



SPORTTI- KÄRRY



Tämä liikuntavälineitä sisältävä peräkärri on Rauman Kaupungin liikuntapalveluiden toteuttama hanke, jonka on tarkoitus palvella kouluja välitunneilla, liikuntatunneilla sekä liikunnallisissa iltapäiväkerhoissa! 😊

Luethan tarkasti kärriin kansion ja huolehdi, että välineitä käytetään oikein ja ne palautetaan takaisin kärriin. Jos jokin väline menee rikki, ilmoitahan siitä kärriin yhteyshenkilölle.

Tämä kansio sisältää tiedot kaikista kärriin olevista välineistä sekä pelisäännöt/variaatiot, mitä kyseisillä välineillä voi tehdä.



Sisältö

1. AirTrack
2. Bumpallosetti
3. Ensiapulaukku
4. Frisbee koulusetti
5. Flik Flak voltiseti
6. Fireball – The Game
7. Fun battle
8. Go go –polkija
9. Gladiaattorirulla
10. Heittomaalisetti
11. Hernepussit
12. Hyppykeppi
13. Jousiammunta
14. Joukkuenauhat
15. Jalkapallot
16. Jättikuutio
17. Kinball + sisäkumi
18. Koordinaatitikkaat
19. Kompressori
20. Keilasarja
21. Leikkivarjot kahdelle
22. Motoriikkasarja
23. Mini aidat
24. Minitennsiverkko
25. Merkintälautaset (tötsät)
26. Mahalaudat 6kpl
27. Mөлky
28. Ogo peli

29. Pitkä hyppynaru
30. Polttopallot (24kpl)
31. Purkin heitto
32. Ryömintätunneli
33. Reikäpallo 2kpl
34. Salibandymailakassi
35. Salibandypallot (ämpäri)
36. Slackline
37. Supersetti
38. Taitopyörä
39. Tennis-setti
40. Ultima Street Pallopaketti
41. Värikäs leikkivarjo

Vaunun yhteyshenkilö:

iida Elonen

0444036395

iida.elonen@rauma.fi

AirTrack

AirTrack on paksu monipuolinen ilmapatja, joka mahdollistaa monipuolisen harjoittelun ja monenlaisen hauskan toiminnan. Patjassa yhdistyy maksimaallinen kimmoisuus ja riittävä paksuus ollakseen turvallinen korkeissa hyppyissä kaikille käyttäjille. Patjan pehmeyttä/kimmoisuutta voidaan säädellä ilmanpaineella. Patjan saa halutessaan mukavan pehmeäksi aloittelijoille tai hyvin jämäksi kokeneempien voimistelijoiden käyttöön. Käyttötapoja voi laajentaa käyttämällä AirTrackin lisänä alastulopatjoja tai muita pehmusteita.

Ilmapatjalla voi mm. harjoitella:

- Kuperkeikkoja eteen ja taaksepäin
- Kärrynpyörää ja sen alkeita
- Arabialaista kärrynpyörää kovemmasta vauhdista
- Käsilläseisontaa sekä –kävelyä
- Siltakaatoa
- Kierimistä (-> niin, että kädet ja jalat eivät saa osua alustaan)
- Tasajalkaa hyppiminen (-> sammakkoloikat, jossa tikkuhyppyjen välissä mennään kyykkyyyn niin, että kädet osuvat alustaan)
- Yhdellä jalalla hyppiminen
- Istuvalteen pomppiminen eteenpäin
- Puolvoltti / flikki taaksepäin



Bumpallosetti

Bumball on peli, joka on helppo oppia ja hauska pelata. Se sopii kaikenikäisille ja sitä voi pelata sisällä tai ulkona. Pelissä on kaksi joukkuetta. Pehmeä pallo heitetään kohti tarraliivillistä joukkueoveria. Pallo otetaan kiinni selässä tai rinnassa olevaan tarranauhaan. Pisteitä saa kun pallo saadaan kiinni maalialueella.

