee omalle ompelukoneellesi pieni huolto: puhdista ja öljyä. Oma ompelukone mukaan.

02110439

KESÄHATTUJA JA -PIPOJA

Kerttula, ompeluluokka
ti 17.00-20.00, Pirjo Töllä
20.4.-27.4.2021
8 h / 24 €. Ilm. 12.4.2021 mennessä. Kausikortti käy. Ompele hellehattuja aikuisille tai lapsille. Tee persoonallisia trikoopipoja joustavista materiaaleista itselle tai lapselle. Opettaja tuo lieriä ja pipon kaavoja, voit ottaa myös omat kaavat mukaan. Omat kankaat mukaan ja ompelemaan kesäksi vaikka kukkahattu tai turbaanipipo!

TERVEYDENHOITO

02610103

ENSIIVUN PERUSKURSSI

Lukio, luokka 154
La 9.00-15.30, Ti 18.00-21.00, To 18.00-21.00, Marita Ainasoja
20.3.-25.3.2021
16 h / 65 €. Ilm. 5.3.2021 mennessä. Kurssin suorittanut hallitsee ensiivun antamisen perusteet kurssin sisällön mukaisissa aiheissa. Koulutus sisältää teoriaopetusta ja käytännön harjoitusta. Kurssisisältö mukaillee EduSafety kurssikokonaisuutta. EduSafety kortti

mahdollista saada kurssin päätteeksi käteismaksulla 8 e / kpl. Lauantaina omat eväät mukaan.

TANSSI JA LIIKUNTA**TANSSI**

02830101

KUNTOTANSSIKURSSI

Nuorisoseura
Ti 19.00-20.30, Kaisa Pihlajaniemi
19.1.-6.4.2021
42 h / 72 €. Tilaa. Kausikortti käy. Kurssi on tarkoitettu kaikille tanssia kuntolumielle harrastaville. Hiotaan perinteisiä lavatansseja ja opitaan uutta. Miehetkin rohkeasti mukaan! Kurssille voi tulla yksin tai parin kanssa. Mahdollisten rajoitusten ollessa voimassa, tansseja voidaan harjoitella myös yksintansseina.

02830102

LAVATANSSIA KAIKENIKÄISILLE

Nuorisoseura
Ke 18.30-20.00, Kaisa Pihlajaniemi
20.1.-7.4.2021
42 h / 72 €. Tilaa. Kausikortti käy. Aloiteetaan helpoista tansseista ja edetään ryhmän tason ja toiveiden mukaisesti. Rythmi, perustanssit ja motorikka eli hyvän fiiliksen aivojumbppaa. Sopii kaikenikäisille, myös miehille. Kurssille voi tulla yksin tai parin kanssa. Mahdollisten rajoitusten ollessa voimassa, tansseja voidaan harjoitella myös yksintansseina.

02830103

ITÄMAINEN TANSSI

Niva-Kaijan koulu, liikuntasali
Ke 18.00-19.15, Eija Kivelä
20.1.-7.4.2021
35 h / 61 €. Tilaa. Kausikortti käy. Harjoitellaan itämaisen tanssin liikkeitä, askelsarjoja ja koreografiaa. Naisellinen pehmeä tanssi lievittää hartia- ja selkävaivoja sekä vahvistaa lantionpohjan lihaksia. Tunnille joustavat liikuntavaatteet, tossut, huivi lantiolle ja iloinen mieli.

02830104

RYTMIDANCE

Nuorisoseura
To 19.00-20.00, Kaisa Pihlajaniemi
21.1.-15.4.2021
28 h / 52 €. Tilaa. Kausikortti käy. Rytmidance on sykettä nostattavaa, rytmikästä yksintanssia liikuntaa rakastaville tanssin ystäville. Hauskuuden lomassa opit myös tanssiaskelia, mm. rock, cha-cha, rumba, salsa ja jive.

KUNTOLIIKUNTARYHMIEN TASOMÄÄRITTELY

TEKNINEN VAATIVUUS

1 = helppo
2 = jonkin verran koreografisia osuuksia
3 = koreografisesti haastava

FYYSINEN RASITTAVUUS

+ = kevyttä / rentouttavaa
++ = tehokasta jumppaa
+++ = rankkaa treeniä

LIIKUNTA

02830109

IKÄIHMISTEN KUNTOJUMPPA, MALILA

Malilan koulu, liikuntasali
To 17.45-18.30, Eija Kivelä
21.1.-15.4.2021
21 h / 41 €. Tilaa. Kausikortti käy. Taso 1+.

02830110

IKÄIHMISTEN KUNTOJUMPPA, HAIKARA

Haikaran koulu, liikuntasali
Ma 18.00-18.45, Seija Hernetkoski
18.1.-12.4.2021
22 h / 43 €. Tilaa. Kausikortti käy. Taso 1+.

02830173

TASAPAINOA JA LIHASKUNTOA 1, KEVÄT

Kerttula, Saalastin sali
To 9.15-10.00, Seija Hernetkoski
21.1.-8.4.2021
11 h / 23 €. Ilm. 11.1.2021 mennessä. Kausikortti käy Taso 1++. Ryhmä on suunnattu riskiryhmille. Kehonhallinta- harjoitus ohjattuna ja kiertoharjoituksena: tasapainoa, liikkuvuutta ja lihaskuntoa etenkin + 60 vuotiaille. Soveltuu kuitenkin kaikille, jotka haluavat kevyen aamupäiväjumpan. Tasapainoliikkeet herättelevät ryhtiä ja keskivartalon hallintaa. Lihaskuntoliikkeet tukevat tasapainoa sekä koko kehon toimintaa. Harjoittelun teho on helppo säätää. Ota mukaasi oma alusta!

02830112

TASAPAINOA JA LIHASKUNTOA, RYHMÄ 2

Kerttula, Saalastin sali
To 10.30-11.15, Seija Hernetkoski
21.1.-8.4.2021
22 h / 43 €. Tilaa. Kausikortti käy Taso 1++. Kehonhallinta- harjoitus ohjattuna ja kiertoharjoituksena: tasapainoa, liikkuvuutta ja lihaskuntoa etenkin + 60 vuotiaille. Soveltuu kuitenkin kaikille, jotka haluavat kevyen aamupäiväjumpan. Tasapainoliikkeet herättelevät ryhtiä ja keskivartalon hallintaa. Lihaskun-

toliikkeet tukevat tasapainoa sekä koko kehon toimintaa. Harjoittelun teho on helppo säätää. Ota mukaasi oma alusta!

02830113

HARTIAT RENNOIKSI

Kerttula, Saalastin sali
To 11.20-11.50, Seija Hernetkoski
21.1.-8.4.2021
15 h / 31 €. Tilaa. Kausikortti käy Taso 1+. Kevyttä, elvyttävää lihaskuntoa ja liikkuvuutta etenkin lapaluiden, niskan ja hartioiden seudulle. Liikkeet voidaan tarvittaessa soveltaa myös niin, että ne voi toteuttaa tuolilla istuen. Toimii hyvänä taukoliikuntana. Ota mukaasi oma alusta!

02830114

PÄIVÄRENTOUTUS UUSI KURSSI!

Kerttula, Saalastin sali
To 11.50-12.20, Seija Hernetkoski
21.1.-8.4.2021
15 h / 31 €. Tilaa. Kausikortti käy Taso 1+. Hetki voi sisältää erilaisia kehoa tasapainottavia ja rauhoittavia harjoituksia. Esimerkiksi hengitysharjoituksia, erityyppisiä meditaatio- ja rentoutusharjoituksia. Helppoa ja mukavaa. Sopii myös työpäivän lomaan. Ota mukaasi oma alusta sekä lämmintä vaatetta (viltti).

02830115

PÄIVÄN LAVIS- LAVATANSSIJUMPPA

Kerttula, Saalastin sali
Ti 10.00-10.45, Seija Hernetkoski
19.1.-6.4.2021
22 h / 43 €. Tilaa. Kausikortti käy. Taso 2+. LAVIS on hauska, helppo ja hikinen liikuntamuoto, joka perustuu lavatanssin ja jumpan välimuotoon. Tunnilla tanssitaan yksin ja mukana on tuttuja lavatanssilajeja, kuten humpu, jenkka, polkka, rock, valssi jne. Päiväryhmässä helpotetut askelkuviot.

02830116

PÄIVÄN KUNTOJUMPPA

Kerttula, Saalastin sali
Ti 10.50-11.50, Seija Hernetkoski
19.1.-6.4.2021
29 h / 54 €. Tilaa. Kausikortti käy. Taso 1++. Reipas koko kehon kuntojumppa. Ota mukaasi oma alusta.

02830117

NAISTEN KUNTOJUMPPA, HAIKARA

Haikaran koulu, liikuntasali
Ma 19.00-20.00, Enna Karppinen
18.1.-12.4.2021
28 h / 52 €. Tilaa. Kausikortti käy. Taso 1++.

02830118

NAISTEN KUNTOJUMPPA, VÄLIKYLÄ

Välkilän koulu, liikuntasali
Ma 19.10-20.10, Seija Hernetkoski

18.1.-12.4.2021

29 h / 54 €. Tilaa. Kausikortti käy. Taso 1++.

02830120

NAISTEN KUNTOJUMPPA, JÄRVIKYLÄ

Järvikylän koulu, liikuntasali
Ti 19.15-20.15, Enna Karppinen
19.1.-6.4.2021
28 h / 52 €. Tilaa. Kausikortti käy. Taso 1++.

02830121

NAISTEN KUNTOJUMPPA, KARVOSKYLÄ

Karvoskylän koulu, liikuntasali
Ke 18.00-19.00, Enna Karppinen
20.1.-7.4.2021
27 h / 49 €. Tilaa. Kausikortti käy. Taso 1++.

02830122

NAISTEN KUNTOJUMPPA, MALISKYLÄ

Malilan koulu, liikuntasali
To 18.30-19.30, Eija Kivelä
21.1.-15.4.2021
28 h / 52 €. Tilaa. Kausikortti käy. Taso 1++.

02830124

MIESTEN KUNTOJUMPPA

Lukio, liikuntasali
Ke 19.30-21.00, Seija Hernetkoski
20.1.-7.4.2021
44 h / 75 €. Tilaa. Kausikortti käy. Taso 1++. Peli-, lihaskunto- ja liikkuvuusharjoituksia.

02830125

ÄIJÄJOOGA

Lukio, liikuntasali
Ma 18.00-19.30, Marjo Rautaoja
18.1.-12.4.2021
40 h / 69 €. Tilaa. Kausikortti käy. Taso 1+. Joogaharjoituksia suunnattuna miehille. Joogaharjoituksissa liittyvät toisiinsa keho, mieli ja hengitys. Joogassa aktivoidaan ja venytetään monipuolisesti kehon eri lihaksia tavoitteena keho- ja mielen toisuuden ja yleisen hyvinvoinnin lisääminen. Pääpaino rentoutumisessa ja sen harjoittelussa.

LIIKKUJAN VIIKKOKALENTERI

MAANANTAI

02830127

JOOGA

Lukio, liikuntasali
Ma 19.30-21.00, Marjo Rautaoja
18.1.-12.4.2021
40 h / 69 €. Tilaa. Kausikortti käy. Taso 1+. Joogaharjoituksissa liittyvät toisiin-

sa keho, mieli ja hengitys. Joogassa aktivoidaan ja venytetään monipuolisesti kehon eri lihaksia tavoitteena kehoitoisuuden ja yleisen hyvinvoinnin lisääminen. Pääpaino on rentoutumisessa ja sen harjoittelussa. Ei suositella raskaana oleville.

TIISTAI

02830129

KUNTONYRKKEILY KEVÄT

Niva-Kaijan koulu, liikuntasali
Ti 17.25-18.25, Seija Hernetkoski
19.1.-6.4.2021

15 h / 30 €. Ilm. 11.1.2021 mennessä. Kausikortti käy. Taso 1++. Välineenä toimivat pistehanskat ja fitbagit. Tunti sisältää tekniikkaa, lyönti-osion, lihaskuntoa ja jäähdyttelyn. Omat hanskat voi ottaa mukaan. Ei vaadi ennako-osaamista.

02830130

LAVIS- LAVATANSSIJUMPPA

Niva-Kaijan koulu, liikuntasali
Ti 18.30-19.30, Seija Hernetkoski
19.1.-6.4.2021

29 h / 54 €. Tilaa. Kausikortti käy. Taso 2+. LAVIS on hauska, helppo ja hikinen liikuntamuoto, joka perustuu lavatanssin ja jumpan välimuotoon. Tunnilla tanssitaan yksin ja mukana on tuttuja lavatanssilajeja, kuten humpu, jenka, polkka, rock, chacha, samba jne.

02830131

PILATES/FASCIAMETHOD

Niva-Kaijan koulu, liikuntasali
Ti 19.35-20.35, Seija Hernetkoski
19.1.-6.4.2021

29 h / 54 €. Tilaa. Kausikortti käy. Taso 1++. Pilates tuntien tavoitteena on hakea kehon neutraalia asentoa ja oppia säilyttämään se liikkeessä. Tunnin aikana vakautetaan lantiota, keskivartaloa ja hartiarengasta painottaen hengitystä ja vakaata liikettä. Pilatesin hallintaan yhdistetään liikkuvuusharjoitus FasciaMethod. Tässä parannamme liikkuvuutta toiminnallisilla aktiivisilla venytyksillä niveltä täysiä liikeratoja käyttäen, kehon kannatuksella ja lihastoimintaketjuja (faskiaalinen) mukailen.

KESKIVIikko

02830132

REISI-PEPPU-VATSA

Lukio, liikuntasali
Ke 17.15-18.00, Seija Hernetkoski
20.1.-7.4.2021

22 h / 43 €. Tilaa. Kausikortti käy. Taso 1++. Reisi-peppu-vatsatunti, jossa keskitytään lyhyen ja helpon alkulämmittelyn jälkeen reisien, pakaroiden ja vatsan trimmaukseen (palauttavissa osioissa

myös muita lihaksia). Lopuksi lyhyt venyttely. Liikkeet helposti sovellettavissa ja näin soveltuu lähes kaikille.

02830133

VUODENAikAJOOGA

Lukio, liikuntasali
Ke 18.05-19.20, Seija Hernetkoski
20.1.-7.4.2021

37 h / 63 €. Tilaa. Kausikortti käy. Taso 1+. Seasonal yoga eli vuodenaikajooga on lempeä hathajooga -tyyli, joka sopii kaikille. Harjoitus peilaa luonnossa tapahtuvia muutoksia, vahvistaa luonto yhteyttä ja harjoitus muuttuukin vuodenaikojen mukaan. Tunneilla tehdään aurinko- tai kuu tervehdyksiä, vuodenaikaa sopivia asanoita (myös meridiaani linjojen mukaan), sekä loppurentoutus. Tunnit voivat sisältää myös hengitysharjoituksia, meditaatioita tai Qi Gong liikkeitä. VARAA TUNNILLE MUKAAN OMA TUKI (blokki, patja, iso viltti tms.) SEKÄ LÄMMINTÄ VAATETTA.

TORSTAI

02830134

CROSSTRaining

Niva-Kaijan koulu, liikuntasali
To 18.00-19.00, Venla Turunen
21.1.-15.4.2021

28 h / 52 €. Tilaa. Kausikortti käy. Taso 1+++ Erilaisia toiminnallisia treenejä crossfit-tyyppisesti. Mukana mm. kehonpainolla tehtäviä liikkeitä, voimannosto liikkeitä, aerobista HIIT-treeniä ja ennen kaikkea itsensä haastamista. Liikkeet skaalataan oman taitotason ja kunnon mukaan! Tervetuloa haastamaan kehosi ja mielesi joko fyysisesti tai taidollisesti.

02830135

SELKÄ-VATSA

Niva-Kaijan koulu, liikuntasali
To 19.05-19.35, Venla Turunen
21.1.-15.4.2021

15 h / 29 €. Tilaa. Kausikortti käy. Taso 1++. Lyhyen lämmittelyn jälkeen tehosta lihaskuntoa ja toiminnallista liikettä keskivartaloon: selän, vatsan ja kylkien alueelle. Tee omana treeninä tai yhdistä muihin jumppiin.

02830136

SYVÄVENYTTELY JA RENTOUTUS

Niva-Kaijan koulu, liikuntasali
To 19.45-20.45, Venla Turunen
21.1.-15.4.2021

28 h / 52 €. Tilaa. Kausikortti käy. Taso 1+. Erilaisia rauhallisia venytyksiä ja toiminnallista kehonhuoltoa, jotka palauttavat elimistöä ja tuovat lisää liikkuvuutta. Mukana eri venytystekniikoita ja myös välineitä. Lopussa rentoutus. Pukeudu lämpimästi ja ota halutessasi viltti mukaan tueksi ja lämmittäjäksi.

PERJANTAI

02830138

RULLAUS KEVÄT

Niva-Kaijan koulu, liikuntasali
Pe 16.40-17.10, Seija Hernetkoski
22.1.-9.4.2021

7 h / 15 €. Ilm. 11.1.2021 mennessä. Kausikortti käy. Taso 1+. Kehonhuolto rullaa apuna käyttäen. Perusrullausta + kohdehoitoja. OMA RULLA MUKAAN!

02830139

FASCIAMETHOD

Niva-Kaijan koulu, liikuntasali
Pe 17.15-18.15, Seija Hernetkoski
22.1.-9.4.2021

27 h / 49 €. Tilaa. Kausikortti käy. Taso 1+. FasciaMethod on kokonaisvaltaista kehonhuoltoa. Lämmittelyn jälkeen tunti sisältää aktiivisia venytyksiä sekä liikehallintaa, joiden avulla pyritään parantamaan liikkuvuutta. Liikkeet tehdään lihastoimintaketjuja eli fascialinjoja mukailen. Liikkeet kohdennetaan kehon yleisimpiin heikkoihin ja kireisiin alueisiin. FasciaMethod-tunti sopii kaikille, jotka haluavat parantaa suorituskykyään tehokkaasti ja edistää hyvinvointiaan. Myös tutkitusti erittäin hyvät vaikutukset.

MUU LIIKUNTA

02830141

LENTOPALLO

Lukio, liikuntasali
Ti 19.00-20.30, Eino Eerola
19.1.-6.4.2021

42 h / 72 €. Tilaa. Kausikortti käy.

LYHYT KURSSIT

02830174

HYVÄÄ HUOMENTA UUSI KURSSI!

Kerttula, Saalastin sali
Ti 9.25-9.55, Seija Hernetkoski
19.1.-23.3.2021

6 h / 14 €. Ilm. 11.1.2021 mennessä. Kausikortti käy. Taso 1+. Hyvää huomenta keholle ja mielelle. Lempeän liikkeen ystäville kehon avaus päivään. Mukana erilaisia kehonhuolto- ja kehonhallintamenetelmiä (mm. pilates,jooga, fascia-method). Toimii hyvänä lämmittelynä lavikseen, tai vaikka avauksena työpäivään.

02830175

PORTAAT / MÄKI KEVÄT

Pyssymäki

To 18.00-18.45, Seija Hernetkoski

8.4.-29.4.2021

4 h / 10 €. Ilm. 26.3.2021 mennessä. Kausikortti käy. Taso 1++. Harjoitus maastossa ja portaissa keliin mukaan. Suosituksena liikkuminen alkuun ja loppuun omaan tahtiin kehon mukaan (ohjeet kurssin alussa). Sään mukainen varustus. (Huomaa myös toukokuun porraskurssi kesäkurseissa).

02830176

KUNTOSALI 3, KEVÄT

Uikko, kuntosali

to 19.30-20.30, Seija Hernetkoski

8.4.-29.4.2021

5 h / 13 €. Ilm. 26.3.2021 mennessä. Taso 1++. Toiminnallinen koko kehon kuntosaliohjelma. Sisältää laite- ja liike opastukset sekä kuntosaliohjelman. Laitteiden ohella harjoitellaan myös muutama liike irtopainoilla. Tavoitteena käydä myös omatoimisesti vähintään kerran viikossa salilla. Kuntosaliohjelma on erilainen joka kurssilla. Kurssimaksu ei sisällä kuntosalimaksua. Kuntosalimaksu 40e (sisältää kuukausikortin ja kulkulätkän). Koko maksu maksetaan Uikon kassalle kurssin alussa. Omien salihanskojen käyttö suositeltavaa.

VESILIIKUNTA

02830146

VESIFIILIS, KEVÄT UUSI KURSSI!

Uikko, allasosasto

Ma 17.45-18.30, Enna Karppinen

18.1.-29.3.2021

10 h / 21 €. Ilm. 11.1.2021 mennessä. Mukavaa, letkeää tanssillista jumppaa altaassa. Kurssi sisältää allaslavis tunteja, heti kun koulutukseen osallistuminen onnistuu. Kurssimaksu ei sisällä uimahallimaksua. Uimahallimaksu 40 €. Koko maksu suoritetaan uimahallille ensimmäisellä kerralla.

02830148

ALLASTREENI, KEVÄT

Uikko, allasosasto

Ma 18.45-19.30, Heidi Laitinen

18.1.-29.3.2021

10 h / 21 €. Ilm. 11.1.2021 mennessä. Reipasta vesitreenejä. Kurssimaksu ei sisällä uimahallimaksua. Uimahallimaksu 40 €. Koko maksu suoritetaan uimahallille ensimmäisellä kerralla.

02830150

VESIJUMPPA 1, KEVÄT

Uikko, allasosasto

Ti 16.30-17.15, Sanna Rajaniemi

19.1.-30.3.2021

10 h / 21 €. Ilm. 11.1.2021 mennessä. Reipasta vesijumppaa välineillä ja ilman terapia-altaassa. Kurssimaksu ei sisällä uimahallimaksua. Uimahallimaksu 40 €. Koko maksu suoritetaan uimahallille ensimmäisellä kerralla.

02830152

SYVÄNVEDEN JUMPPA, KEVÄT

Uikko, allasosasto

Ti 17.30-18.15, Sanna Rajaniemi

19.1.-30.3.2021

10 h / 21 €. Ilm. 11.1.2021 mennessä. Reipasta vesijumppaa altaan syvässä päässä (vesijuoksuvyö apuna). Uimataitoisille. Kurssimaksu ei sisällä uimahallimaksua. Uimahallimaksu 40 €. Koko maksu suoritetaan uimahallille ensimmäisellä kerralla.

02830154

VESIJUMPPA 2, KEVÄT

Uikko, allasosasto

Ke 15.15-16.00, Enna Karppinen

20.1.-31.3.2021

10 h / 21 €. Ilm. 11.1.2021 mennessä. Vesijumppaa välineillä ja ilman terapia-altaassa. Kurssimaksu ei sisällä uimahallimaksua. Uimahallimaksu 40 €. Koko maksu suoritetaan uimahallille ensimmäisellä kerralla.

02830156

MIESTEN VESITREENI, KEVÄT

Uikko, allasosasto

To 18.30-19.15, Enna Karppinen

21.1.-8.4.2021

10 h / 21 €. Ilm. 11.1.2021 mennessä. Tehokasta ja monipuolista vesiliikuntaa välineillä ja ilman. Kurssimaksu ei sisällä uimahallimaksua. Uimahallimaksu 40 €. Koko maksu suoritetaan uimahallille ensimmäisellä kerralla.

KESÄ 2021

Huom! Tarkista kesäryhmien päivämäärät vielä lähempänä. Ryhmät starttaavat, kun kevään peruskausi on saatu päätökseen. Hinta määräytyy kertojen mukaan.

02830177

HELPPO ULKOJUMPPA (KESÄ)

Lukio, ulkoalue

Ma 17.30-18.15, Seija Hernetkoski

19.4.-31.5.2021

7 h / 16 €. Ilm. 12.4.2021 mennessä. Helppoa jumppaa ulkona. Liikettä ja tehoa helppo muokata oman kunnon mukaan. Varaa mukaasi oma alusta sekä sään mukainen varustus.

02830178

MULTISPORT (KESÄ)

Lukio / Nivalan ulkoliikuntapaikat

Ma 18.30-19.30, Seija Hernetkoski

19.4.-31.5.2021

9 h / 20 €. Ilm. 12.4.2021 mennessä. Ulkoliikunta-harjoitus, jossa paikka vaihtuu teeman mukaan. Aloitamme lukiola juoksuharjoituksella. Mukana myös kahvakuulaa, nopeutta, mäkitreeniä jne. Treenin voi suorittaa oman kunnon mukaan. Tarkemmat ohjelmat ensimmäisellä kerralla. Oma alusta mukaan. Sään mukainen varustus!

02830179

PÄIVÄN LAVIS- LAVATANSSIJUMPPA (KESÄ)

Kerttula, Saalastin sali

Ti 10.00-10.45, Seija Hernetkoski

20.4.-1.6.2021

7 h / 16 €. Ilm. 12.4.2021 mennessä.

02830180

PÄIVÄJUMPPA + KEHONHUOLTO (KESÄ)

Kerttula, Saalastin sali

Ti 10.50-11.50, Seija Hernetkoski

20.4.-1.6.2021

9 h / 20 €. Ilm. 12.4.2020 mennessä. Tunti sisältää tasapainoa, lihaskuntoa sekä kehonhuoltoa.

02830181

LAVIS- LAVATANSSIJUMPPA (KESÄ)

Niva-Kaijan koulu, liikuntasali

Ti 18.15-19.15, Seija Hernetkoski

20.4.-1.6.2021

9 h / 20 €. Ilm. 12.4.2021 mennessä.

02830182

FASCIAMETHOD (KESÄ)

Niva-Kaijan koulu, liikuntasali

Ti 19.15-20.15, Seija Hernetkoski

20.4.-1.6.2021

9 h / 20 €. Ilm. 12.4.2021 mennessä. Oman tennispallon voi ottaa mukaan.

02830183

REISIPEPPUVATSA (KESÄ)

Lukio, liikuntasali

Ke 18.15-19.00, Seija Hernetkoski

21.4.-26.5.2021

6 h / 14 €. Ilm. 12.4.2021 mennessä.

02830184

VUODENAIKAJOOGA (KESÄ)

Lukio, liikuntasali

Ke 19.00-20.00, Seija Hernetkoski

21.4.-26.5.2021

8 h / 18 €. Ilm. 12.4.2021 mennessä.

02830185

PORTAAT / MÄKI (KESÄ)

Pyssymäki

To 17.15-18.00, Seija Hernetkoski

20.5.-3.6.2021

3 h / 9 €. Ilm. 10.5.2021 mennessä. Harjoitus maastossa ja portaissa kelien mukaan. Suosituksena taas liikkuminen alkuun ja loppuun omaan tahtiin kehon mukaan (ohjeet kurssin alussa). Sään mukainen varustus. (Huomaa myös huhtikuun porraskurssi lyhytkursseissa).

LUONNONTIETEET

02410201

LAJINTUNTEMUS JA**LINTUEKOLOGIA**

Lukio, luokka 152

ma 18.30-20.00, Juhani Pitkänen

8.2.-24.5.2021

28 h / 45 €. Ilm. 29.1.2021. Kausikortti käy. Tutustutaan alueen linnustoon opiskellen ja retkeillen. Tehdään kolme linturetkeä, jotka sovitaan kurssilla.

02410202

LINTURETKET

Retkimaastot

ma-pe 18.00-21.00, Juhani Pitkänen

12.4.-25.5.2021

12 h / 24 €. Ilm. 17.3.2021 mennessä. Kausikortti käy. Linturetket -kurssi on osa Lajintuntemus ja lintuekologia -kurssia linturetkien osalta. Tehdään huhti-toukokuussa kolme linturetkettä. Retkipäivät ilmoitetaan erikseen. Tervetuloa opiskelemaan lajintuntemusta maastossa.

LASTEN JA NUORTEN KOULUTUS

02110307

KUVATAIDE, TPO 1-2 (7-9 V.)

Kerttula, luokka 2

ti 18.00-19.30, Maarit Räisänen

5.1.-20.4.2021

58 h / 75 €. Täynnä. Kurssi on tarkoitettu kuvataiteen perusopetuksen aloittaville ja jatkaville oppilaille. Suositeltava aloitusikä on 7-9 vuotta. Antaa valmiuksia ilmaista itseään kuvataiteen keinoin. Keskeistä on tekemisen ja kokemisen ilo, sekä uskallus tulkita taidetta persoonallisesti. Sisältää pieniä kotitehtäviä. Kurssimaksu sisältää materiaalit.

02110308

KUVATAIDE, TPO 3-4 (9-11 V.)

Kerttula, luokka 2

ti 15.30-17.45, Maarit Räisänen

5.1.-20.4.2021

87 h / 90 €. Täynnä. Kurssi on tarkoitettu ensisijaisesti jatkaville oppilaille, mutta uusiakin otetaan mukaan. Vahvistaa omien kokemusten ja itselle tärkeiden asioiden ilmaisemiseen kuvataiteen keinoin. Kehitetään kykyä tulkita ja havainnoida ympäristöä sekä taiteen maailmaa. Sisältää pieniä kotitehtäviä. Kurssimaksu sisältää materiaalit.

02110309

KUVATAIDE, TPO 5-6 (11-16 V.)

Kerttula, luokka 2

ke 15.30-17.45, Maarit Räisänen

13.1.-28.4.2021

87 h / 90 €. Tilaa. Kurssi on tarkoitettu ensisijaisesti jatkaville oppilaille, mutta uusiakin oppilaita otetaan mukaan. Sisältää vaihtoehtoisia teemallisia opintokokonaisuuksia, joista sovitaan erikseen kunkin oppilaan kanssa. Sisältää pieniä kotitehtäviä. Kurssimaksu sisältää materiaalit.

02110312

KUVATAIDE, TPO 1-6

Kerttula, luokka 2

ke 17.45-19.15, Maarit Räisänen

13.1.-28.4.2021

58 h / 75 €. Tilaa. Kurssi on tarkoitettu ensisijaisesti jatkaville oppilaille, mutta uusiakin oppilaita otetaan mukaan. Sisältää vaihtoehtoisia teemallisia opintokokonaisuuksia, joista sovitaan erikseen kunkin oppilaan kanssa. Sisältää pieniä kotitehtäviä. Kurssimaksu sisältää materiaalit.

02110432

KÄSITYÖ, TPO 1-3 (7-10 v.)

Kerttula, työpaja

Ti 15.15-16.45, Tarja Pärn

5.1.-20.4.2021

58 h / 75 €. Tilaa. Kurssi on tarkoitettu aloittaville ja jatkaville oppilaille. Käsi-työkoulussa opimme luovasti kokeillen erilaisia käsiyötekniikoita. Teemme lankatöitä, ompelemme, muotoilemme savesta, paperista, huovasta ja kierrätysmateriaalista kivoja esineitä käyttöön ja koristeeksi. Sisältää pieniä kotitehtäviä. Kurssimaksu sisältää materiaalit.

02110433

KÄSITYÖ, TPO 2-6 (8-15 v.)

Kerttula, työpaja

Ti 16.45-19.00, Tarja Pärn

5.1.-20.4.2021

87 h / 90 €. Tilaa. Kurssi on tarkoitettu jatkaville oppilaille, mutta uusiakin oppilaita otetaan mukaan. Käsiyökoulussa opimme luovasti kokeillen erilaisia käsiyötekniikoita. Teemme lankatöitä, ompelemme, muotoilemme savesta, paperista, huovasta ja kierrätysmateriaaleista kivoja esineitä käyttöön ja koristeeksi. Sisältää pieniä kotitehtäviä. Kurssimaksu sisältää materiaalit.

MUSIIKKI

02110123

MUSKARI 1-2 V.

Kerttula, yläparvi

Ti 16.45-17.15, Alma Tervo

19.1.-13.4.2021 (Huom! päivämäärät)

15 h / 31 €.

Tilaa. Musiikkileikkikoulussa vietetään mukavia hetkiä musiikin parissa. Tunnit sisältävät laulamista, soittamista, loruilua, musiikkiliikuntaa ja musiikin kuuntelemista. Samalla tutustutaan toiminnallisesti musiikin peruselementteihin. Lapsi ja huoltaja ovat tunnilla yhdessä. Vain lapsi ilmoitetaan opiskelijaksi.

02110124

MUSKARI 3-4 V.

Kerttula, yläparvi

Ti 17.15-17.45, Alma Tervo

5.1.-30.3.2021

15 h / 31 €.

Tilaa. Musiikkileikkikoulussa vietetään mukavia hetkiä musiikin parissa. Tunnit sisältävät laulamista, soittamista, loruilua, musiikkiliikuntaa ja musiikin kuuntelemista. Samalla tutustutaan toiminnallisesti musiikin peruselementteihin. Lapsi osallistuu tunnille itsenäisesti. Vanhempi voi toki olla aluksi mukana.

02110125

BÄNDIKOULU

Jussin studio

Ke 18.30-20.00, Jussi Poikkimäki

13.1.-28.4.2021

52 h / 60 €. Bändikoulussa perehdytään rock ja pop -musiikin saloihin. Hakijoilta vaaditaan kohtuullista soittotaitoa. Koululu on tarkoitettu 13-18 vuotiaille. Kitara-

ja bändisoitinkoulun oppilaat pääsevät kurssille 35 euron alennetulla hinnalla. Lisätietoja voi kysellä suoraan opettajalta numerosta 044 582 6585.

PIANONSOITTO 7-15 -VUOTIAILLE

Pianonsoiton opetusta tarjotaan ensisijaisesti 7-15-vuotiaille lapsille ja nuorille. Opetus on yksilöopetusta 15, 30 tai 45 min./kerta. Vapaana olevia oppilaspaikkoja ja varapaikoille haetaan verkkolomakkeella osoitteessa www.jokilatvanopisto.fi/lomakkeet.

02110126

PIANO KERTTULA 1

Kerttula, musiikkiluokka 2
Ma 13.15-19.00, Olga Karen
4.1.-26.4.2021

95 € / 15 min, 135 € / 30 min, 155 € / 45 min. 3 paikkaa.

02110127

PIANO KERTTULA 2 A

Kerttula, musiikkiluokka 2
Ti 13.15-16.15, Alma Tervo
5.1.-20.4.2021

95 € / 15 min, 135 € / 30 min, 155 € / 45 min. Täynnä.

02110128

PIANO KERTTULA 2 B

Kerttula, Saalastin sali
Ti 14.15-19.15, Olga Karen
5.1.-20.4.2021

95 € / 15 min, 135 € / 30 min, 155 € / 45 min. Täynnä.

02110129

PIANO KERTTULA 3

Kerttula, musiikkiluokka 2
Ke 15.15-18.15, Tuija Syrjäniemi
13.1.-28.4.2021

95 € / 15 min, 135 € / 30 min, 155 € / 45 min. Täynnä.

02110130

PIANO KERTTULA 4

Kerttula, Saalastin sali
To 14.15-19.15, Olga Karen
7.1.-29.4.2021

95 € / 15 min, 135 € / 30 min, 155 € / 45 min. Täynnä.

02110131

PIANO HAIKARA 1

Haikaran koulu
Ma 14.00-19.30, Alma Tervo
4.1.-26.4.2021

95 € / 15 min, 135 € / 30 min, 155 € / 45 min. Täynnä.

02110132

PIANO HAIKARA 2

Haikaran koulu
Ke 16.30-19.15, Olga Karen
13.1.-28.4.2021

95 € / 15 min, 135 € / 30 min, 155 € / 45 min. Täynnä.

02110133

PIANO VÄLIKYLÄ

Välikylän koulu
Ke 14.15-15.45, Olga Karen
13.1.-28.4.2021

95 € / 15 min, 135 € / 30 min, 155 € / 45 min. Täynnä.

02110134

PIANO AHDE 1

Ahteen koulu
Ke 14.15-18.15, Alma Tervo
13.1.-28.4.2021

95 € / 15 min, 135 € / 30 min, 155 € / 45 min. Täynnä.

02110135

PIANO AHDE 2

Ahteen koulu
To 16.15-20.00, Alma Tervo
7.1.-29.4.2021

95 € / 15 min, 135 € / 30 min, 155 € / 45 min. Täynnä.

02110136

PIANO MALILA

Malilan koulu
To 14.30-15.45, Alma Tervo
7.1.-29.4.2021

95 € / 15 min, 135 € / 30 min, 155 € / 45 min. Täynnä.

VIULUNSOITTO

Viulunsoiton opetus on suunnattu 5-15-vuotiaille lapsille ja nuorille. Opetus on yksilöopetusta 30/45 min./oppilas/kerta. Lukuvuodeksi 2020-2021 haettavana olleet oppilaspaikat täytettiin syksyn hakukierroksella. Varapaikalle voi hakea osoitteessa www.jokilatvanopisto.fi/lomakkeet.

02110137

VIULUNSOITTO 1

Kerttula, luokka 1
Ma 15.00-20.45, Kati Hilander
4.1.-26.4.2021

26 x 30 min. / 135 € tai 26 x 45 min. 155 €. Täynnä.

02110138

VIULUNSOITTO 2

Kerttula, luokka 1
Ti 15.15-20.15, Kati Hilander
5.1.-20.4.2021

26 x 30 min. / 135 € tai 26 x 45 min. / 155 €. Täynnä.

02110139

VIULUNSOITTO 3

Kerttula, luokka 1
Ke 14.30-18.00, Kati Hilander
13.1.-28.4.2021

26 x 30 min. / 135 € tai 26 x 45 min. 155 €. Täynnä.

LIIKUNTA

02830158

LIKKARI 3- 4 VUOTIAAT (-16, -17 SYNT.)

Lukio, liikuntasali
To 17.10-17.55, Enna Karppinen
21.1.-15.4.2021

21 h / 41 €. Tilaa. Monipuolinen liikuntakerho 3-4 vuotiaille tytöille ja pojille. Opetus pohjautuu lapsen liikunnalliseen kehitykseen. Liikkarissa lapsi oppii kehon hallintaa, perusliikkeitä ja yhdessäoloa. Nuorimmilla on enemmän yhteistunteja, jossa lapsella on vanhempi tai joku muu liikuntakykyinen aikuinen mukana. Ensimmäinen tunti on yhteistunti sekä syksyllä että keväällä.

02830159

LIKKARI 5-6 VUOTIAAT (-15,-14 SYNT.)