Setti sisältää 12 tarraliiviä (6 punaista, 6 sinistä) mitat 45x65cm ja 2 palloa.



Ensiapulaukku liikuntaan



Frisbee koulusetti

Frisbeegolf -koulusetti tarjoaa uuden ja iloisen liikuntahetken kaikentasoisille ja -ikäisille oppilaille. Koulusetin mukana tulevat siirrettävät korit voidaan sijoittaa koulun piha-alueelle tai huonon sään sattuessa liikuntasaliin. Mukana tulee varustekassillinen frisbeegolf-kiekkoja sekä selkeät suomenkieliset peliohjeet.

Frisbeegolf-maalien pystytys ja purku kestää vain muutaman minuutin. Tilaa rata vaatii pienimmillään lentopallokentän verran. Kaikille tarvikkeille on omat säilytys- ja kuljetuskassit. Kaikki koulusetin tuotteet ovat lajin kehittäjän tuottamia, virallisia välineitä.

Frisbeegolf kiekkosarja sisältää erilaisia frisbeeta eri heittoja varten, on draivereita pitkiin heittoihin, midareita keskipitkiin lähestymisheittoihin sekä puttereita lähiheittoihin.

Sarja sisältää:

- 3 siirrettävää kantokassillista frisbeegolf-maalikoria
- 30 koululaiskiekkoa säilytyskassissa



Flik Flak voltteisetti

Tämä yhdistelmä tasapainopuomeista ja pyöreästä vahtomuovisylinteristä on erinomainen väline voltttiharjoitteluun. Rakenne tekee ohjaamisen helpoksi ja nopeaksi, koska hyppääjää ei tarvitse nostaa, vaan hän voi hypätä itse pehmeän sylinterin päälle ja oppia nopeasti tekemään voltin etu- ja takaperin. Välineen osia voi myös käyttää erikseen, esim. tasapainopuomina.



Fireball – The Game

Fireball-peli on hauskaa ja hyvää liikuntaa. Siihen voi osallistua 26 osallistujaa samaan aikaan. Syke nousee ja aktiivisuustaso kasvaa erityisesti ulkona isommalla kentällä. Fireball muistuttaa muista heitto- ja kiinniottopeljä. Se on monipuolinen, vaihteleva ja soveltuu monen ikäisille. Sen pelaaminen kehittää yhteistyötaitoja, keskittymiskykyä, sääntöjen noudattamista sekä taktiikoiden suunnittelua yhdessä tiiminä.

Välineillä pystyy pelaamaan myös ”Fireball –lippukorista” sekä ”Fireball-Ultimate Hitball” –peliä.

Ohjeet kaikkiin löytyvät pelikassista.



Fun battle

Hauska ja viihdyttävä toiminta- ja kaupunkisotapeli, johon kaikki voivat osallistua iästä ja sukupuolesta riippumatta. Kaikki osallistujat ovat aktiivisia koko ajan ja nauru on herkässä. FunBattlea voi pelata sisätiloissa salissa, koulun pihalla tai metsässä. Pelissä pallot tarttuvat liiviin onnistuneesti ja tiukasti. Ne tulee irroittaa repimättä. Huolehdiathan että kaikki 36 pientä mustaa palloa palautuvat takaisin! (ilmoitathan, jos palloja menee hukkaan)

Pelikassissa ohjeet Fun Battleen sekä sen muunneltaviin ”lisäpeleihin”.



Go go –polkija

Harjoita tasapainoa ja kehonhallintaa pedalon avulla. Sopii osaksi temppurataa.

Huom! Kannattaa aloittaa kokeilu niin, että kaveri kävelee vierellä tai pitää kädestä kiinni.



Gladiaattorirulla

P: 115 cm, Ø: 25 cm. Nyt on mahdollista taistella kuin vanhoina gladiaattoripäivinä. Siinä tarvitaan tasapainon säilyttämiskykyä, voiman käyttöä ja taktiikkaa.