Lukio, liikuntasali
Ke 16.20-17.05, Enna Karppinen
20.1.-7.4.2021

21 h / 41 €. Täynnä. Monipuolinen liikuntakerho 5-6-vuotiaille tytöille ja pojille. Opetus pohjautuu lapsen liikunnalliseen kehitykseen. Liikkarissa lapsi oppii kehon hallintaa, perusliikkeitä ja yhdessäoloa. Tunnit ovat ajoittain yhteistunteja, jossa lapsella on vanhempi tai joku muu liikuntakykyinen aikuinen mukana. Ensimmäinen tunti on yhteistunti sekä syksyllä että keväällä.

02830160

SIRKUSKOULU 6-12 v.

Lukio, liikuntasali
Pe 16.00-16.45, Marja Hannula
22.1.-16.4.2021

21 h / 41 €. 1 paikka. Materiaalimaksu 20 e. Koulussa perehdytään sirkustaitojen perusteisiin. Tarkoitettu lähinnä 6-12 vuotiaille. Sirkustaide on lapsen kasvua tukevaa liikunnallista ja taiteellista toimintaa. Sirkuskoulussa harjoitellaan eri sirkuslajeja ja niissä tarvittavia taitoja. Sisältöjä ovat: ilmaisutaidon harjoitteet, sirkusleikit, jongleeraus, klovneria, tasapainoakrobatia ja esiintyminen.

02830161

NUORTEN TANSSIJUMPPA 7-12 v.

Niva-Kaijan koulu, liikuntasali
Ma 17.15-18.15, Heidi Laitinen
18.1.-12.4.2021

28 h / 52 €. Tilaa. Nuorille suunnattu tunti, jossa reipasta liikuntaa tanssin ja jumpaten.

HAAPAJÄRVI

Osoite Kirkkokatu 2 (kaupungintalo, 3. krs) 85800 Haapajärvi
 Puhelin 044 4456 168
 Sähköposti satu.jaakonaho@haapajarvi.fi,
 kansalaisopisto@haapajarvi.fi
 Internet www.jokilatvanopisto.fi

MUSIIKKI KUOROT JA LAULUNOPETUS

01110120

KESKIAIKAINEN MESSU

Lukio, Kansankynttiläsali
 To 19.30-20.30, Pekka Piironen
 7.1.-25.2.2021

34 h / 45 €. Kausikortti käy. Vanhan kirkkolaulun kurssi toivottuna uusintana! Sukella syvälle historiallisiin gregoriaanisiin messusävelmiin niiden alkuperäisessä sekä Suomen uskonpuhdistusajan asussa. Harjoituksia pidetään torstaisin vuoroviikoin Haapajärvellä (klo 19.30-20.30) ja Nivalassa (klo 19-20) Kerttulassa. Gregorianiikasta väitellyt MuT Hilka-Liisa Vuori opettaa työpajassaan la-su 27.-28.2.2021. Viikonloppu huipentuu messujen viettoon Nivalan kirkossa su 28.2. klo 10 ja Haapajärven Kristuksen kirkastumisen kirkossa klo 18. **7.1. ja 14.1. tunnitetäöpetuksena.**

01110104

HAAPAJÄRVEN-REISJÄRVEN LAULUMIEHET

Lukio, Kansankynttiläsali
 Ma 18.30-20.45, Pekka Piironen
 18.1.-17.5.2021

81 h / 70 €. Kausikortti käy. Tervetuloa mukaan perinteiseen ja mukavaan mieskuorotoimintaan! Kuoron syyskauden päätapahtuma on sota-ajan laulujen konsertti. Nykyisten laulajien lisäksi kuoron toivotaan uusia jäseniä. Tule rohkeasti mukaan ja kuoronjohtajaan yhteyttä p. 040 5876311.

01110105

HAAPALASTUT -SEKAKUORO

Lukio, Kansankynttiläsali
 Ti 18.00-20.15, Saara Howe
 19.1.-4.5.2021

87 h / 70 €. Tilaa. Kausikortti käy. Kurssilla lauletaan monipuolista ohjelmaa. Tavoitteena on laulutaidon ja -tekniikan ylläpitäminen ja kehittäminen sekä stemmalaulannan harjoittaminen. Esiinnytään seurakunnan ja kaupungin tilaisuuksissa ja kuorolla on myös omia konsertteja mm. kansanlaulukirkko, jos-

sa kuoroa säestää piano, viulu ja harmonikka. Otetaan uusia laulajia. Yhteys kuoronjohtajaan puh 040 5298795.

01110106

LAULUKURSSI AIKUISILLE

K.J. Ståhlbergin koulu, musiikkiluokka 2
 Ke 18.30-20.45, Pekka Piironen
 13.1.-28.4.2021
 78 h / 45 €. Kurssilla opiskellaan laulun perustekniikkaa. Aika jaetaan yksilötuntiin (3x30 min.) ja yhdeksi ryhmätunniksi. Yksilötuntien kurssimaksu on 135 €. Ryhmäopetus 45 €/kausikortti käy. 1 yksilöopetuksen paikka haettavana.

01110108

KARAOKE KUUSAA

Kuusaan kylätalo Eurola, sali
 Pe 18.00-21.00, Lea Malila
 22.1.-23.4.2021
 84 h / 75 €. Tilaa. Kausikortti käy. Etsitään omaa ääntä harjoitusten kautta, mikrofonin käyttöä, uusia karaokelauluja ja vapaaehtoisesti yleisölle esiintymistä. Käytössä on koko ajan päivittyvät tietokonepohjaiset ammattilaiskaraokelevyt. Vasta-alkajille ja pitkään harrastaneille. Tule rohkeasti mukaan välittömään joukkoomme. Opettelemme ja opimme yhdessä!

01110122

KARAOKE PÄIVÄKURSSI

UUSI KURSSI!
 Kulttuurisali
 Ma 14.00-16.15, Pauli Raivio
 18.1.-19.4.2021
 36 h / 50 €. Ilm. 31.12.2020 mennessä. Kausikortti käy. Tule laulamaan ja oppimaan rennossa ilmapiirissä.

SOITONOPETUS

01110109

KITARA-BASSO-RUMPUKOULU 1

Yläaste, musiikkiluokka
 Ma 15.00-19.45, Jussi Poikkimäki
 4.1.-26.4.2021
 Kurssimaksu 95 € / 15 min, 135 € / 30 min, 155 € / 45 min. Täynnä. Varapaikalle

haetaan www.jokilatvanopisto.fi/lomakkeet.

01110110

KITARA-BASSO-RUMPUKOULU 2

Yläaste, musiikkiluokka
 To 16.00-18.00, Antti Kangas
 7.1.-29.4.2021
 Kurssimaksu 95 € / 15 min, 135 € / 30 min. Sama sisältö kuin Kitara-bassorumpukoulu 1:ssä. Oppilaspaikkoja haettavana www.jokilatvanopisto.fi/lomakkeet.

PIANO, AIKUISET

Pianonsoiton opetusta tarjotaan myös aikuisille. Opetus on yksilöopetusta 15/30/45 min./kerta. Maksu määräytyy opetusajan perusteella. Opetusaika sovitaan yksilöllisesti kunkin oppilaan kanssa. Paikkoja haetaan verkkolomakkeella osoitteessa www.jokilatvanopisto.fi/lomakkeet.

01110111

HARMONIKANSOITTO, RYHMÄOPETUS

Yläaste, luokka 110
 Ma 19.30-21.00, Janne Lindgren
 18.1.-10.5.2021
 52 h / 55 €. Tilaa. Kausikortti käy. Harmonikansoittoa ryhmäopetuksena. Soitetaan monipuolisesti eri musiikkityylejä. Opitaan harmonikan käsittelyä, tekniikkaa ja musiikin teoriaa.

KIELET

SUOMI

01120101

SUOMEA MAAHANMUUTTAJILLE, KERTAUSKURSSI

Lukio, luokka 8
 Ma 17.45-19.15, Irina Trifonova
 18.1.-19.4.2021
 42 h / 55 €. Tilaa. Kausikortti käy. Kurssi on tarkoitettu ulkomaalaisille, jotka jo osaavat suomea, mutta haluaisivat kehittää edelleen kielitaitoaan. Tutustutaan

myös suomalaiseseen yhteiskuntaan, kulttuuriin ja perinteisiin. Oppikirja on Oma suomi 2 (Otava).

ENGLANTI

01120302

ARKIELÄMÄN ENGLANTIA, SYVENTÄVÄ (B2)

Lukio, luokka 8

Ti 16.30-18.00, Marja Myllylä
19.1.-13.4.2021

42 h / 55 €. Tilaa. Kausikortti käy. Kurssi sopii opiskelijoille, jotka jo hallitsevat englannin perusrakenteet ja keskeisen sanaston. Kurssilla opiskellaan Stepping Stones 3-kirjaa (Finn Lectura), jossa kielen oppimista lähestytään konkreettisesti opiskelijan omien kokemusten ja ajatusten kautta. Kirjan avulla opiskelija voi laajentaa ja ajanmukaistaa sanavarastoaan ja saada varmuutta puhumiseen ja rakenteiden käyttöön. Aihepiireinä ovat mm. englannin kielen historia, maailman muuttuminen, rahankäyttö, ihmisuhteet ja asuminen.

VENÄJÄ

01120601

V GOSTJAH U SKAZKI - VIERAILU SATUUN

Lukio, luokka 8

Pe 17.00-18.00, Irina Trifonova
22.1.-23.4.2021

28 h / 45 €. Tilaa. Курс для детей. Кружок "В гостях у сказки" направлен на поддержание родного языка и культуры у ребят 5-9 лет. Для тех, чей родной язык или язык общения дома является русский. Цель этого курса направлена на сохранение и поддержание родной культуры и языка. На уроке будем читать сказки и беседовать, знакомиться с русскими традициями, праздниками, героями сказок и костюмами. Также будем играть и рисовать. Язык курса русский. Kurssi on suunnattu 5-9 -vuotiaille venäjänkielisille lapsille. Kurssin tarkoitus on auttaa säilyttämään kotikielen kulttuuria. Tunneilla luetaan, leikitään ja askarrellaan. Opetuskieli on venäjä.

01120602

VENÄJÄ 1, ALKEET

Lukio, luokka 8

Ma 19.30-21.00, Irina Trifonova
18.1.-19.4.2021

42 h / 55 €. Tilaa. Kausikortti käy. Opiskellaan venäjän kielen alkeita rauhallisella tahdilla, kyrillisiä kirjaimia ja perussanastoa. Harjoitellaan puhumista, kirjoittamista ja lukemista sekä tutustutaan kulttuuriin. Kurssi sopii aikuisille sekä yläaste- ja lukioikäisille. Kurssin oppikirja on Pora! 1 (Otava).

ESPANJA

01120701

ESPANJA, ALKEET UUSI KURSSI!

Lukio, luokka 9

Ma 19.15-20.45, Marja Myllylä
18.1.-19.4.2021

42 h / 55 €. Täynnä. Kausikortti käy. Aloitetaan espanjan opiskelu leppoisasti aivan alusta. Oppikirja on Buenas Migas 1 (Finn Lectura). Tutustutaan uuteen kulttuuriin kielen ääntämisen, tervehdysten ja jokapäiväisten sanontojen kautta. Harjoitellaan matkailuun liittyviä puhe-tilanteita.

01120702

ESPANJA, JATKO 4

Lukio, luokka 9

Ti 17.00-18.30, Varpu Vatanen
19.1.-13.4.2021

42 h / 55 €. Tilaa. Kausikortti käy. Jatetaan opiskelua edellisiltä vuosilta. Aluksi kertausta tarpeen mukaan. Oppikirja on i Fantastico! 4. Kurssiin sisältyy kotitehtäviä. Tunneilla keskustelua parin kanssa ja kuunteluharjoituksia sekä kieliopiharjoituksia yhdessä.

MUUT KIELET

01129801

KARJALAN KIELI JA KULTTUURI

Lukio, luokka 8

To 17.30-19.00, Eila Markkinen
21.1.-22.4.2021

42 h / 55 €. Tilaa. Kausikortti käy. Oppikirja on: Opastummo lugemah da pagizemah karjalakse (Karjalan kielen seura). Opiskellaan oppikirjan tekstien kautta ja kielioppia tehtävien muodossa. Puhumista opiskellaan keskusteluharjoitusten avulla. Oppitunneilla tutustutaan myös kirjoihin ja sanomalehtiin sekä musiikkiin ja karjalaiseen kulttuuriin. Sopii kaikille karjalan kielestä ja kulttuurista kiinnostuneille.

TIETOTEKNIikka

01340101

TIETOTEKNIikka -OPETUSKLINIKKA

Lukio, luokka 2

Ti 18.30 - 20.45, Antti Kangas
5.1.-30.3.2021

3 h / 30 €. Tilaa. Kausikortti käy. Opiskelijalle tarjotaan 3 x 45 min. opetuskokouksia yksilöopetuksena. Ota kurssille mukaan se henkilökohtainen laite (kannettava tietokone, tabletti tai älypuhelin), jonka opetusta haluat saada. Kurssi räätälöidään oppilaan tarpeiden mukaan. Tämä kurssi sopii myös aloittelijoille. Kurssille voi ilmoittautua ja hakea paikkoja koko lukuvuoden ajan. Opetajan kanssa sovitaan henkilökohtaiset opetusajat.

ESITTÄVÄ TAIDE JA KIRJALLISUUS

01130201

LUKU- JA KIRJALLISUUSPIIRI

Lukio, luokka 10

Ke 18.00-19.30, Varpu Vatanen
20.1.-28.4.2021

18 h / 38 €. Tilaa. Kausikortti käy. Joka kerralle sovitaan jokin luettava kirja, joka käsitellään yhdessä. Sisältö tarkentuu yhdessä suunnitellen ensimmäisellä kerralla. Kokoontumiset noin kerran kuu-kaudessa. Kevään kerrat: 20.1., 3.2., 3.3., 31.3. ja 28.4.2021

KUVATAITEET

01110301

IKONIMAALAUUS

Lukio, kuvataideluokka

Pe 17.00-20.00, Helena Hyväri
22.1.-16.4.2021

84 h / 75 €. Tilaa. Kausikortti käy. Ikoni-maalauksen jatkokurssi, joka on tarkoitettu useamman vuoden ikonimaalausta harrastaneille.

01110302

ASORTI

Lukio, kuvataideluokka

To 18.00-21.00, Natalia Pikkarainen
21.1.-15.4.2021

84 h / 75 €. Tilaa. Kausikortti käy. Kurssilla opit toimivan piirustus- ja maalausprosessin, josta hyödyt suuresti. Aiheet kurssilla ovat vapaat. Harjoitellaan kuvataiteen eri tekniikoita, hiiltä, tussia,

pastelleja, puuvärejä, öljy-, akvarelli-, guassi- ja akryyilivärejä. Uutuutena 3D -strukturi akryylimaalauksella. Et tarvitse aiempaa osaamista osallistuaksesi kurssille.

01110304

ACRYLIC FLUID POURING - VALUVA MAALAUSTEKNIikka **Uusi kurssi!**

Lukio, kuvataideluokka
La 11.00-14.00, Natalia Pikkarainen
Su 11.00-14.00
6.2.-7.2.2021

8 h / 24 €. Ilm. 22.1.2021 mennessä. Kausikortti käy. Valuvalla akryylimaalauksella luodaan marmoriefektejä tauluihin tai esineisiin. Yksityiskohdat ja efektit ovat yllätyksellisiä. Tekniikkaa voi käyttää maalaukspohjalle, kovalle ja sileälle levyllä tai vaikkapa korurasian pintaan.

01110305

MAHTAVA MUSTA **Uusi kurssi!**

Lukio, kuvataideluokka
La 11.00-14.00, Natalia Pikkarainen
Su 11.00-14.00
20.3.-21.3.2021

8 h / 24 €. Ilm. 5.3.2021 mennessä. Kausikortti käy. Kurssilla voit oppia luomaan kauniita ja tyylikkäitä teoksia mustalla tussilla ja geelilynnällä. Voit suunnitella ja piirtää myös ainutlaatuisia Blackwork-tattoo-kuvia haluamastasi aiheesta.

01110306

KUVANVEISTO **Uusi kurssi!**

Monitoimitalo, taideluokka
Pe 17.00-20.30, Tuija Syrjäniemi
La 9.15-14.00
26.-27.2., 5.-6.3., 19.3.2021

27 h / 45€. Ilm. 8.2.2021 mennessä. Kausikortti käy. Kurssilla tehdään muotokuva elävästä mallista muovaillemalla. Samalla opetellaan tutkimaan mittasuhteita kolmiulotteisessa ilmaisussa. Särjettävä kertamuotti, valu kipsiin tai betoniin. Kurssi sopii kaikille plastisesta sommitelusta kiinnostuneille. Lisämaksuna materiaalit. Omia muovailupuikkoja voi ottaa kurssille mukaan.

KÄDEN TAIDOT

01110401

LASI- JA KERAMIKKAPAJA

Monitoimitalo, luokka 2
Ti 18.00-21.00, Irma Kokkonen
19.1.-13.4.2021

84 h / 75 €. Tilaa. Kausikortti käy. Opi lasintyöstämisen työtavat käyttäen tiffany-, sulatus- ja mosaiikkitekniikoita. Materiaaleina käytämme ikkunalasia, pulloja ym. kierrätyslaseja ja muita sulatyslaseja. Tutustutaan savenmuotoiluun

saloihin ja erilaisiin koristelutekniikoihin. Opit valmistamaan yksilöllisiä keramiikkaesineitä perustekniikoita käyttäen. Dreijausharjoituksia ja muottiin valamista.

01110405

KÄDENTAIIDOT/KUDONTA KOPOLA

Kopolan koulu
Ma 11.00-14.00, Ulla Piipponniemi
18.1.-19.4.2021
88 h / 75 €. Tilaa. Kausikortti käy. Kudontaa ja kädentaitoja: virkkausta, neuleita.

01110406

KUDONTA KESKUSTA

Monitoimitalo, kudontatila luokka 3
Ma 17.30-20.30, Ulla Piipponniemi
18.1.-19.4.2021
88 h / 75 €. Täynnä. Kausikortti käy. Sisustustekstiilejä ja asusteita kangaspuilla kutoen.

01110407

NYPLÄYS/KIRJONTA

Yläaste, tekstiilityön luokka
Ti 16.00-18.15, Raija-Leena Leppikangas
19.1.-13.4.2021
63 h / 65 €. Tilaa. Kausikortti käy. Nypläyksen alkeet. Tarpeen mukaan uusia ideoita ja tekniikoita. Valitse mieleisesi kirjontatapa, esim. hardanger.

01110408

KÄDENTAIIDOT/KUDONTA KUUSAA

Kuusaan kylätalo Eurola, kudontaluokka
Ti 18.00-21.00, Ulla Piipponniemi
19.1.-13.4.2021
88 h / 75 €. Tilaa. Kausikortti käy. Kudontaa ja kädentaitoja: virkkausta, neuleita.

01110409

TILKKUTYÖT

Monitoimitalo, luokka 2
Ke 11.00-14.00, Ulla Piipponniemi
20.1.-14.4.2021
88 h / 75 €. Tilaa. Kausikortti käy. Tilkkutöitä perinteisin sekä modernein tekniikoin. Materiaaleina puuvillat, pellava, silkki, villa, trikoo. Pussukoita ja laukkuja ompelemalla.

01110420

KÄDENTAIIDOT/KUDONTA

KUMISEVA Uusi kurssi!
Kumiseva, kudontatila
To 10.00-13.00, Ulla Piipponniemi
21.1.-15.4.2021
88 h / 75 €. Tilaa. Kausikortti käy. Kudontaa ja kädentaitoja: virkkausta, neuleita.

01110421

KÄDENTAIIDOT/KUDONTA OKSAVA

Oksavan koulu, kudontatila
To 13.30-16.30, Ulla Piipponniemi
21.1.-15.4.2021
88 h / 75 €. Tilaa. Kausikortti käy. Kudontaa ja kädentaitoja: virkkausta, neuleita.

01110422

PUU- JA METALLITYÖ

Yläaste, teknisen työn luokka
Ti 17.30-20.30, Kari-Pekka Pikkarainen
19.1.-13.4.2021
84 h / 75 €. Täynnä.

KEVÄTLUKUKAUDELLA ALKAVAT UUDET KURSSIT

01110436

NUKKEKOTI/LELUJA PUUSTA

Uusi kurssi!
Yläaste, teknisen työn luokka
Ma 18.00-21.00, Matti Vuolas
18.1.-19.4.2021
48 h / 55 €. Ilm. 4.1.2021 mennessä. Kausikortti käy. Kurssilla valmistetaan helppotekoinen, puinen nukkekoti liimapuulevystä. Lisäksi voi valmistaa nukkekodin kalusteita ja puisia leluja. Kurssilaiset hankkivat tarvittavat materiaalit itse.

01110419

OMPELU- JA VERHOILUPAJA,

KEVÄT Uusi kurssi!
Monitoimitalo, luokka 2
To 11.45-14.45, Pirjo Töllä
21.1.-15.4.2021
48 h / 55 €. Ilm. 4.1.2021 mennessä. Kausikortti käy. Ompele lasten tai aikuisien uudet, persoonalliset vaatteet. Muodista vanhat vaatteet, lyhennä lahkeita tai vaihda vetoketjuja. Verhoille vanha tuolisi uuteen kuusiin. Valmistetaan ompelukoneelle tilkuista mattoja erilaisilla työtavoilla. Ompele ryijy seinälle tai nukkamatto lattialle langanlopuista. Sisusta kotiasi uusi ilme uusilla tekstiileillä. Maljeja ja ideoita löydät kurssilta. Tule ja innostu ompelusta!

01110440

LAPINRUMPUKURSSI

Monitoimitalo, luokka 2
Pe 18.00-21.00, la 9.00-15.30, Sisko Mustaparta
22.-23.1.2021
12 h / 31 €. Ilm. 4.1.2021 mennessä. Kausikortti käy. Liotettu ja värjätty rumpunahka pingotetaan nyörin avulla rumpukehikon päälle. Rumpu kuvioidaan kalligrafia-musteilla tai jätetään värin tuomat kuviot. Valmistetaan rumpukapula huovuttamalla. Lopuksi rumpu suojataan mehiläisvahalla nurjalta puolelta. Tarvikepaketti: Pyöreä 105€ (koko 46/10cm), soikea 85€ (koko 41/30/7cm).

Ilmoita opettajalle koko 30.12.2020 mennessä p. 0400672139. Opettaja tuo kehysten ja nahkan sekä kurssilla käytettäväksi värejä, kuviointimusteita + mustekyniä, suoja-aineen, huopaa. Tarvikelista toimitetaan ilmoittautuneille!

01110441

KEVÄÄN KÄSITYÖILLAT **Uusi kurssi!**

Monitoimitalo, luokka 2

ke 17.00-20.00, Ulla Piipponniemi

20.1.-17.3.2021

32 h / 50 €. Ilm. 4.1.2021 mennessä. Kausikortti käy. Tule hakemaan uusia ideoita keskeneräisille käsityöillesi tai herättämään henkiin "epäonnistuneet" työsi. Keksitään työille uusi käyttö tai kehitellään siitä jotakin uutta (laukku, pussukka, tyynty, säärystimet, kintaat, hattu,...). Voit tulla neulomaan tai virkkaamaan. Voit aloittaa kokonaan uuden työn tai jatkaa unohduksissa ollutta työtäsi. Saat solmeilla makraameeta tai huovuttaa, opetella värttinäkehrua ym.

Aiheet muodostuvat oppilaiden toiveiden mukaisesti, jokainen saa tehdä omaan aiheeseen sopivaa työtä. Ilmoita opettajalle ennen seuraavaa kertaa, mitä haluat tehdä, jotta opettaja osaa ottaa tarvikkeita ja kirjoja/ohjeita ideoiden pohjaksi. Kurssille voi osallistua myös kertamaksulla 10 € / kerta.

01110424

HUONEKALUJEN REMPPAILU JA ENTISTÄMINEN, KEVÄT

Yläaste, teknisentyön luokka

La 9.00-12.45, Kari-Pekka Pikkarainen

23.1, 6.2, 20.2, 6.3, 20.3, 10.4, 24.4.2021
50 €, max 16 opiskelijaa. Ilm. 4.1.2021 mennessä. Kausikortti käy. Entisöidään ja korjataan vanhoja huonekaluja sekä muita talon esineitä. Mukaan mahtuu uudempiakin remppakohteita. Käytetään pitkälti perinteisiä menetelmiä.

01110428

KLIPSUVIRKKAUS/HELMITYÖT, KEVÄT

Yläaste, tekstiilityön luokka

Ke 17.45-20.00, Marja-Liisa Ävist

10.2.-5.5.2021

36 h / 50 €. Ilm. 27.1.2021 mennessä. Kausikortti käy. Valmistetaan laukkuja ja kukkaroita ja opetellaan ompelemaan niihin vuoret. Laukut valmistetaan oppilaan toiveista sekä opettajan uusista malleista. Helmitöissä valmistetaan koriste-esineitä ja liinoja. Opettajalla on helmiä ja muita tarvikkeita. Kurssille mukaan sakset, säämiskä ja rasia.

01110426

KORUPAJA/LUSIKKAKORUT, KEVÄT

Yläaste, kuvataideluokka

Ke 18.00-21.00, Jussi Kokkonen

7.4.-2.6.2021

36 h / 50 €. Ilm. 15.3.2021 mennessä. Kausikortti käy. Opi suunnittelemaan ja valmistamaan muodikkaat korut esim. riipukset, korvakorut, sormukset, rannerenkaat, perinteiset lenkkiketjut ja paljon muuta. Materiaalina käytämme hopeaa, messinkiä, titaania, hopeasavea, helmiä, kiviä, lusikoita, haarukoita, ym. Voit ottaa kurssille mukaan lusikoita, haarukoita ym. sekä hieman mielikuvitusta, kaikki muu löytyy kurssipaikalta. Opettajalta voit ostaa hopea ja muuta lisämateriaalia. Kurssi ei vaadi ennakkotaitoja vaan sopii kaikille. Työvälinemaksu 12€/lukukausi.

01110417

VIRKATTUJA NELIÖITÄ **Uusi kurssi!**

Monitoimitalo, luokka 2

Ke 17.00-20.00, Ulla Piipponniemi

17.-31.3.2021

12 h / 31 €. Ilm. 3.3.2021 mennessä. Kausikortti käy. Erilaisia malleja tyyntjen, peittojen, laukkujen tai ponzojen aihioiksi. Loistava idea jämälangoille! Opetellaan afrikankukan virkkaaminen (kokonainen sekä puolikas).

01110431

RISUT-PIHASI KORISTEESI

Monitoimitalo, luokka 2

la 10.00-15.00, su 10.00-14.15,

Lea Malila

27.-28.3.2021

11 h / 31 €. Ilm. 5.3.2021 mennessä. Kausikortti käy. Tehdään erilaisia esineitä, hahmoja ja kransseja risuista sekä luonnonpajuista. Risut ja pajut kerätään itse ennen kurssinalkua. Kurssilla myös mahdollisuus käyttää viljeltyä pajua. Jos haluat viljeltyä pajua, tilaa se opettajan kautta 2-3 vkoa ennen kurssia p. 0407000101. Ilmoittautuneille toimitetaan tarvikelista ja kurssiohjeet.

LÖYDÄ OMA TYYLISI - KURSSIKOKONAISUUS

Voit ilmoittautua koko kokonaisuuteen tai yksittäisiin kursseihin. Kokonaisuuden hinta on 24 € ja yksittäisen kurssin 12 €. Tervetuloa oppimaan tyyllitietoutta!

01110432

LÖYDÄ OMA TYYLISI - KAUNISTU VÄREILLÄ **Uusi kurssi!**

Lukio, luokka 2

Ma 18.00- 20.15, Pirjo Töllli

12.4.2021

3 h / 12 €. Ilm. 12.4.2021 menn. Kausikortti käy. Tutustumme värien vaikutukseen pukeutumisessa. Testaamme eri värien vaikutusta ulkoiseen ilmeeseen ja etsimme hyviä pukeutumisvärejä. Kokeilemme kankaiden avulla eri värien vaikutusta.

01110433

LÖYDÄ OMA TYYLISI - TUNNISTA VARTALOTYYPPI **Uusi kurssi!**

Lukio, luokka 2

To 18.00-20.15, Pirjo Töllli

29.4.2021

3 h/12 €. Ilm. 12.4.2021 mennessä. Kausikortti käy. Perehdymme naisen vartalon mittasuhteisiin ja vaatteiden mallien vaikutukseen pukeutumisessa. Mittaamme ja analysoimme vartaloita. Etsimme edullisia mallivaihtoehtoja eri vartalotyypeille. Tarvitset mukaan mittanauhan ja avointa asennetta oman vartalon mittaamiseen ja analysointiin.

01110434

LÖYDÄ OMA TYYLISI - PUKEUTUMIS- TYYLIT **Uusi kurssi!**

Lukio, luokka 2

Ma 18.00-20.15, Pirjo Töllli

3.5.2021

3 h / 12 €. Ilm. 19.4.2021 menn. Kausikortti käy. Tutustumme erilaisiin pukeutumistyyliin ja etsimme omaa tyyliä. Teemme pienen tyyllitestin. Etsimme kuvien avulla omaan tyyliin sopivia vaatteita ja asusteita.

01110435

LÖYDÄ OMA TYYLISI-TOIMIVA VAATEKAAPPI **Uusi kurssi!**

Lukio, luokka 2

To 18.00-20.15, Pirjo Töllli

6.5.2021

3 h / 12 €. Ilm. 19.4.2021 menn. Kausikortti käy. Perehdymme toimivan vaatekaapin ideaan: miten kokoat asukokonaisuuksia niin, että osat sopivat yksiin. Millainen on toimiva matkapuvusto? Miten pukeudun juhliin? Etsimme sinulle sopivia malleja eri tilaisuuksiin.

01110437

TERÄASEET JA TYÖKALUT**TERÄVIKSI Uusi kurssi!**

Yläaste, teknisentyön luokka

To, ma ja ti 17.00-20.45, Kari-Pekka Pikkarainen

29.4. ja 3.-4.5.2021

15 h / 31 €. Ilm. 12.4.2021 mennessä. Kausikortti käy. Onko nurkissa tylsiä keittiöveitsiä tai työkaluja? Talta ei lastua ja tomaatti menee läjään veitsen alla? Tule opiskelemaan erilaisia teroitustapoja. Tältä pikakurssilta saat mukaasi kasan konsteja teroittaa tylsyyneitä välineitä. Puukot, keittiöveitset ja muut työkalut pääteemana. Itse teroittamista harjoitellaan mm. tahkolla, hiomakivillä, timanttipuikolla, hiontapapereilla ja tarvittaessa karkeampaa työstöä hiomakoneella sekä viimeistelyä kumi- ja huopalaikalla.

TANSSI JA LIIKUNTA**TANSSI**

01830102

ITÄMAINEN TANSSI Uusi kurssi!

Uimahalli, ryhmäliikuntatila

Ti 18.00-19.00, Eija Kivelä

19.1.-6.4.2021

28 h / 52 €. Tilaa. Kausikortti käy. Harjoitellaan itämaisen tanssin liikkeitä, askelsarjoja ja koreografiaa. Naisellinen pehmeä tanssi lievittää hartia- ja selkävaivoja sekä vahvistaa lantionpohjan lihaksia. Tunnille joustavat liikuntavaatteet, tossut, huivi lantion ja iloinen mieli.

01830103

TANSSIA KAIKENIKÄISILLE**Uusi kurssi!**

Uimahalli, ryhmäliikuntatila

To 18.30-19.45, Reijo Torvikoski

21.1.-15.4.2021

35 h / 61 €. Tilaa. Kausikortti käy. Aloitetaan helpoista tansseista ja edetään ryhmän tason ja toiveiden mukaisesti. Rytmi, perustanssit ja motoriikka eli hyvän fiiliksen aivojumppaa. Sopii kaikenikäisille. Kurssille voi tulla yksin tai parin kanssa. Mahdollisten rajoitusten ollessa voimassa, tansseja voidaan harjoitella myös yksintanssina.

KUNTOLIIKUNTARYHMIEN TASOMÄÄRITTELY**TEKNINEN VAATIVUUS**

1 = helppo

2 = jonkin verran koreografisia osuuksia

3 = koreografisesti haastava

FYYSINEN RASITTAVUUS

+ = kevyttä / rentouttavaa

++ = tehokasta jumppaa

+++ = rankkaa treeniä

01830104

IKÄIHMISTEN LIIKUNTA

Vanha uimahalli, ryhmäliikuntatila

Pe 10.30-11.30, Eija Kivelä

22.1.-16.4.2021

28 h / 52 €. Tilaa. Kausikortti käy. Taso 1+. Ikäihmisille monipuolista liikuntaa välineillä ja ilman.

01830105

ST-TUOTTEEN JUMPPA

ST-tuote

Ma 14.00-14.45, Minna Kuisma

18.1.-12.4.2021

22 h / 43 €. Tilaa. Kausikortti käy. Huom. aloituspäivä!

01830106

PÄIVÄN KUNTOJUMPPA

Vanha uimahalli, ryhmäliikuntatila

Ma 11.15-12.15, Minna Kuisma

18.1.-12.4.2021

29 h / 54 €. Tilaa. Kausikortti käy. Taso 1++. Peruskuntojumppaa niille, jotka ehtivät liikkumaan päiväsaikaan. Tunti sisältää helpon, mutta tehokkaan lämmittelyn, lihaskunto-osion sekä loppuverryttelyn ja venyttelyt.

01830107

KUNTOJUMPPA NAISILLE JA MIEHILLE, OKSAVA

Oksavan koulu/liikuntasali

Ma 17.30-18.30, Minna Kuisma

18.1.-12.4.2021

29 h / 54 €. Tilaa. Kausikortti käy. Taso 1++.

01830108

KUNTOJUMPPA NAISILLE JA**MIEHILLE, KUMISEVA Uusi kurssi!**

Kumisevan entinen koulu/liikuntasali

Ke 18.30-19.30, Julianna Löllö

20.1.-7.4.2021

28 h / 52 €. Tilaa. Kausikortti käy. Taso 1++.

01830109

MIESTEN LIHASKUNTOJUMPPA

Oksavan koulu/liikuntasali

Ke 19.00-20.00, Jarmo Eronen

20.1.-7.4.2021

28 h / 52 €. Tilaa. Kausikortti käy. Taso 1++.

LIIKKUJAN VIIKKOKALENTERI**MAANANTAI**

01830110

LAVIS- LAVATANSIJUMPPA, PÄIVÄRYHMÄ 1

Vanha uimahalli, ryhmäliikuntatila

Ma 10.30-11.15, Minna Kuisma

18.1.-12.4.2021

22 h / 43 €. Täynnä.

01830111

LAVIS- LAVATANSIJUMPPA, PÄIVÄRYHMÄ 2

Vanha uimahalli, ryhmäliikuntatila

Ma 12.15-13.00, Minna Kuisma

18.1.-12.4.2021

22 h / 43 €. Täynnä.

01830112

ASAHI HEALTH - TERVEYSLIIKUNTA

Vanha uimahalli, ryhmäliikuntatila

Ma 13.00-13.45, Minna Kuisma

18.1.-12.4.2021

22 h / 43 €. Tilaa. Kausikortti käy. Taso 1+. ASAHI on kokonaisvaltaista ja yksinkertaista terveysliikuntaa. Tunnilla tehdään hitaita ja pehmeitä liikkeitä hengityksen tahdissa, Liikkeiden avulla rentoutetaan niska-hartiaseutua, avataan yläselkää ja rintakehää sekä vahvistetaan selän ja alaraajojen lihaksia. ASAHI soveltuu kaikille ikään, kokoon ja kuntoon katsomatta.

01830113

KUNTOSALICIRCUIT 1. MIEHILLE JA NAISILLE

Monitoimitalo, kuntosali

Ma 16.00-17.00, Minna Kuisma

18.1.-12.4.2021

29 h / 54 €. 3 paikkaa vapaana. Kausikortti käy. Taso 1++. Tutustutaan kuntosaliharjoitteluun ihan alkeista. Sisältää enemmän liikevariaatioita, joten soveltuu hyvin ikääntyville sekä kaikille muille aloittelijoille. Omien salihanskojen käyttö suositeltavaa.

01830114

FASCIAMETHOD

Oksavan koulu/liikuntasali

Ma 18.30-19.30, Minna Kuisma

18.1.-12.4.2021

29 h / 54 €. Tilaa. Taso 1+. FasciaMethod on kokonaisvaltaista kehonhuoltoa.

Lämmittelyn jälkeen tunti sisältää aktiivisia venytyksiä sekä liikehallintaa, joiden avulla pyritään parantamaan liikkuvuutta. Liikkeet tehdään lihastoimintaketjuja eli fascialinjoja mukaillen. Liikkeet kohdennetaan kehon yleisimpiin heikkoihin ja kireisiin alueisiin. FasciaMethod-tunti sopii kaikille, jotka haluavat parantaa suorituskykyään tehokkaasti ja edistää hyvinvointiaan.

01830115

VATSALIHASTREENI

Monitoimitalo, liikuntasali 1/3
Ma 17.30-18.00, Katri Hautakangas
18.1.-12.4.2021
14 h / 29 €. Tilaa. Kausikortti käy. Taso 1+-. Helppo, reipastahtinen ja tehokas keskivartalotreeni keskittyen vatsalihaksiin.

01830116

PUNTTI

Monitoimitalo, liikuntasali 1/3
Ma 18.00-19.00, Katri Hautakangas
18.1.-12.4.2021
28 h / 52€. Tilaa. Taso 1+-. Alussa helppo alkulämmittely, jonka jälkeen lihaskunto-osuus ja lopussa kehonhuolto. Käydään läpi koko kehon lihakset lihaskestävyyteen keskittyen. Apuna kehonpaino ja eri välineet.

01830117

PILATES

Uimahalli, ryhmäliikuntatila
Ma 19.30-20.30, Katri Hautakangas
18.1.-12.4.2021
28 h / 52 €. Täynnä.

TIISTAI

01830118

CORE

Monitoimitalo, liikuntasali 2/3
Ti 18.00-19.00, Katri Hautakangas
19.1.-6.4.2021
28 h / 52 €. Tilaa. Kausikortti käy. Taso 1+-. Core-tunti vahvistaa erityisesti keskivartalon lihaksia ja kehittää tasapainoa. Yksinkertaisen alkulämmittelyn jälkeen keskitytään vatsa-, selkä- ja pakaralihaksiin ja lopuksi venytellään. Sopii sekä miehille että naisille.