Gladiaattori ottelu on hauskaa ja vaativaa. Sillä on myös loistava viihdearvo.

HUOM! Gladiaattorirullien kanssa voi käyttää flik flak voltisetin keltaisia puomeja!

Näin taistelu on haastavampaa ja samalla pelaaminen kehittää tasapainokykyä.



Heittomaalisetti

Sisältää neljä maalia, joissa kussakin eriväriset verkot. Maaliin voi tähdätä mm. palloilla, hernepusseilla ja frisbeellä. Vaikeustasoa voi muuttaa heittomaalien kulmaa säätämällä. Tuotteet soveltuvat sekä ulko- että sisäkäyttöön.



Hernepusit ämpärissä

40 kpl ämpärissä. 10 mustaa, 10 lilaa, 10 oranssia ja 10 pinkkiä hernepusia kätevässä säilytysämpärissä.



Hyppykeppi

Isommille lapsille riemukasta menoa! Motorisia taitoja vaativa ja kehittävä menopeli. Runko 22 mm teräsputkea, vahvatekoinen jousi, kepin päässä liukeste. Korkeus 93 cm. Paino 2,4 kg. Käyttäjän paino 30-70 kg. Ikäsuositus: 6+.



Jousiammunta

Koulusetti on tarkoitettu ensisijaisesti ala- ja yläasteen liikuntaan. Isompi setti mahdollistaa usean osallistumisen samaan aikaan. Uutta toimintaa liikuntaan, joka kehittää keskittymiskykyä ja kehon hallintaa, motivoi ja on ennen kaikkea kivaa. Setti sisältää: 8 jousiammuntajousta, 27 imukuppipäistä nuolta, 4 kaksipuoleista maalitaulua jaloilla sekä säilytyskassin.

Huom! Näiden käyttö vain valvotusti opettajan johdolla SISÄLLÄ.



Joukkenuhat

40 kpl eri väreissä. 10 punaista, 10 keltaista, 10 vihreää ja 10 sinistä merkkinauhaa.

Helppo käyttää erilaisissa peleissä joukkenuhoina tai vaikka hännänryöstössä häntinä!



Jalkapallot 5kpl

Muovinen kevyt jalkapallo leikkiin ja harjoitteluun. Halkaisija 20 cm.



Jättikuutio

Värikäs jättikokoinen (120x120 cm) kuutio. Ilmatäytteistä kuutiota on mukava pallotella ilmassa, sillä kuution liikkeet ovat hitaita sen keveyden vuoksi. Kuutio täytetään ilmalla täyttöaukoista (esim. hiustenkuivaajalla tai pölynimurin puhallustoiminnolla). Tiheän nylonkankaan ansiosta ilma pysyy kuution sisällä hyvin ilman erillistä "sisäkumia". Kuutio sopii sellaisenaan heittelyyn tai vaikka isommassa ryhmässä (piirissä) kopitteluun.



Kinball + sisäkumi

Virallinen Kin-Ball kestäväällä nailon kankaalla ja mukana 2 sisäkumia. Halkaisija: 1,22m; Paino: 1 kg.

Syöttävä joukkue määrää vastaanottavan joukkueen vapaasti kahdesta muusta joukkueesta. Valitun joukkueen täytyy saada pallo kiinni ennen kuin se koskettaa maata tai lattiaa ja tämän jälkeen syöttää pallo uudestaan valitsemaalleen joukkueelle. Jos joukkue epäonnistuu pallon kiinniottossa, toiset joukkueet saavat yhden pisteen.

Pelaajat voivat käyttää koko kehoa pallon kiinniottamiseen ja ilmassa pitämiseen, mutta vain yläkehoa syöttämiseen. Joukkueeseen kuuluu neljä pelaajaa, joten pelin aikaan saamiseksi tarvitaan 12 henkilöä.

Pallon koko ja keveys näiden yksinkertaisten sääntöjen avulla mahdollistaa kaikkien joukkueen jäsenten osallistumisen peliin, kaikkien täytyykin osallistua, jotta pallon saa pidettyä ilmassa.