01830119

BOOTY

Monitoimitalo, liikuntasali 1/3
Ti 19.00-19.30, Katri Hautakangas
19.1.-6.4.2021
14 h / 29 €. Tilaa. Kausikortti käy. Taso 1+-. Helppo, mutta reipastahtinen lämmittely sekä reisi- ja peppuliikkeisiin painottuvia tehokkaita lihaskuntoliikkeitä. Myös apuvälineitä mukana.

01830120

HATHAJOOGA

Uimahalli, ryhmäliikuntatila
Ti 19.15-20.15, Aija Pasanen
19.1.-6.4.2021
28 h / 52 €. Täynnä.

KESKIVIIKKO

01830121

JUMPPA-MIX UUSI KURSSI!

Tiiton koulu, liikuntasali
Ke 17.00-18.00, Minna Kuisma
20.1.-7.4.2021
29 h / 54 €. Tilaa. Kausikortti käy. Taso 2+. Jumppa-Mix on helppoa perusjumppaa vaihtuvalla ohjelmalla. Tunnin aihe vaihtuu aina kolmen viikon välein. Tunnin aiheet ovat syyslukukaudella keppijumppa, kuminauhajumppa, Balle ja villasukkajumppa. Kevätlukukaudella reisi-peppu-vatsajumppa, pumpppi, kehonpainoharjoittelu ja HIIT. Jokaiseen tuntiin sisältyy lämmittelyosuus sekä venyttelyt.

01830122

LAVIS- LAVATANSSIJUMPPA

Tiiton koulu, liikuntasali
Ke 18.00-19.00, Minna Kuisma
20.1.-7.4.2021
29 h / 54 €. Täynnä.

01830123

SYVÄVENYTTELY JA RENTOUTUS

Tiiton koulu, liikuntasali
Ke 19.00-20.00, Minna Kuisma
20.1.-7.4.2021
29 h / 54 €. Tilaa. Kausikortti käy. Taso 1+. Tunti sisältää lämmittävän osion, jossa avataan liikeratoja ja haetaan tasapainoa. Pitkät, rauhalliset venytykset palauttavat elimistöä ja tuovat lisää liikkuvuutta. Lopussa rentoutus.

TORSTAI

01830124

KUNTOSALICIRCUIT 2 MIEHILLE

JA NAISILLE
Monitoimitalo, kuntosal
To 16.00-17.00, Minna Kuisma
21.1.-15.4.2021
29 h / 54 €. 2 paikkaa vapaana. Kausikortti käy. Taso 1+-. Tutustutaan kuntosaliharjoitteluun ihan alkeista. Sisältää enemmän liikevariaatioita, joten soveltuu hyvin ikääntyville sekä kaikille muille aloittelijoille. Omien salihanskojen käyttö suositeltavaa.

01830125

KUNTOSALICIRCUIT 3 MIEHILLE

JA NAISILLE
Monitoimitalo, kuntosal
To 17.00-18.00, Minna Kuisma
21.1.-15.4.2021

29 h / 54 €. Täynnä. Kausikortti käy. Taso 1+-. Tutustutaan kuntosaliharjoitteluun ihan alkeista. Sisältää enemmän liikevariaatioita, joten soveltuu hyvin ikääntyville sekä kaikille muille aloittelijoille. Omien salihanskojen käyttö suositeltavaa.

01830126

SELKÄJUMPPA

Monitoimitalo, liikuntasali 2/3
To 18.00-19.00, Minna Kuisma
21.1.-15.4.2021
29 h / 54 €. Tilaa. Kausikortti käy. Taso 1+. Peruskuntojumppaa, jossa liikkeet on valittu niin, että ne eivät kuormita rankaa. Jumppa sisältää helpon mutta tehokkaan alkulämmittelyn, lihaskunto-osion sekä venyttelyosion. Lihaskunto-osio sisältää lihaskuntoliikkeitä vaihdellen kehon kaikille lihasryhmille, painottuen rankaa tukevien lihasten harjoittamiseen.

01830127

RANGAN LIIKE

Monitoimitalo, liikuntasali 2/3
To 19.00-19.45, Minna Kuisma
21.1.-15.4.2021
22 h / 43 €. Tilaa. Kausikortti käy. Taso 1+. Kurssilla tehdään liikkuvuutta lisääviä ja ylläpitäviä harjoitteita kaula-, rinta- ja lannerangalle sekä rankaa huoltavia harjoitteita.

VESILIIKUNTA

Opiskelija kuittaa maksutta opistolta itselleen kulunvalvontarannekkeen kurssin ajaksi, palautus opistolle kurssin päätyttyä. Hukatusta rannekkeesta peritään 10 €.

01830128

VESIJUMPPA

Uimahalli, allasosasto
Ma 16.15-17.00, Johanna Skantz
18.1.-12.4.2021
21 h / 75 €. Tilaa. Monipuolista reipasta jumppaa veden vastusta hyväksikäyttämällä ja ilman. Jumppa terapia-altaassa.

01830129

SYVÄNVEDEN JUMPPA

Uimahalli, allasosasto
Ma 17.10-17.55, Johanna Skantz
18.1.-12.4.2021
21 h / 75 €. Tilaa. Monipuolista reipasta jumppaa veden vastusta hyväksikäyttämällä ja ilman altaan syvässä päässä. Käytössä on vesivyö, myös oman voittoa mukaan. Uimataitoisille.

01830130

ALLAS-LAVIS 1

Uimahalli, terapia-allas
Ti 15.45-16.30, Minna Kuisma
19.1.-6.4.2021
22 h / 75 €. Täynnä.

01830131

ALLAS-LAVIS 2

Uimahalli, terapia-allas
Ti 16.30-17.15, Minna Kuisma
19.1.-6.4.2021
22 h / 75 €. Täynnä.

KESÄ 2021

Huom! Tarkista kesäryhmien päivämäärät vielä lähempänä. Ryhmät starttaavat, kun kevään peruskausi on saatu päätökseen. Hinta määräytyy kertojen mukaan.

01830143

PÄIVÄN KUNTOJUMPPA (KESÄ)

Vanha uimahalli, ryhmäliikuntatila
Ma 12.00-13.00, Minna Kuisma
19.4.-31.5.2021
9 h / 20 €. Ilm. 12.4.2021 mennessä.

01830144

LAVIS-LAVATANSSIJUMPPA, PÄIVÄRYHMÄ (KESÄ)

Vanha uimahalli, ryhmäliikuntatila
Ma 13.00-13.45, Minna Kuisma
19.4.-31.5.2021
7 h / 16 €. Ilm. 12.4.2021 mennessä.

01830145

KUNTOSALI-CIRCUIT (KESÄ)

Monitoimitalo, kuntosali
Ma 16.00-17.00, Minna Kuisma
19.4.-31.5.2021
9 h / 20 €. Ilm. 12.4.2021 mennessä.
Omien salihanskojen käyttö suositeltavaa.

01830146

REISI-PEPPU-VATSAJUMPPA (KESÄ)

Monitoimitalo, liikuntasali 2/3
Ma 17.30-18.30, Minna Kuisma
19.4.-31.5.2021
9 h / 20 €. Ilm. 12.4.2021 mennessä. Tun-
ti sisältää lämmittelyosion sekä lihaskun-
toliikkeitä reisi-, pakara- ja vatsalihaksil-
le.

01830151

KUNTOPORRASKURSSI (KESÄ)

Ronkaalan kuntoportaat
Ma 19.00-19.45, Minna Kuisma
3.5.-17.5.2021.
3 h / 8 €. Ilm. 19.4.2021 mennessä. Ly-
hytkurssilla harjoitellaan erilaisia por-
rastreenimuotoja, joilla saat monipuo-
lisuutta kuntoportaissa treenaamiseen.
Säävaraus, kovalla sateella ei ole turval-

lista treenata, koska portaat muuttuvat
vaarallisen liukkaiksi.

01830147

LAVIS-LAVATANSSIJUMPPA (KESÄ)

Tiiton koulu, liikuntasali
Ke 18.00-19.00, Minna Kuisma
21.4.-2.6.2021
9 h / 20 €. Ilm. 12.4.2021 mennessä.

01830148

SYVÄVENYTTELY JA RENTOUTUS (KESÄ)

Tiiton koulu, liikuntasali
Ke 19.00-20.00, Minna Kuisma
21.4.-2.6.2021
9 h / 20 €. Ilm. 12.4.2021 mennessä.

01830149

KUNTOSALI-CIRCUIT 2 (KESÄ)

Monitoimitalo, kuntosali
To 17.00-18.00, Minna Kuisma
22.4.-3.6.2021 (ei tuntia 13.5.)
8h / 18€. Ilm. 12.4.2021 mennessä. Omi-
en salihanskojen käyttö suositeltavaa.

01830150

SELKÄJUMPPA (KESÄ)

Monitoimitalo, liikuntasali 2/3
To 18.00-19.00, Minna Kuisma
22.4.-3.6.2021 (ei tuntia 13.5.)
8h / 18€. Ilm. 12.4.2021 mennessä.

**LASTEN JA NUORTEN
KOULUTUS****KUVATAITEET**

01110309

KUVATAIDE, TPO 1-2 (7-9 v.)

Monitoimitalo, luokka 2
ma 18.00-19.30, Maarit Räisänen
4.1.-26.4.2021
58 h / 75 €. Tilaa. Kurssi on tarkoitettu
kuvataiteen perusopetuksen aloittaville
ja toista vuotta jatkaville oppilaille. Suo-
siteltava aloitusikä on 7-9 vuotta. Antaa
valmiuksia ilmaista itseään kuvataiteen
keinoin. Keskeistä on tekemisen ja koke-
misen ilo, sekä uskallus tulkita taidetta
persoonallisesti. Sisältää pieniä kotiteh-
täviä. Kurssimaksu sisältää materiaalit.

01110310

KUVATAIDE, TPO 3-4 (9-11 v.)

Monitoimitalo, luokka 2
ma 15.30-17.45, Maarit Räisänen
4.1.-26.4.2021
87 h / 90 €. Tilaa. Kurssi on tarkoitettu
kuvataiteen perusopetuksen jatka-
ville oppilaille, mutta uusiakin oppilaita
otetaan mukaan. Vahvistaa omien ko-
kemuksien ja itselle tärkeiden asioiden

ilmaisemiseen kuvataiteen keinoin. Kehi-
tetään kykyä tulkita ja havainnoida ym-
päristöä sekä taiteen maailmaa. Sisältää
pieniä kotitehtäviä. Kurssimaksu sisältää
materiaalit.

01110311

KUVATAIDE, TPO 5-6 (11-16 v.)

Monitoimitalo, luokka 2
To 15.30-17.45, Maarit Räisänen
27.8.-3.12.2020, 7.1.-29.4.2021
87 h / 90 €. Täynnä.

KÄDEN TAIDOT

01110438

KÄSITYÖ, TPO 2-6 A (8-16 v.)

Monitoimitalo, luokka 1
To 15.15-17.30, Tarja Pärn
7.1.-29.4.2021
87 h / 90 €. Tilaa. Kurssi on tarkoitettu
jatkaville oppilaille, mutta uusiakin ote-
taan mukaan. Käsiyökoulussa opimme
luovasti kokeillen erilaisia käsiyötekni-
koita. Teemme lankatöitä, ompelemme,
muotoilemme savesta, paperista, huo-
vasta ja kierrätysmateriaaleista kivoja
esineitä käyttöön ja koristeeksi. Sisältää
pieniä kotitehtäviä. Kurssimaksu sisältää
materiaalit.

01110439

KÄSITYÖ, TPO 2-6 B (8-16 v.)

Monitoimitalo, luokka 1
To 16.00-18.15, Tarja Pärn
7.1.-29.4.2021
87 h / 90 €. Tilaa. Kurssi on tarkoitettu
jatkaville oppilaille, mutta uusiakin ote-
taan mukaan. Käsiyökoulussa opimme
luovasti kokeillen erilaisia käsiyötekni-
koita. Teemme lankatöitä, ompelemme,
muotoilemme savesta, paperista, huo-
vasta ja kierrätysmateriaaleista kivoja
esineitä käyttöön ja koristeeksi. Sisältää
pieniä kotitehtäviä. Kurssimaksu sisältää
materiaalit.

MUSIIKKI**PIANONSOITTO
7-15 -VUOTIAILLE**

Pianonsoiton opetusta tarjotaan ensisi-
jaisesti 7-15-vuotiaille lapsille ja nuoril-
le. Opetus on yksilöopetusta 15, 30 tai
45 min./kerta. Vapaana olevia oppilas-
paikkoja ja varapaikoille haetaan verkko-
lomakkeella osoitteessa [www.jokilatvan-
opisto.fi/lomakkeet](http://www.jokilatvan-opisto.fi/lomakkeet).

01110112

PIANO A1

Lukio, musiikkiluokka
Ma 17.00-20.00, Anni Ojala
4.1.-26.4.2021
Kurssimaksu 95 € / 15 min, 135 € / 30
min. 3 paikkaa.

01110113

PIANO A2

K.J. Ståhlbergin koulu, musiikkiluokka 2
Ma 14.30-18.00, Pekka Piironen
4.1.-26.4.2021
Kurssimaksu 95 € / 15 min, 135 € / 30 min. Täynnä.

01110114

PIANO B1

K.J. Ståhlbergin koulu, musiikkiluokka 1
Ti 15.00-18.45, Ljudmila Vatanen
5.1.-20.4.2021
Kurssimaksu 135 € / 30 min, 155 € / 45 min. Ryhmä täynnä.

01110115

PIANO B2

Lukio, musiikkiluokka
Ti 17.00-19.00, Anni Ojala
5.1.-20.4.2021
Kurssimaksu 95 € / 15 min, 135 € / 30 min. 1 paikka.

01110116

PIANO C

K.J. Ståhlbergin koulu, musiikkiluokka 1
Ke 14.15-18.30, Ljudmila Vatanen
13.1.-28.4.2021
Kurssimaksu 95 € / 15 min, 135 € / 30 min, 155 € / 45 min. Ryhmä täynnä.

01110117

PIANO TIITTO

Tiiton koulu, musiikkiluokka
To 15.00-19.15, Ljudmila Vatanen
7.1.-29.4.2021
Kurssimaksu 95 € / 15 min, 135 € / 30 min, 155 € / 45 min. Ryhmä täynnä.

01110121

PIANO PARKKILA

Parkkilan koulu, musiikkiluokka
To 17.00-18.15, Anni Ojala
7.1.-29.4.2021
Kurssimaksu 95 € / 15 min, 135 € / 30 min. Täynnä.

01110118

PIANO D

K.J. Ståhlbergin koulu, musiikkiluokka 2
Pe 13.30-15.30, Pekka Piironen
8.1.-7.5.2021
Kurssimaksu 95 € / 15 min, 135 € / 30 min, 155 € / 45 min. Täynnä.

VIULUNSOITTO

Viulunsoiton opetus on suunnattu 5-15 -vuotiaille lapsille ja nuorille. Opetus on yksilöopetusta 30/45 min./oppilas/ker-ta. Lukuvuodeksi 2020–2021 haettava-na olleet oppilaspaikat täytettiin syksyn hakukierroksella. Varapaikalle voi hakea osoitteessa www.jokilatvanopisto.fi/lo-makkeet.

01110119

VIULUNSOITTO

Lukio, musiikkiluokka
To 15.15-18.45, Kati Hilander
7.1.-29.4.2021
26 x 30 min. / 135 € tai 26 x 45 min. / 155 €.

LIIKUNTA

01830132

MUKSUJUMPPA (AIKUINEN JA LAPSI 1-2 v = 19-18 SYNT.)

Tiiton koulu, liikuntasali
To 16.30-17.15, Johanna Skantz
21.1.-15.4.2021
21 h / 41 €. Tilaa. Muksujumppa on aikuisen ja 1-2 vuotiaan lapsen yhteisjumppa. Liikuntaa tulee molemmille. Tunti sisältää yhteistä liikkumista ja leikkiä sekä omatoimista liikkumista lapsen mieltymysten mukaan. Tunti tarjoaa virikkeitä liikunnan perusmuotojen oppimiseen. Tunnille voivat osallistua molemmat vanhemmat, mutta toisia sisaruksia ei voi ottaa mukaan. Maksu peritään vain yhdeltä.

01830133

LIKKARI 3-4-v. (17-16 SYNT.)

Tiiton koulu, liikuntasali
To 17.15-18.00, Johanna Skantz
21.1.-15.4.2021
21 h / 41 €. Täynnä. Liikkari on monipuolinen liikuntakerho 3-4-vuotiaille tytöille ja pojille. Opetus pohjautuu lapsen liikunnalliseen kehitykseen. Liikkarissa lapsi oppii kehon hallintaa, perusliikkeitä, leikkejä ja yhdessäoloa. Sään sallies-sa voimme kokeilla myös ulkoliikuntaa ja ulkoleikkejä. Syksyllä kausi aloitetaan yhteistunnilla, jolloin lapsella tulee olla mukana liikuntakykyinen aikuinen.

01830134

VOIKKAKERHO 5-6 v. Uusi kurssi!

Tiiton koulu, liikuntasali
To 18.00-18.45, Johanna Skantz
21.1.-15.4.2021
21 h / 41 €. Tilaa. Sisältää kehon hallintaa, voimistelun perusliikkeitä, leikkejä, rytmikkaa ja yhdessäoloa.

01830135

VOIKKAKERHO 7-10 v. Uusi kurssi!

Tiiton koulu, liikuntasali
To 18.45-19.30, Johanna Skantz
21.1.-15.4.2021
21 h / 41 €. Tilaa. Sisältää kehon hallintaa, voimistelun perusliikkeitä, rytmikkaa jne. Voimistelun termit ja perusliik-keet tutuksi.

01830136

SIRKUSKOULU 7-12 v.

Tiiton koulu, liikuntasali
Pe 17.30-18.15, Marja Hannula
22.1.-16.4.2021
21 h / 41 €. Tilaa. Materiaalimaksu 20 €. Koulussa perehdytään sirkustaitojen perusteisiin. Tarkoitettu lähinnä koulu-ikäisille 7-12 -vuotiaille. Sirkustaide on lapsen kasvua tukevaa liikunnallista ja taiteellista toimintaa. Sirkuskoulussa harjoitellaan eri sirkuslajeja ja niissä tarvittavia taitoja. Sisältöjä ovat: ilmaisutaidon harjoitteet, sirkusleikit, jongleeraus, klovneria, tasapainoakrobatia ja esiintyminen.

01830137

NUORTEN PELIKERHO 9-12 v.

Oksavan koulu, liikuntasali
Ti 17.00-18.00, Jari Saarinen
19.1.-6.4.2021
28 h / 52 €. Tilaa. Pelikerho, jossa pelataan salibandya. Tavoitteena vauhdikas ja yhteisöllisyyttä korostava tapahtuma, jossa peliä kehitetään joukkuepelin hengessä.

01830139

TELINEVOIMISTELU 1 (7-9 v.)

Monitoimitalo, kuntosali
Ke 16.00-17.00, Nelli Hautakangas
20.1.-7.4.2021
28 h / 52 €. Täynnä. Ryhmä tarkoitettu uusille harrastajille tai aloittelijoille. Sisältää erilaisia notkeus-, tasapaino-, voima ja ketteryysharjoitteita, liikunta-leikkejä. Kehittää koordinaatiota, ketteryyttä, voimaa ja liikkuvuutta.