Koordinaatitikkaat

Leveät koordinaatitikkaat litteistä kumirimoista. Leveys 171 cm. Monipuolinen harjoitteluväline ketteryys-, koodinaatio- ja askelharjoitteluun sekä motoriseen harjoitteluun.



Kompressori

Kompressori isoille välineille kuten ilmatäytteisille trampoliineille ja terapiapalloille. Teho 190 mbar/ 800 L ilmaa minuutissa.



Keilasarja

Täydellinen keilailusetti, sisältö 10 pehmeää keilaa korkeus 30 cm ja 1 vaahtomuovikeilapallo ø 20 cm kahdella reikäkoolla.



Leikkivarjot kahdelle

Nämä kirkkaanväriset varjot ovat mainioita apuvälineitä moneen yhteistoimintaleikkiin. Ne on valmistettu vahvasta nailonkankaasta ja niiden jokaisessa kulmassa on lenkit kiinnittämistä varten.



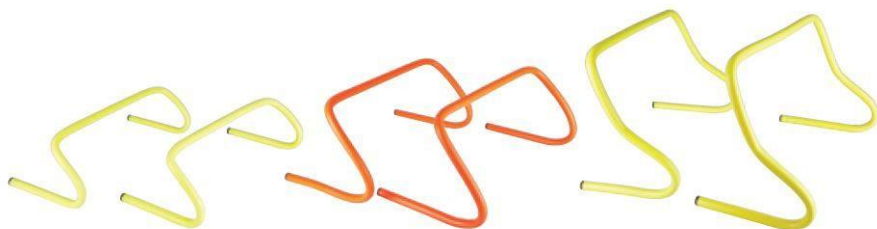
Motoriikkasarja

Ihanteellinen aloitussarja. Olemme koonneet 11 kpl ilmatäytteisiä välineitä tavoitteena esitellä käsite Parkour pienimmille lapsille turvallisella tavalla. Sarjaan sisältyy 2 tasapainopuomia, 2 tasapaino-1/2 palloa, 2 Dyn-Air tyynyä, 1 Jumper ja 4 kpl pieniä nystyräpalloja.



Mini aidat

Mini aidat sopivat mm. liikunnanopetukseen, koordinaatioharjoituksiin ja kuntoutukseen. Valmistettu kevyestä muoviputkesta ja ne on helppo puhdistaa. Voidaan sisällyttää motoriikkaratoihin. Saatavana kolmessa eri koossa. Voi harjoittaa hyppyjä, koordinaatiota, tasapainoa jne.



Minitenniverkko

P: 600 cm, K: 80 cm, L: 81 cm. Laadukas ja yksinkertainen minitennisteline, joka soveltuu myös hyvin mm. istumalentopalloon ja jalkatennikseen.



Merkintälautaset (tötsät)

40 kpl kätevässä säilytystelineessä. Värilajitelma merkintälautasia, joiden korkeus 6 cm ja \varnothing 19 cm.



Mahalaudat 6kpl

Tukeva muovinen mahalauta moneen menoon. Laudassa on kädensijat sivuilla ja kumipyörät. Laudan koko 30 x 30 cm. Laudoilla voi suorittaa esimerkiksi erilaisia pujotteluratoja tai kokeilla nopeuskilpailuja.

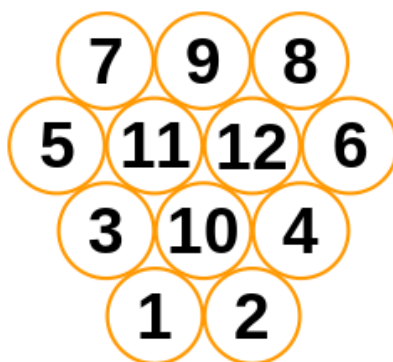
Huom! Sormet saattavat jäädä helposti pyörien alle!



Mölkky

Valmistettu laadukkaasta koivusta. Mölkkyä voidaan pelata 1 vastaan 1 tai joukkuepelinä ja soveltuu sekä lapsille että aikuisille. Ihanteellinen pelialusta on nurmikko tai sora.

Mölkkyssä heitetään mölkkyllä luvuilla 1-12 numeroituja puisia "keiloja", jotka on pystytetty tiiviiksi ryhmäksi 3-4 metrin etäisyydelle heittäjästä. Jos heittäjä kaataa yhden keilan, pistemäärä on sama kuin kaatuneen keilan numero. Jos keiloja kaatuu kaksi tai enemmän, pistemäärä on sama kuin kaatuneiden keilojen lukumäärä. Mikäli keila nojaa toiseen keilaan tai mölkkyyn, sitä ei lasketa kaatuneeksi. Heiton jälkeen keilat nostetaan pystyyn sille kohdalle, johon ne ovat kaatuneet tai lentäneet. Kolmesta perättäisestä ohiheitosta kilpailija putoaa pelistä ja siirtyy yleensä kirjuriksi. Peli päättyy, kun ensimmäinen pelaaja saavuttaa täsmälleen 50 pistettä. Mikäli pistemäärä ylittää 50, pelaajan pisteet putoavat 25:een.



Ogo peli

Peli koostuu kahdesta Ogo kiekosta Ø38 cm ja 1 erikoispallosta. Kiekko on pehmeää vaahtomuovia, varustettuna joustavalla verkolla, joka antaa pallolle paljon vauhtia. Kiekkoa voi käyttää erikseen myös frisbeenä.



Pitkä hyppynaru

Hyppynarun pituus 6m. Pitkällä hyppynarulla voi hyppiä monta kerrallaan ja lisäksi voi järjestää vaikka limbo-kilpailun!



Polttopallot

24 kpl polttopallosarja Ø 15 cm. 4 x 6 erilaista neonväriä. VIHREÄT ulkokäyttöön, muut sisäkäyttöön.



Purkin heitto

Aina hauska heittopeli Purkin heitto on nyt versiona, jossa on vielä enemmän mahdollisuuksia. Jokainen purkki on vaahтомуovia neopreenilla ja kestävät siksi heittämistä kerta toisensa jälkeen. Lisäksi jokaisessa purkissa on numero, 1-10 kilpailemista tai laskemista varten.



Ryömintätunneli

Mahtavan kokoinen ryömintätunneli, jossa on kuusi kaunista väriä. Ryömintätunnelin halkaisija on 91 cm ja pituus 3,7 metriä. Tunnelia voidaan käyttää osana tempurataa ja sen ison koon ansioista se sopii vanhemmillekin lapsille.



Reikäpallo 2kpl

Reikäpallo on kekseliään muotoinen pallo, joka on helppo ottaa kiinni tai heittää vaikka yhdellä sormella. Valmistettu kestävästä kumiyhdisteestä, jossa on myös hiukan luonnonkumia. Pallo pitää hyvin muotonsa, mutta on myös joustava. Ø 15 cm. Paino n. 180 g



Salibandymailakassi

Pituus 85 cm. Erittymisen vahva maila hyvin tukevalla varrella. Käytetään paljon ulkokäytössä. Vaihdettava lapa ja varren pituus 85 cm. Väri musta ja valkoinen. Pakkaus sisältää 12 mailaa (6 valkoista ja 6 mustaa) ja 6 palloa.



Salibandypallot (ämpäri)

24 kpl, 18 valkoista ja 6 punaista palloa. Käytännöllisessä säilytys- ja kuljetusämpärissä.



Slackline

Slacklining on hauska tasapainoa kehittävä liikuntamuoto, joka kehittää erityisesti motoriikkaa ja vahvistaa tukilihaksistoa. Tämä harjoittelumuoto muistuttaa hieman nuorallakävelyä, mutta slackline tasapainoliina on huomattavasti leveämpi. Tämä tasapainoliina voidaan kiinnittää kätevästi esimerkiksi kahden puun väliin, minkä ansiosta voit harrastaa sitä oikeastaan missä tahansa.