01830140

TELINEVOIMISTELU 2 (10-13 v.)

Monitoimitalo, kuntosali
Ke 17.00-18.00, Nelli Hautakangas
20.1.-7.4.2021
28 h / 52 €. Täynnä. Ryhmä tarkoitettu uusille harrastajille tai aloittelijoille. Sisältää erilaisia notkeus-,tasapaino-,voima ja ketteryysharjoitteita, liikuntaleikkejä. Kehittää koordinaatiota, ketteryyttä, voimaa ja liikkuvuutta.

PYHÄJÄRVI

Osoite Ollintie 26 (kaupungintalo, 1. krs), 86800 Pyhäsalmi
 Puhelin 044 4457 982
 Sähköposti kaija.tienhaara@haapajarvi.fi,
 kansalaisopisto@haapajarvi.fi
 Internet www.jokilatvanopisto.fi

MUSIIKKI KUOROT JA LAULUNOPETUS

03110105

COMODO-LAULUYHTYE

Seurakunta

Ti 18.00-19.30, Pertti Ruotanen

19.1.-11.5.2021

58 h / 60 €. Vaativampaa mieskuorolaulua 4-äänisesti. Kiinnitetään erityisesti huomiota äänenmuodostukseen ja ilmaisuun. Kysy lisätietoja kurssin opettajalta.

03110106

MIESKUORO

Seurakunta

Ke 18.00-20.15, Pertti Ruotanen

20.1.-5.5.2021

84 h / 70 €. Kausikortti käy. Perinteistä ja uudempaa mieskuorolaulua. Uusia laulajia mahtuu mukaan, ota yhteys kuoronjohtajaan.

03110117

KARAOKE UUSI KURSSI!

Kahvila Karnevaali

Pe 18.00-20.15, Esko Holappa

22.1.-23.4.2021

36 h / 50 €. Ilm. 4.1.2021 mennessä. Kausikortti käy. Tule laulamaan ja oppimaan rennossa ilmapiirissä.

YKSINLAULU

Yksinlaulun opetusta tarjotaan aikuisille sekä lapsille ja nuorille. Opetus on yksilöopetusta 15/30/45 min./kerta. Maksu määräytyy opetusajan perusteella. Opetusaika sovitaan yksilöllisesti kunkin oppilaan kanssa. Opettaja on musiikkipedagogi Säde Pesonen. Paikkoja haetaan verkkolomakkeella osoitteessa www.jokilatvanopisto.fi/lomakkeet.

SOITONOPETUS

03110108

KITARA-BASSO-RUMPUKOULU 1

Keskuskoulu, opiston alakerran luokka

Ma 15.15-17.45, Antti Kangas

4.1.-26.4.2021

Kurssimaksu 95 € / 15 min, 135 € / 30 min. Täynnä. Varapaikalle haetaan www.jokilatvanopisto.fi/lomakkeet.

03110109

KITARA-BASSO-RUMPUKOULU 2

Keskuskoulu, opiston alakerran luokka

Ti 14.30-17.15, Antti Kangas

5.1.-20.4.2021

Kurssimaksu 95 € / 15 min, 135 € / 30 min. Täynnä. Varapaikalle haetaan www.jokilatvanopisto.fi/lomakkeet.

03110110

HARMONIKANSOITTO,**YKSILÖOPETUS**

Paavola, luokka 2

Ma 16.00-17.30, Janne Lindgren

18.1.-10.5.2021

Kurssimaksu 95 € / 15 min. ja 135 € / 30 min, 155 € / 45 min. Harmonikansoittoa yksilöopetuksena. Opiskellaan harmonikansoiton tekniikkaa ja musiikin teoriaa. Oppilaspaiikka voi hakea www.jokilatvanopisto.fi/lomakkeet.

03110111

HARMONIKANSOITTO,**RYHMÄOPETUS**

Paavola, luokka 2

Ma 17.30-19.00, Janne Lindgren

18.1.-10.5.2021

52 h / 55 €. Tilaa. Kausikortti käy. Harmonikansoittoa ryhmäopetuksena. Soitetaan monipuolisesti eri musiikkityylejä. Opitaan harmonikan käsittelyä, tekniikkaa ja musiikin teoriaa.

PIANO, AIKUISET

Pianonsoiton opetusta tarjotaan myös aikuisille. Opetus on yksilöopetusta 15/30/45 min./kerta. Maksu määräytyy opetusajan perusteella. Opetusaika sovitaan yksilöllisesti kunkin oppilaan kanssa. Opettaja on musiikkipedagogi Säde Pesonen. Paikkoja haetaan osoitteessa www.jokilatvanopisto.fi/lomakkeet.

KIELET

Suomi

03120101

SUOMEA MAAHANMUUTTAJILLE, KERTAUSKURSSI

Keskuskoulu, luokka 31

Ti 15.15-16.45, Irina Trifonova

19.1.-13.4.2021

42 h / 55 €. Tilaa. Kausikortti käy. Kurssi on tarkoitettu ulkomaalaisille, jotka jo osaavat suomea, mutta haluaisivat kehittää edelleen kielitaitoaan. Tutustutaan myös suomen kulttuuriin ja perinteisiin. Oppikirja on Oma Suomi 2 (Otava).

Englanti

03120301

ARKIELÄMÄN ENGLANTIA 1 (A1)

Keskuskoulu, luokka 31

Ma 15.30-17.00, Marja Myllylä

18.1.-19.4.2021

42 h / 55 €. Tilaa. Kausikortti käy. Kerrataan englannin perusteita ja kartutetaan arkielämän tilanteissa tarvittavaa sanavarastoa. Opitaan kertomaan lisää perheestä, työelämästä, arkirutineista sekä harrastuksista. Lisäksi tutustutaan matkailusanastoon. Tarkoitettu kaikille, jotka haluavat kerrata englannin kielen alkeita. Oppikirja on Everyday English 1 (Finn Lectura).

03120302

ARKIELÄMÄN ENGLANTIA 5 (A2-B1)

Keskuskoulu, luokka 31

Ma 17.00-18.30, Marja Myllylä

18.1.-19.4.2021

42 h / 55 €. Tilaa. Kausikortti käy. Kerrataan ja opitaan lisää englannin rakenteita. Kurssin teemojen avulla laajennetaan eri elämäntilanteille liittyvää sanavarastoa. Lisäksi tutustutaan englanninkielisten maiden kulttuuriin. Monipuolinen oppimateriaali ja harjoitukset kehittävät kielitaidon eri osa-alueita ja kannustavat käyttämään kieltä rohkeasti erilaisissa arkipäivän tilanteissa. Oppikirja on aluksi Everyday English 4 (Finn Lectura) ja myöhemmin Everyday English 5.

Venäjä

03120601

VENÄJÄ 2

Keskuskoulu, luokka 31
Ti 18.30-20.00, Irina Trifonova
19.1.-13.4.2021

42 h / 55 €. Tilaa. Kausikortti käy. Tarkoitettu henkilöille, jotka osaavat jo kielen alkeet tai niille, jotka ovat opiskelleet Venäjä 1- kurssilla ja haluavat jatkaa kielen opiskelua. Kurssi sopii aikuisille sekä yläaste- ja lukioikäisille. Oppikirja on Pora! 1 (Otava).

03120602

VENÄJÄ 5

Keskuskoulu, luokka 31
Ti 17.00-18.30, Irina Trifonova
19.1.-13.4.2021

42 h / 55 €. Tilaa. Kausikortti käy. Tarkoitettu henkilöille, jotka osaavat venäjän kielen perusasiat tai niille, jotka ovat opiskelleet Venäjä 4- kurssilla ja haluavat jatkaa kielen opiskelua. Käy sekä aikuisille että yläaste- ja lukioikäisille. Oppikirja on Pora! 2 (Otava).

03120603

VENÄJÄÄ LAPSILLE

Keskuskoulu, luokka 31
Pe 17.00-18.30, Irina Karvonen
8.1.-9.4.2021

42 h / 55 €. Tilaa. Kausikortti käy. Venäjää lapsille-kurssi sopii lapsille, joiden äidinkieli on venäjä. Opiskellaan venäjän kielen sanastoa ja keskustelutaitoja monipuolisesti tarinoiden kautta, leikkien, pelaten, laulaen, näytellen ja tehden ikätasolle sopivia kirjallisia tehtäviä.

TIETOTEKNIikka

03340101

TIETOTEKNIikka -OPETUSKLIINIKA

Keskuskoulu, luokka 17
Ma 18.00-20.15, Antti Kangas
4.1.-29.3.2021

3 h / 30 €. Tilaa. Kausikortti käy. Opiskelijalle tarjotaan 3 x 45 min. opetuskokousta yksilöopetuksena. Ota kursseille mukaan se henkilökohtainen laite (kannettava tietokone, tabletti tai älypuhelin), jonka opetusta haluat saada. Kurssi räätälöidään oppilaan tarpeiden mukaan. Tämä kurssi sopii myös aloittelijoille. Kurssille voi ilmoittautua ja hakea paikkoja koko lukuvuoden ajan. Opetajan kanssa sovitaan henkilökohtaiset opetusajat.

ESITTÄVÄ TAIDE JA KIRJALLISUUS

03110601

RUNOPIIRI

Keskuskoulu, luokka 17
Ti 16.30-18.00, Sirkka Tikka
19.1.-13.4.2021

42 h / 55 €. Tilaa. Kausikortti käy. Tekniikkaharjoitukset: rentoutus, hengitys, artikulaatio ja ääni. Analysoinnissa etsitään runon keskeistä ajatusta keskustelemalla. Runojen esitystapaa harjoitellaan liikkeen, tunteen ja aistiharjoitusten kautta ryhmässä ja yksilöinä.

03110602

TYÖKESKUKSEN RUNOPIIRI

Paavola, luokka 2
Ke 9.00-10.30, Sirkka Tikka
20.1.-14.4.2021

42 h / 55 €. Tilaa. Kausikortti käy. Luetaan ja tutustutaan runoihin ja runoilijoihin ja harjoitellaan runojen esittämistä.

03110603

LUOVA KIRJOITTAMINEN

Paavola, luokka 2
La 10.00-15.30, Helena Sydänmetsä
23.1.-27.3.2021

42 h / 55 €. Tilaa. Kausikortti käy. Tule mukaan kirjoittamaan kokemuksiasi omaperäistä ja tuoretta tekstiä. Etsitään luovuutta erilaisten harjoitusten kautta. Tunneilla pääpaino on kirjoittamisella, joten kynät ja vihkot mukaan! Sopii kirjoittamisesta haaveileville kuin jo sitä harrastaneille. Kevään kurssikerrat ovat la 23.1, 20.2. ja 27.3.2021.

03110601

PYHÄJÄRVEN KESÄTEATTERI 2021

Väentupa
Ti 18.00-21.00, Marja Hannula
2.3.-29.6.2021

100 h / 80 €. Ilm. 15.2.2021 mennessä. Valmistetaan näytelmä ”Mummonmökki” kesälle 2021. Lisätietoja ohjaajalta p. 050 5960204.

KUVATAITEET

03110301

ASORTI

Paavola, luokka 2
Pe 11.30-14.30, Natalia Pikkarainen
22.1.-16.4.2021

84 h / 75 €. Tilaa. Kausikortti käy. Kurssilla opit toimivan piirustus- ja maalausprosessin, josta hyödyt suuresti. Aiheet kurssilla ovat vapaat. Harjoitellaan kuvataiteen eri tekniikoita, hiiltä, tussia, pastelleja, puuvärejä, öljy-, akvarelli-,

guassi- ja akryyliyvärejä. Uutuutena 3D -struktuuri akryylimaalauksella. Et tarvitse aiempaa osaamista osallistuaksesi kurssille.

03110305

ASORTI, Iltakurssi Uusi kurssi!

Paavola, luokka 2
Ti 17.00-20.00, Natalia Pikkarainen
19.1.-13.4.2021

48 h / 55 €. Ilm. 4.1.2021 mennessä. Kausikortti käy. Oppilaslähtöinen kuvataiteen perus- ja jatko-opetus. Opitaan toimiva piirustus- ja maalausprosessi. Aiheet ovat vapaat. Harjoitellaan kuvataiteen eri tekniikoita, hiiltä, tussia, pastelleja, puuvärejä, öljy-, akvarelli-, guassi- ja akryyliyvärejä. Perinteiset ja nykyaikaiset kuvataidetekniikat. Maalataan kuvia ja muotokuvia öljyvärillä ja vanhojen mestareiden monikerroksisella tekniikalla. Kurssi soveltuu kaikille, aloittaville ja kokeneille kuvataideharrastajalle, jotka haluavat kehittää omaa piirustus- ja maalaustaitoaan.

03110303

ME OSAAMME-TAIDEKURSSI

Kaislaranta
Ma 9.30-11.00, Irina Trifonova
25.1.-12.4.2021

20 h / 38 €. Kausikortti käy. Luovia virikkeitä kehitysvammaisille ja erityistä tukea tarvitseville aikuisille, sekä erityislapsille vanhempineen. Kehitetään hienomotoriikkaa askartelun, piirtämisen ja maalaamisen kautta. Nautitaan taiteesta ja mukavasta yhdessäolosta. Omat tarvikkeet tai materiaalimaksu 5€.

KÄDEN TAIDOT

03110402

KERAMIikka, KEVÄT

Paavola, luokka 1
Ma 17.00-20.45, Tuovi Kouvalainen
22.2.-19.4.2021

35 h / 50 €. Ilm. 8.2.2021 mennessä. Kausikortti käy. Tule mukaan tekemään yhdessä keramiikkaa. Tutustutaan eri tekniikoihin, materiaaleihin ja koristelumenetelmiin. Valmistetaan omien mieltymysten mukaan koriste- ja käyttöesineitä. Tutustutaan dreijauksen ihmeelliseen maailmaan.

03110405

NYPLÄYS/KIRJONTA

Paavola, luokka 1
Ti 13.00-15.15, Raija-Leena Leppikangas
19.1.-13.4.2021

63 h / 65 €. Tilaa. Kausikortti käy. Nypläyksen alkeet. Tarpeen mukaan uusia ideoita ja tekniikoita. Valitse mieleisesi kirjontatapa, esim. hardanger.

03110407

KORUPAJA/LUSIKKAKORUT, KEVÄT

Paavola, luokka 1

To 18.00-21.00, Jussi Kokkonen

8.4.-3.6.2021

32 h / 50 €. Ilm. 15.3.2021 mennessä. Kausikortti käy. Opi suunnittelemaan ja valmistamaan muodikkaat korut esim. riipukset, korvakorut, sormukset, rannerenkaat, perinteiset lenkkiketjut ja paljon muuta. Materiaalina käytämme hopeaa, messinkiä, titaania, hopeasavea, helmiä, kiviä, lusikoita, haarukoita, ym. Voit ottaa kurssille mukaan lusikoita, haarukoita ym. sekä hieman mielikuvitusta, kaikki muu löytyy kurssipaikalta. Opettajalta voit ostaa hopea ja muuta lisämateriaalia. Kurssi ei vaadi ennakkotaitoja vaan sopii kaikille. Työvälinemaksu 12€/lukukausi.

03110408

ALOITTELEVAT NIKKARIT

Keskuskoulu, teknisentyön luokka

Ma 17.30-20.30, Kari-Pekka Pikkarainen

18.1.-19.4.2021

84 h / 75 €. Täynnä. Kausikortti käy. Kiinnostunut puutöistä, mutta et omista koneita tai osaa käyttää niitä? Tämä kurssi sopii sinulle. Kurssilla rakennetaan puutöitä laidasta laitaan, mielikuvituksen ja koneistuksen rajoissa. Koneiden käyttöä ei tarvitse ottaa murhetta, turvalliset tekniikat opiskellaan työn edetessä vaihe vaiheelta. Rohkeasti mukaan luovalla otteella.

03110409

HIIDENKYLÄN NIKKAROINTI

Hiiden-Orava, kylätalo

Joka toinen ma 9.00-13.30,

Kari-Pekka Pikkarainen

25.1, 8.2, 22.2, 15.3, 29.3, 12.4.2021

60 h / 60 €. Tilaa. Kausikortti käy. Nikkarointia laidasta laitaan, aihepiiriä ei ole rajattu. Työ voi siis olla ihan mikä tahansa. Nikkaroidaan pääsääntöisesti käsityövälinein, koneita tuodaan tarpeen mukaan. Suunnitellaan ensimmäisellä kerralla työ, hommataan materiaalit ja koneet. Heleppoa!

03110430

PUUKKOKURSSI

Keskuskoulu, teknisentyön luokka

Ti 17.30-20.30, Kalervo Siljander

19.1.-13.4.2021

48 h / 75 €. 1 paikka. Kausikortti käy. Kurssilla voi valmistaa puukkojen lisäksi muita työvälineitä metallista ja puusta, esim. kirves, sirppi, tuurat yms.

03110410

ARKKU, VENEENOSA JA NIKKAROINTI

Keskuskoulu, teknisentyön luokka

Ke 17.30-20.30, Kari-Pekka Pikkarainen

20.1.-14.4.2021

84 h / 75 €. Täynnä. Kausikortti käy. Valmistetaan puu- ja metallitöitä laidasta laitaan, tarvittavat välineet vain idean josta lähdetään tekemään tuotetta. Mahdollista myös puuveneen osien ja työkalujen valmistus. Itse vene kootaan itsenäisesti opiskelijan omista tiloissa. Kurssilla voi edelleen valmistaa edellisvuosien tapaan arkkuja sekä uurnia. Aihepiiriä ei ole rajattu.

03110411

KONKARIEN PUU- JA METALLITYÖ

Keskuskoulu, teknisentyön luokka

To 17.30-20.30, Kari-Pekka Pikkarainen

21.1.-22.4.2021

84 h / 75 €. Täynnä. Kausikortti käy. Konkarien nikkarointi-ilta. Valmistetaan puu- ja metallitöitä joka lähtöön. Tarvitaan vain idea ja siitä se sitten lähtee. Sopii myös aloittelijoille, turvallinen koneen käyttö opiskellaan työn edetessä. Työstä riippuen, voidaan keskittyä myös erikoisempiinkin tekniikoihin.

03110412

HUONEKALUJEN REMPPAILU JA ENTISTÄMINEN

Keskuskoulu, entisöintiluokka

Pe 17.30-20.30, Kari-Pekka Pikkarainen

22.1.-23.4.2021

84 h / 75 €. Täynnä. Kausikortti käy. Entisöidään ja korjataan vanhoja huonekaluja sekä muita kodin esineitä. Mukaan mahtuu uudempiakin remppakohteita. Keskitytään lähinnä kohteiden puosiin. Käytetään pitkälti perinteisiä menetelmiä. Koneiden käyttö myös mahdollista jossain määrin esim. osien valmistuksessa. Aikaisempi kokemus ei ole välttämätön. Rohkeasti remppaamaan!

03110413

KÄDENTAIIDOT VUOHTOMÄKI

Vuohtomäen entinen koulu

Ma 10.00-12.15, Sisko Mustaparta

18.1.-3.5.2021

72 h / 65 €. Tilaa. Kausikortti käy.

03110414

KÄDENTAIIDOT RANNANKYLÄ

Rantarasti

Ti 17.45-20.00, Sisko Mustaparta

19.1.-13.4.2021

66 h / 65 €. Tilaa. Kausikortti käy.

03110415

KÄDENTAIIDOT KUUSENMÄKI

Kuusenmäen nuorisoseurantalo

Ti 10.00-12.15, Sisko Mustaparta

19.1.-13.4.2021

66 h / 65 €. Tilaa. Kausikortti käy.

03110416

KÄDENTAIIDOT PITÄJÄNMÄKI

Pitäjänmäen entinen koulu

Ma 17.30-19.45, joka toinen vko, Sisko Mustaparta

18.1, 1.2, 15.2, 1.3, 15.3, 29.3.2021

33 h / 50 €. Tilaa. Kausikortti käy.

03110417

KUDONTA JA KÄDENTAIIDOT PAAVOLA

Paavola, kudonta

Ke 9.30-12.30, Sisko Mustaparta

20.1.-14.4.2021

84 h / 75 €. Tilaa. Kausikortti käy.

03110418

KÄDENTAIIDOT PARKKIMA

Taitomaja /

Nyppylän koulu (1.2.2021 alk.)

Ke 18.15-20.30, Sisko Mustaparta

20.1.-14.4.2021

66 h / 65 €. Tilaa. Kausikortti käy. Kudontaa ja erityistekniikoita kurssilaisten toiveiden mukaisesti.

03110419

KÄDENTAIIDOT ORAVA

Hiiden-Orava, kylätalo

To 11.00-13.15, joka toinen vko, Sisko Mustaparta

21.1, 4.2, 18.2, 4.3, 18.3, 8.4.2021

33 h / 65 €. Tilaa. Kausikortti käy.

03110420

TEHDÄÄN LASISTA

Paavola, luokka 1

Ti 17.00-20.00, Marja-Liisa Ävist

9.2.-4.5.2021

84 h / 75 €. Tilaa. Kausikortti käy. Kurssilla opitaan perustaidot lasin käsittelyyn ja valmistetaan kauniita esineitä kotiin eri tekniikoin: lasinsulatus-, tiffany-, mosaikki- ja lyijylasi menetelmin.

03110422

KLIPSUVIRKKAUS JA HELMITYÖT, KEVÄT

Paavola, luokka 1

Pe 16.00-18.15, Marja-Liisa Ävist

12.2.-21.5.2021

36 h / 50 €. Ilm. 29.1.2021 mennessä. Kausikortti käy. Valmistetaan laukkuja ja kukkaroita ja opetellaan ompelamaan niihin vuoret. Laukut valmistetaan oppilaan toiveista sekä opettajan uusista malleista. Helmitöissä valmistetaan koriste-esineitä ja liinoja. Opettajalla on helmiä ja muita tarvikkeita. Kurssille mukaan saksat, säämiskä ja rasia.

03110423

TUOHESTA TEHTY UUSI KURSSI!

Paavola, luokka 2

Pe 17.00-21.00, la-su 9.00-15.00,

Jaana Öljymäki

22.-24.1.2021

18 h / 38 €. Ilm. 8.1.2021 mennessä. Kausikortti käy. Kurssilla valmistetaan tuohesta eri tekniikoilla erilaisia rasioita, pieniä koppia, koruja, kukkia jne. Opi myös tuohitöiden perusasioita. Kurssi sopii lapsille ja aikuisille.

03110424

KIRJANSIDONTA UUSI KURSSI!

Paavola, luokka 2

Ti 17.30-20.30, Sisko Mustaparta

19.1, 2.2, 16.2.2021

12 h / 31 €. Ilm. 5.1.2021 mennessä. Kausikortti käy. Valmistetaan perinteinen avoin kirja tai koptisidos-kirja.

03110425

PUNONTA/PAJUKORI UUSI KURSSI!

Paavola

Ti, pe 17.30-20.30, la 9.00-15.00, Sisko

Mustaparta

2.3, 23.3, 26.3, 27.3.2021

20 h / 38 €. Ilm. 16.2.2021 mennessä.

Kausikortti käy. Punotaan pyöreä- tai neeliöpohjainen pajukori. Mahdollista puunoa myös käyttäen kaislaa, juurta tai metallilankaa. Kysy syksyllä keruuohjeet p.0400672139.

03110426

KESÄKÄSSÄ KOULULAISILLE**(KS. sivu 25)**

03110427

TERÄSSEET JA TYÖKALUT TERÄVIKSI

Keskuskoulu, teknisen työn tila

Ma, ti, ke 17.00-20.45, Kari-Pekka Pikkarainen

26.-28.4.2021

15 h / 31 €. Ilm. 12.4.2021 mennessä.

Kausikortti käy. Onko nurkissa tylsiä keittiöveitsiä tai työkaluja? Talta ei lastua ja tomaatti menee läjään veitsen alla? Tule opiskelemaan erilaisia teroitustapoja. Tältä pikakurssilta saat mukaasi kasan konsteja teroittaa tylsyneitä välineitä.

Puukot, keittiöveitset ja muut työkalut pääteemana. Itse teroittamista harjoitellaan muun muassa tahkolla, hiomakivillä, timanttipuikolla, hiontapapereilla ja tarvittaessa karkeampaa työstöä hiomakoneella sekä viimeistelyä kumi- ja huopalaikalla.

03110429

KORUKIVENHIONTA, KEVÄT 1

Keskuskoulu, tekninen työ

La-su 9.30-16.00, Matti Heinonen

30.-31.1.2021

16 h / 38 €. Ilm. 15.1.2021 mennessä.

Kausikortti käy. Kurssilla opetellaan hiomaan kivistä valmiita koruja tai muita pieniä kivesineitä. Voit käyttää opettajan tuomia kiviä, mutta hioa myös omista, esim. matkoilta tuoduista kivistä. Opettajalta voit ostaa valmiita korupohjia: tarjolla puisia, pronssisia ja hopeisia pohjia. Voit myös tehdä kiven kurssilla ja teettää pohjan kultasepällä tai valmistaa sen itse. Kurssi soveltuu hyvin aloittelijoilla, et tarvitse mitään ennakkotaitoja. Materiaalimaksu 5€ ja siihen sisältyy opettajan tuomien kiviä käyttö sekä kahvi tai tee.

03110431

KORUKIVENHIONTA, KEVÄT 2

Keskuskoulu, tekninen työ

La-su 9.30-16.00, Matti Heinonen

20.-21.3.2021

16 h / 38 €. Ilm. 5.3.2021 mennessä. Kausikortti käy. Kurssilla opetellaan hiomaan kivistä valmiita koruja tai muita pieniä kivesineitä. Voit käyttää opettajan tuomia kiviä, mutta hioa myös omista, esim. matkoilta tuoduista kivistä. Opettajalta voit ostaa valmiita korupohjia: tarjolla puisia, pronssisia ja hopeisia pohjia. Voit myös tehdä kiven kurssilla ja teettää pohjan kultasepällä tai valmistaa sen itse. Kurssi soveltuu hyvin aloittelijoilla, et tarvitse mitään ennakkotaitoja. Materiaalimaksu 5€ ja siihen sisältyy opettajan tuomien kiviä käyttö sekä kahvi tai tee.

TERVEYDENHOITO

03610101

ENSIAPUKURSSI EA 1 ®

Keskuskoulu

Ma 18.00-21.15, To 18.00-21.15, Janne Virmanen

1.2.-11.2.2021

16 h / 75 €. Ilm. 20.1.2021 mennessä.

Kurssin suorittanut hallitsee ensiavun antamisen perusteet kurssin sisällön mukaisissa aiheissa. Koulutus sisältää teoriaopetusta ja käytännön harjoituksia. EA 1-kurssi on voimassa kolme vuotta. Hinta sisältää SPR:n uudistetun todistus- ja rekisteröintimaksun.

TANSSI JA LIIKUNTA

03830101

TANSSIKSI

Päiväkoti Hoijakka

Ma 16.15-17.15, Aija Pasanen

18.1.-12.4.2021

28 h / 52 €. Täynnä. Kausikortti käy. Taso 2+. Tunnilla tanssitaan helppoja yksin tanssittavia askelikkoja ja pieniä tanssisarjoja seuratanssimusiikin tahtiin välillä reippaammin ja välillä tunnelmoiden. Tunnin tehoa voi helposti säätää.

03830102

TANSSIKSI RANTA

Rantarasti

Ke 17.00-18.00, Aija Pasanen

20.1.-7.4.2021

28 h / 52 €. Tilaa. Kausikortti käy. Taso 2+. Tunnilla tanssitaan helppoja yksin tanssittavia askelikkoja ja pieniä tanssisarjoja seuratanssimusiikin tahtiin välillä reippaammin ja välillä tunnelmoiden. Tunnin tehoa voi helposti säätää.

03830103

IISILATINO

VPK

Ke 15.30-16.30, Jukka Suorsa

20.1.-7.4.2021

28 h / 52 €. Tilaa. Kausikortti käy. Taso 2+. Tunnilla tanssitaan latinalais- ja latvatanssimusiikin tahdissa yksintanssina helppoja kuvioita. Mukana mm. salsa, chacha, jive, samba, foksi, humpaa.

03830105

ITÄMAINEN TANSSI

Ikosen koulu, liikuntasali

Su 18.00-19.15, Kaisu Ulander

24.1.-18.4.2021

35 h / 61 €. Tilaa. Kausikortti käy. Taso 2+.

Itämainen tanssi on kokonaisvaltaisesti kehoa liikuttava liikuntamuoto. Se sopii erityisen hyvin esim. istumatyöntekijöille, koska liikettä saavat myös hartiaseutu ja rintakehä, selkää sekä vatsaa unohdamatta. Ryhmä aloittaa alkeista, edeten ryhmän tason mukaan.

03830106

SEURATANSSIKURSSI

Ikosen koulu, liikuntasali

Su 14.00-17.00, Jukka Suorsa

24.1.-28.3.2021

24 h / 40 €. Tilaa. Kausikortti käy. Opetellaan lavoilla tanssittavia vakio-, lattari ja swing-tansseja, edetään ryhmän valmiuksien mukaan. Mahdollisten rajoitusten ollessa voimassa, tansseja voidaan harjoitella myös yksintanssina. Ko-

koontumispäivät: su 24.1, 21.2. ja 28.3.

KUNTOLIIKUNTARYHMIEN TASOMÄÄRITTELY**TEKNINEN VAATIVUUS**

1 = helppo

2 = jonkin verran koreografisia osuuksia

3 = koreografisesti haastava

FYYSINEN RASITTAVUUS

+ = kevyttä / rentouttavaa

++ = tehokasta jumppaa

+++ = rankkaa treeniä

03830107

IKÄIHMISTEN KUNTOJUMPPA

VPK

Ma 11.00-12.00, Aija Pasanen

18.1.-12.4.2021

28 h / 52€. Tilaa. Kausikortti käy. Taso 1+.

03830108

KUNTOJUMPPA, KUUSENMÄKI

Kuusenmäen nuorisoseurantalo

Ma 18.45-19.45, Aija Pasanen

18.1.-12.4.2021

28 h / 52 €. Tilaa. Kausikortti käy. Taso 1++.

03830109

KUNTOJUMPPA, LOHVA

Lohvan kylätalo
Ke 17.15-18.15, Jukka Suorsa
20.1.-7.4.2021 28 h / 52 €. Tilaa. Kausikortti käy. Taso 1++.

LIIKKUJAN VIIKKOKALENTERI**MAANANTAI**

03830110

HATHAJOOGA

Päiväkoti Hoijakka
Ma 17.15-18.15, Aija Pasanen
18.1.-12.4.2021
28 h / 52 €. Täynnä. Kausikortti käy. Taso 1++. Fyysinen jooga sopii heille, jotka kaipaavat enemmän haastetta keholla. Hoitaa ja huoltaa monipuolisesti kehoa ja mieltä. Ota mukaan oma jumppamatto.

TIISTAI

03830111

JUMPPA-MIX Uusi kurssi!

Ikosen koulu, liikuntasali
Ti 18.15-19.15, Minna Kuisma
19.1.-6.4.2021
29 h / 54 €. Tilaa. Kausikortti käy. Taso 2+. Helppoa perusjumppaa vaihtuvalta ohjelmalla. Tunnin aihe vaihtuu aina kolmen viikon välein. Tunnin aiheet ovat syyslukukaudella keppijumppa, kuminauhajumppa, villasukkajumppa ja Bal-le. Kevätlukukaudella reisi-peppu-vatsajumppa, pumpppi, kehonpainoharjoittelu ja HIIT. Jokaiseen tuntiin sisältyy lämmitelyosuus sekä venyttelyt.

03830112

LAVIS-LAVATANSSIJUMPPA

Ikosen koulu, liikuntasali
Ti 19.15-20.15, Minna Kuisma
19.1.-6.4.2021
29 h / 54 €. Tilaa. Kausikortti käy. Taso 2++. Lavis-Lavatanssijumppa on hauska, helppo ja hikininen liikuntamuoto, joka perustuu lavatanssin ja jumpan välimuotoon. Tunnilla tanssitaan yksin ja mukana on tuttuja lavatanssilajeja, kuten humpu, jenkka, polkka, rock, chacha, samba jne.

03830113

RANGAN LIIKE JA FASCIAMETHOD

Ikosen koulu, liikuntasali
Ti 20.15-21.00, Minna Kuisma
19.1.-6.4.2021
22 h / 43 €. Tilaa. Kausikortti käy. Taso 1+. Kurssilla tehdään liikkuvuutta lisääviä ja ylläpitäviä harjoitteita kaula-, rinta- ja lannerangalle sekä rankaa huoltavia harjoitteita. Tuntiin yhdistetään myös FasciaMethod-liikkeitä, jotka lisäävät liikkuvuutta ja liikehallintaa aktiivisten venytysten avulla.

KESKIVIikko

03830114

HATHAJOOGA LEMPEÄ, RANTA

Rantarasti
Ke 18.00-19.00, Aija Pasanen
20.1.-7.4.2021
28 h / 52 €. Tilaa. Kausikortti käy. Taso 1+. Tunti koostuu yksinkertaisista jooga-asanoista ja liikesarjoista. Tunti sopii kaikille kokemukseen ja ikään katsomatta. Keskeistä on mahdollisuus hellittää, kuunnella itseään ja omaan kehoon sekä olla läsnä hetkessä.

TORSTAI

03830115

TIMMIX

Ikosen koulu, liikuntasali
To 19.00-19.45, Heidi Laitinen
21.1.-15.4.2021
21 / 41 €. Tilaa. Kausikortti käy. Taso 2++. Aerobista liikettä musiikkiin. Lopussa lyhyt venyttely.

03830116

MUOKKAUS

Ikosen koulu, liikuntasali
To 19.45-20.30, Heidi Laitinen
21.1.-15.4.2021
21 h / 41 €. Tilaa. Kausikortti käy. Taso 1++. Lihaskuntoharjoitus koko keholle. Välineenä mm. pumpppitangot. Sopii sekä miehille että naisille.

KESÄ 2021

Huom! Tarkista kesäryhmien päivämäärät vielä lähempänä. Ryhmät starttaavat, kun kevään peruskurssi on saatu päätökseen. Hinta määräytyy kertojen mukaan.

03830118

REISI-PEPPU-VATSAJUMPPA (kesä)

Ikosen koulu, liikuntasali
Ti 18.15-19.15, Minna Kuisma
20.4.-25.5.2021
8 h / 18 €. Ilm. 12.4.2021 mennessä. Tunti sisältää lämmittelyosion sekä lihaskuntoliikkeitä reisi-, pakara- ja vatsalihaksille.

03830119

LAVIS-LAVATANSSIJUMPPA (kesä)

Ikosen koulu, liikuntasali
Ti 19.15-20.15, Minna Kuisma
20.4.-25.5.2021
8 h / 18 €. Ilm. 12.4.2021 mennessä.

03830120

FASCIAMETHOD JA RANGAN LIIKE (kesä)

Ikosen koulu, liikuntasali
Ti 20.15-21.00, Minna Kuisma
20.4.-25.5.2021
6 h / 14 €. Ilm. 12.4.2021 mennessä.

LASTEN JA NUORTEN KOULUTUS**KUVATAITEET**

03110306

VALMENTAVA KUVATAIDE (6 v.)

Paavola, luokka 2
To 17.30-18.30, Irina Trifonova
7.1.-29.4.2021
36 h / 65 €. Tilaa. Kurssimaksu sisältää materiaalit. Tarkoitettu 6-vuotiaille lapsille, jotka ovat kiinnostuneet piirtämisestä ja maalaamisesta. Otetaan ensimmäisiä askeleita taiteen maailmaan: maalataan, askarrellaan ja muovillaan. Opetuskertoja on syksyllä 10 ja keväällä 11.

03110304

KUVATAIDE, TPO 1-6 (9-16 v.)

Paavola, luokka 2
To 15.15-17.30, Irina Trifonova
7.1.-29.4.2021
87 h / 90 €. Tilaa. Kurssi on tarkoitettu kuvataiteen perusopetuksen aloittaville ja jatkaville oppilaille, mutta uusiakin oppilaita otetaan mukaan. Tpo 1-2: Antaa valmiuksia ilmaista itseään kuvataiteen keinoin. Keskeistä on tekemisen ja kokemisen ilo, sekä uskallus tulkita taidetta persoonallisesti. Tpo 3-4: Vahvistaa omien kokemusten ja itselle tärkeiden asioiden ilmaisemiseen kuvataiteen keinoin. Kehitetään kykyä tulkita ja havainnoida ympäristöä sekä taiteen maailmaa. Tpo 5-6: Sisältää vaihtoehtoisia teemallisia opintokokonaisuuksia, joista sovitaan erikseen kunkin oppilaan kanssa. Työpä ja 20.3.2021. Sisältää pieniä kotitehtäviä. Kurssimaksu sisältää materiaalit.

KÄDEN TAIDOT

03110426

KESÄKÄSSÄ KOULULAISILLE**Uusi kurssi!**

Paavola, luokka 1
Ma-pe 9.30-14.45, Sisko Mustaparta
7.-11.6.2021
30 h / 60 €. Ilm. 30.4.2021 mennessä. Alakouluikäisille käsitöiden erityistekniikoita, mm. punontaa, huovutusta, kankaankudontaa, nahkatöitä, kirjansidontaa.

MUSIIKKI**PIANONSOITTO 7-15 -VUOTIAILLE**

Pianonsoiton opetusta tarjotaan ensisijaisesti 7-15-vuotiaille lapsille ja nuorille. Opetus on yksilöopetusta 15, 30 tai 45 min./kerta. Vapaana olevia oppilaspaikkoja ja varapaikoille haetaan verkkolomakkeella osoitteessa www.jokilatvanopisto.fi/lomakkeet.

PYHÄJÄRVI JATKUU

03110112

PIANO 1

Keskuskoulu, musiikkiluokka
Ma 15.00-18.15, Säde Pesonen
4.1.-26.4.2021
Kurssimaksu 95 € / 15 min, 135 € / 30 min, 155 € / 45 min. Täynnä.

03110113

PIANO 2

Keskuskoulu, musiikkiluokka
Ti 16.00-19.45, Säde Pesonen
5.1.-20.4.2021
Kurssimaksu 95 € / 15 min, 135 € / 30 min, 155 € / 45 min. Täynnä.