Pakkaus sisältää 1 tasapainoliinan (15 m pituus, 50 mm leveä), 1 tukiliina (15 m pitkä, 25 mm leveä), 2 vinssiä (tehty ruostumattomasta teräksestä), 2 puun suojaa sekä kantokassin (100% polyesteriä). Tuotteen paino 340 g. Kiinnitettävän tukiköyden ansiosta lapset ovat erittäin nopeita saavuttamaan oppimistuloksia. Tasapainoilu on kivaa!



Supersetti

Heilauta pallo ilmaan ja yritä saada se renkaaseen. Setissä kolme vaahтомуovista mailaa palloineen, jotka ovat narulla yhdistettyinä toisiinsa niin, ettei pallo pääse karkaamaan. Innostava väline.



Taitopyörä

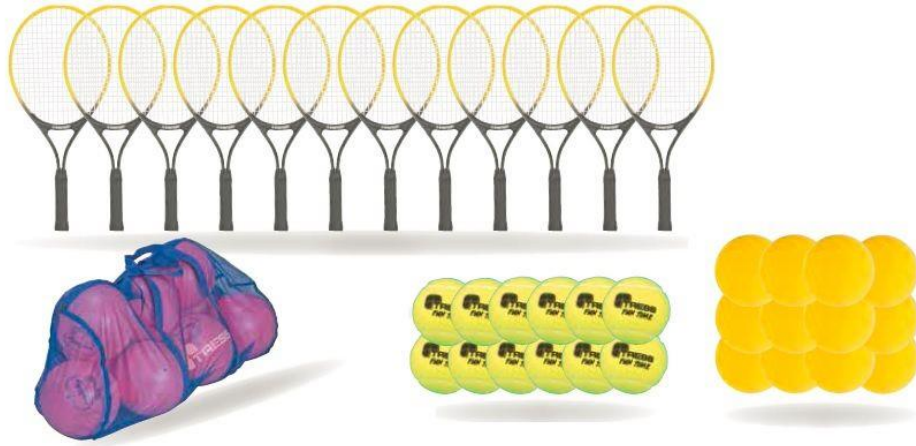
Yksipyöräisellä ajon oppimiseen tarvitaan hieman kärsivällisyyttä. Ajamisen oppiminen vie yleensä 5–15 tuntia. Pyöräillessä on syytä käyttää kypärää ja huomioida ympäristö ja muut vaaraa aiheuttavat esineet. Yleisiä harjoittelupaikkoja ovat asfaltoidut tiet, koripallokentät, pihatiet, liikuntasalit sekä nurmikot.

Istuimen korkeus on säädettävä. Pienin istuinkorkeus 65 cm. Pyörän Ø 39 cm.



Tennis-setti

Sisältö: 12 kpl junior tennismailoja, 12 kpl vaahtomuovipalloja Ø: 90 mm, 12 kpl koulutennispalloja sekä 1 kpl säilytyskassi.



Ultima Street Pallopaketti

Sisältää 7 palloa, jotka soveltuvat erinomaisesti sekä asfaltille että ruohikolle. Pakettiin kuuluu 3kpl Ultima Street koripalloa (koko 6), 2kpl Ultima jalkapalloa Pentagon (koko 5) ja 2kpl Ultima jalkapalloa Triangel (koko 4).



Värikäs leikkivarjo

Materiaalina värikästä kevyttä tekokuitua. Keski-aukossa on verkkokangasta. Varjon reunaan on ommeltu 10 mm paksu vahvistenauha, joka myös helpottaa varjosta kiinnittämistä. Mukana säilytuspussi Ø 3,5 m.

Varjon kanssa voi keksiä monenlaisia leikkejä, välineillä tai ilman! **Katso tästä kansiosta oma vihkonen, josta löytyy toimintavihjeitä leikkivarjoon.**