03110114

PIANO 3

Keskuskoulu, musiikkiluokka
Ke 16.00-18.45, Säde Pesonen
13.1.-28.4.2021
Kurssimaksu 95 € / 15 min, 135 € / 30 min, 155 € / 45 min. Täynnä.

03110115

PIANO 4

Keskuskoulu, musiikkiluokka
To 16.00-19.00, Säde Pesonen
7.1.-29.4.2021
Kurssimaksu 95 € / 15 min, 135 € / 30 min, 155 € / 45 min. Täynnä.

REISJÄRVI

Osoite
Puhelin
Sähköposti

Reisjärventie 8 (kunnantalo, 1. krs) 85900 Reisjärvi
044 4456 166
sirpa.hirvinen@haapajarvi.fi,
kansalaisopisto@haapajarvi.fi
www.jokilatvanopisto.fi

Internet

MUSIIKKI

04110104

KITARA-BASSO-RUMPUKOULU

Nuorisotila, bändiluokka
Ke 16.30-18.00, Antti Kangas
13.1.-28.4.2021
95 € / 15 min., 135 € / 30 min. Täynnä.
Varapaikalle haetaan www.jokilatvanopisto.fi/lomakkeet.

04110105

KARAOKE

Niemenkartanon koulu
To 18.00-21.00, Lea Malila
21.1.-22.4.2021
84 h / 75 €. Tilaa. Kausikortti käy. Etsitään omaa ääntä, harjoitellaan mikrofonin käyttöä, hengitystä, yleisölle esiintymistä ja uusia karaokelauluja. Käytössä on koko ajan päivittyvät tietokonepohjaiset ammattilaiskaraokelevyt. Vasta-alkajille ja pitkään harrastaneille. Tule rohkeasti mukaan välittömään joukkoomme. Opettellemme ja opimme yhdessä!

KIELET

04120301

ARKIELÄMÄN ENGLANTIA, KESKITASO (A2-B1)

Yläaste, luokka 152
Ma 17.30-19.00, Anne Mikkola

18.1.-19.4.2021

42 h / 55 €. Tilaa. Kausikortti käy. Kurssi on tarkoitettu aikuisopiskelijoille, joille englannin keskeisimmät perusrakenteet ovat tuttuja, mutta jotka kertaamisen lisäksi kaipaavat kannustusta puhumisen harjoitteluun. Kurssilla opiskellaan Stepping Stones 1-kirjaa (Finn Lectura) Kirjan aiheet ovat jokapäiväiseen elämään liittyviä. Kappaleissa käsitellään mm. matkailua ja matkalla sattuvia ongelmatilanteita, tutustumista ja ystäviä, vapaa-aikaa ja harrastuksia, ruokaa, ostosten tekoa, omaa hyvinvointia ja hyvää elämää. Teksteissä ja tehtävissä vahvistetaan kielen perusrakenteiden hallintaa ja laajennetaan sanavarastoa.

TIETOTEKNIikka

04340101

TIETOTEKNIikka -OPETUSKLINIKKA**Uusi kurssi!**

Yläaste, Mediateekki luokka
Ke 18.00-19.30, Antti Kangas
13.1.-7.4.2021
3 h/30 €. Tilaa. Kausikortti käy. Opiskelijalle tarjotaan 3 x 45 min. opetuskokonaaisuutta yksilöopetuksena. Ota kurssille mukaan se henkilökohtainen laite (kannettava tietokone, tabletti tai älypuhelin), jonka opetusta haluat saada. Kurssi räätälöidään oppilaan tarpeiden mukaan. Tämä kurssi sopii myös aloitte-

lijoille. Kurssille voi ilmoittautua ja hakea paikkoja koko lukuvuoden ajan. Opettajan kanssa sovitaan henkilökohtaiset opetusajat.

ESITTÄVÄ TAIDE

04110201

LASTEN JA NUORTEN TEATTERIPIIRI

Niemenkartanon koulu, auditorio
Ma 17.00-19.15, Miilla Puurula-Tilli
4.1.-19.4.2021
72 h / 65 €. Tilaa. Kausikortti käy. Kurssi on tarkoitettu ala- ja yläkouluikäisille näyttelemisestä ja esiintymisestä kiinnostuneille tytöille ja pojille. Valmistetaan näytelmä esitettäväksi keväälle 2021.

KUVATAIDE

04110301

AKVARELLIMAALAU

Kisatien koulu, kuvataideluokka
Ti 18.00-21.00, Maikki Parkkila
19.1.-30.3.2021
80 h / 70 €. Tilaa. Kausikortti käy. Kurssilla opitaan perustekniikat ja materiaalit tulevat tutuiksi. Tuetaan persoonallista tulkintaa sekä itsenäistä työskentelyä. Käytetään värejä rohkeasti ja rennosti, tavoitellen akvarellin ilmavuutta ja kuulavuutta. Keskustellaan töistä kannusta-

vasti ryhmässä. Ideoita, vinkkejä ja henkilökohtaista opastusta. Toteutetaan suositut painokortit halutessa.

04110302

ERITYISRYHMIEN TAIDE

Esperi koti Rantaniemi
To 12.00-13.30, joka toinen viikko,
Irma Kokkonen
21.1.-15.4.2021
22 h / 40 €. Täynnä. Kausikortti käy. Ryhmä kokoontuu joka toinen viikko. Vietetään yhteistä luovaa aikaa. Tutustutaan saveen, askarrellaan, maalataan ja piirretään.

KÄDEN TAIDOT

04110403

LASIPAJA

Yläaste, tekninen työ
Ma 18.30-20.45, Irma Kokkonen
18.1.-29.3.2021
60 h / 60 €. Tilaa. Kausikortti käy. Opi valmistamaan lasitöitä tiffany-, sulatus- ja mosaiikkitekniikoilla. Opitaan lasin työstämisen työtavat käyttäen erilaisia taide- ja kierrätyslaseja. Kurssi sopii vasta-alkajille ja kokeneemmille.

04110404

KERAMIKKAPAJA

Yläaste, kuvataide lk
Ke 18.00-21.00, Irma Kokkonen
20.1.-24.3.2021
72 h / 70 €. Täynnä. Kausikortti käy. Opi suunnittelemaan ja toteuttamaan koriste- ja käyttöesineitä keramiikasta. Tutustutaan savenmuotoilun saloihin ja erilaisiin kuviotekniikoihin. Kokeilemme myös dreijasta, saven valamista muottiin ja lasitusta ym. Kurssi soveltuu myös vasta-alkajille.

04110406

LASIN HIEKKAPUHALLUS-KORISTELU, KEVÄT

Yläaste, tekninen työ
Pe 18.00-21.00, La 10.00-15.15, Irma Kokkonen
19.-20.3, 26.-27.3.2021
22 h / 40 €. Ilm. 5.3.2021 mennessä. Kausikortti käy. Tutustutaan hiekkapuhalluksen moniin mahdollisuuksiin lasiesineiden koristelussa. Hiekkapuhaltamalla lasiin saadaan himmeä, mattamainen pinta. Käyttämällä erilaisia sablonia ja muita suojaustekniikoita voidaan lasi koristella erilaisilla kuvioilla. Menetelmä soveltuu esim. pullojen, maljakoiden, tasselasin tai vaikka aikaisempien sulatus-työkalujen koristeluun. Ei vaadi ennakkotaitoja, soveltuu kaikille. Työvälinemaksu 10 €/lukukausi maksetaan opettajalle.

04110407

PUUSTA JA METALLISTA

Yläaste, tekninen työ
Ti 18.00-21.00, Jussi Kokkonen
19.1.-16.3.2021
64 h / 65 €. 1 paikka. Kausikortti käy. Opi valmistamaan puu- ja metallitöitä omien toiveidesi mukaan. Työt valmistetaan käsin tai koneita apuna käyttäen. Työvaiheet ja koneiden turvallinen käyttö opetellaan työn edetessä. Työt tehdään kurssilaisten omista materiaaleista. Opettajalta saa ohjeita tarvikkehankintoihin myös ennen kurssia. Kurssi sopii niin naisille kuin miehille eikä vaadi aikaisempaa kokemusta.

04110408

HUONEKALUJEN KUNNOSTUS

Yläaste, tekninen työ
Ke 18.00-21.00, Jussi Kokkonen
20.1.-17.3.2021
64 h / 65 €. 2 paikkaa. Kausikortti käy. Kunnostetaan ja entisöidään kurssilaisen omia huonekaluja (tuoleja, pöytiä, pieniä lipastoja ym). Entisöinti pyritään tekemään hienovaraisesti perinteitä kunnioittaen korjaamalla rikkoutuneet osat ja palauttamalla esine mahdollisimman lähelle alkuperäistä. Kurssi soveltuu kaikille, myös vasta-alkajille.

04110409

KÄDENTAIIDOT/KUDONTA KANGASKYLÄ

Marita Kauppisen tila
Ti 11.45-14.00, joka toinen vko, Anni Laulumaa-Peräaho
19.1.-30.3.2021
36 h / 50 €. Tilaa. Kausikortti käy. Kankaankudontaa ja muita käsityötekniikoita perinteisistä uudempiin. Kurssin sisältö muotoutuu kurssilaisten toiveiden mukaan.

04110410

KÄDENTAIIDOT/KUDONTA PAAKKONEN

Paakkosen halli
(Maitoahon teollisuushalli)
Ti 14.30-16.45, Anni Laulumaa-Peräaho
19.1.-30.3.2021
60 h / 60 €. Täynnä. Kausikortti käy. Monipuolisesti erilaisia käsityötekniikoita perinteisistä uudempiin. Kankaankudontaa kurssilaisten kiinnostuksen ja toiveiden mukaan.

04110412

KLIPSUVIRKKAUS JA HELMITYÖT, KEVÄT

Yläaste, käsityöluokka
To 17.45-20.00, Marja-Liisa Ävist
11.2.-20.5.2021
36 h / 50 €. Ilm. 28.1.2021 mennessä. Kausikortti käy. Valmistetaan laukkuja ja kukkaroita virkkaamalla, opetellaan om-

pelemaan niihin vuoret. Laukut valmistetaan oppilaan toiveista sekä opettajan uusista malleista. Helmitöissä valmistetaan koriste-esineitä ja liinoja. Opettajalla on helmiä ja muita tarvikkeita. Kurssille mukaan sakset, säämiskä ja rasia.

04110414

KORUPAJA/LUSIKKAKORUT, KEVÄT

Yläaste, tekninen työ
To 18.00-21.00, Jussi Kokkonen
21.1.-4.3.2021
28 h / 45 €. Ilm. 8.1.2021 mennessä. Kausikortti käy. Opi suunnittelemaan ja valmistamaan muodikkaat korut esim. riipukset, korvakorut, sormukset, rannerenkaat, perinteiset lenkkiketjut ja paljon muuta. Materiaalina käytämme hopeaa, messinkiä, titaania, hopeasavea, helmiä, kiviä, lusikoita, haarukoita, ym. Voit ottaa kurssille mukaan lusikoita, haarukoita ym. sekä hieman mielikuvitusta, kaikki muu löytyy kurssipaikalta. Opettajalta voit ostaa hopea ja muuta lisämateriaalia. Kurssi ei vaadi ennakkotaitoja vaan sopii kaikille. Työvälinemaksu 12€/lukukausi.

04110416

PUUKONVALMISTUS, KEVÄT

Yläaste, tekninen työ
Pe 18.00-21.00, la-su 10.00-16.00, Jussi Kokkonen
26.-28.2, 5.-7.3.2021
40 h / 50 €. Ilm. 15.2.2021 mennessä. Kausikortti käy. Opitaan puukon valmistus alusta loppuun, aina terän takomisesta tupen viimeistelyyn. Kurssilaiset voivat valmistaa puukon omien tarpeidensa ja toiveittensa mukaan. Puukot valmistetaan parhaista raaka-aineista, joita voi ostaa opettajalta. Voit halutesasi käyttää myös omia materiaaleja. Työvälinemaksu 15€/puukko. Kurssipaikalla on kaikki tarvittavat työvälineet. Kurssi sopii niin miehille kuin naisille, ei vaadi ennakkotaitoja.

TANSSI JA LIIKUNTA

LIIKKUJAN VIIKKOKALENTERI

MAANANTAI

04830101

KUNTOSALI

Niemenkartanon koulu, kuntosali
Ma 17.00-18.00, Elena Kangasoja
18.1.-12.4.2021
28 h / 52 €. Tilaa. Kausikortti käy. Taso 1++. Kiertoharjoittelua kuntosalilaitteilla.

TIISTAI

04830102

TANSSIKSI

Niemenkartanon koulu, liikuntasali
Ti 16.25-17.25, Aija Pasanen
19.1.-6.4.2021
28 h / 52 €. Tilaa. Kausikortti käy. Taso 2+.
Tunnilla tanssitaan helppoja yksin tanssittavia askelikoja ja pieniä tanssisarjoja seurataksimuusiikin tahtiin välillä reippaammin ja välillä tunnelmoiden. Tunnin tehoa voi helposti säätää.

04830103

HATHAJOOGA

Niemenkartanon koulu, liikuntasali
Ti 17.30-18.30, Aija Pasanen
19.1.-6.4.2021
28 h / 52 €. Tilaa. Kausikortti käy. Taso 1+.
Fyysinen jooga sopii heille, jotka kaipaavat haastetta keholle. Hoitaa ja huoltaa monipuolisesti kehoa ja mieltä. Oma joogamatto mukaan.

04830104

MIESTEN LIIKUNTA

Yläaste, liikuntasali
Ti 19.00-20.15, Jarkko Hyvönen
19.1.-6.4.2021
35 h / 61 €. Tilaa. Kausikortti käy. Taso 1++.
Liikkuvuus-, lihaskunto-, peli- ja venyttelyharjoituksia.

KESKIVIIKKO

04830105

TIMMIX

Niemenkartanon koulu, liikuntasali
Ke 18.30-19.30, Heidi Laitinen
20.1.-7.4.2021
28 h / 52 €. Tilaa. Kausikortti käy. Taso 2++.
Helppoa ja tehokasta askellusta ja lihaskuntoa painoilla ja ilman.

04830106

VAHVISTA JA VENYTÄ Uusi kurssi!

Niemenkartanon koulu, liikuntasali
Ke 19.30-20.30, Heidi Laitinen
20.1.-7.4.2021
28 h / 52 €. Tilaa. Kausikortti käy. Taso 1+.
Tunnit sisältävät liikkuvuus-, lihassapaino- ja venytysharjoituksia, joilla pyritään huoltamaan kehon toimintakykyä kokonaisvaltaisesti. Tunneille kannattaa pukeutua kerroksittain.

TORSTAI

04830107

KUNTOJUMPPA

Niemenkartanon koulu, liikuntasali
To 19.00-20.00, Elena Kangasoja
21.1.-15.4.2021
28 h / 52 €. Tilaa. Kausikortti käy. Taso 1++.
Monipuolinen koko kehon lihaskun-

totunti. Sisältää lämmittelyn, lihaskuntoa ja loppuvenyttelyä.

04830108

VENYTTELY

Niemenkartanon koulu, liikuntasali
To 20.00-20.45, Elena Kangasoja
21.1.-15.4.2021
21 h / 41 €. Tilaa. Kausikortti käy. Taso 1+.
Venyttelyä ja liikkuvuutta koko keholle, myös apuvälineitä käyttäen.

LASTEN JA NUORTEN KOULUTUS**KUVATAITEET**

04110306

KUVATAIDE TPO 1-2 (7-9 V.)

Yläaste, kuvataide lk
to 15.30-17.00, Irma Kokkonen
7.1.-6.5.2021
58 h / 75 €. Tilaa. Kurssi on tarkoitettu kuvataiteen perusopetuksen aloittaville ja jatkaville oppilaille. Suositeltava aloitusikä on 7-9 vuotta. Antaa valmiuksia ilmaista itseään kuvataiteen keinoin. Keskeistä on tekemisen ja kokemisen ilo, sekä uskallus tulkita taidetta persoonallisesti. Sisältää pieniä kotitehtäviä. Kurssimaksu sisältää materiaalit.

04110305

KUVATAIDE TPO 3-6 (9-16 V.)

Yläaste, kuvataide lk
Ma 16.00-18.15, Irma Kokkonen
11.1.-3.5.2021
87 h / 90 €. Tilaa. Kurssi on tarkoitettu kuvataiteen perusopetuksen jatkaville 3-6. vuoden oppilaille, mutta uusiakin otetaan mukaan. Tpo 3-4: Vahvistaa omien kokemusten ja itselle tärkeiden asioiden ilmaisemiseen kuvataiteen keinoin. Kehitetään kykyä tulkita ja havainnoida ympäristöä sekä taiteen maailmaa. Tpo 5-6: Sisältää vaihtoehtoisia teemallisia opintokokonaisuuksia, joista sovitaan erikseen kunkin oppilaan kanssa. Sisältää pieniä kotitehtäviä. Kurssimaksu sisältää materiaalit.

KÄDEN TAIDOT

04110417

SAVENMUOTOILU**KOULUIKÄISILLE LAPSILLE**

Yläaste, kuvataide lk
Ke 16.30-18.00, Irma Kokkonen
13.1.-24.3.2021
38 h / 50 €. Täynnä. Tarkoitettu kouluikäisille lapsille. Tutustutaan saveen materiaalina. Kokeillaan eri tekniikoita ja

koristelu mahdollisuuksia töissä. Valmistetaan töitä oppilaiden omien toiveiden mukaan. Dreijausharjoituksia.

MUSIIKKI**PIANONSOITTO 7-15 -VUOTIAILLE**

Pianonsoiton opetusta tarjotaan ensisijaisesti 7-15-vuotiaille lapsille ja nuorille. Opetus on yksilöopetusta 15, 30 tai 45 min./kerta. Vapaana olevia oppilaspaikkoja ja varapaikoille haetaan verkkolomakkeella osoitteessa www.jokilatvanopisto.fi/lomakkeet.

04110106

PIANO, NIEMENKARTANO 1

Niemenkartanon koulu
Ma 14.00-18.30, Tuija Syrjäniemi
4.1.-26.4.2021
95 € / 15 min, 135 € / 30 min, 155 € / 45 min. Täynnä.

04110107

PIANO, NIEMENKARTANO 2

Niemenkartanon koulu
Ti 15.00-17.30, Tuija Syrjäniemi
5.1.-20.4.2021
95 € / 15 min, 135 € / 30 min, 155 € / 45 min. Täynnä.

04110108

PIANO YLÄKOULU

Yläaste, luokka 227
Ke 15.15-17.30, Pekka Piironen
13.1.-28.4.2021
95 € / 15 min, 135 € / 30 min, 155 € / 45 min. 1 paikka haettavana.

VIULUNSOITTO

Viulunsoiton opetus on suunnattu 5-15-vuotiaille lapsille ja nuorille. Opetus on yksilöopetusta 30/45 min./oppilas/kerta. Lukuvuodeksi 2020-2021 haettavana olleet oppilaspaikat täytettiin syksyn hakukierroksella. Varapaikalle voi hakea osoitteessa www.jokilatvanopisto.fi/lomakkeet.

04110109

VIULUNSOITTO

Niemenkartanon koulu
Opetusajat sovitaan yksilöllisesti, Mariina Dikanarova
8.1.-7.5.2021
135 € / 30 min. Täynnä.