

#### 4. TUNTI

##### **Alkuleikki:**

*Mokepallo*

*Leikkijät jaetaan kahteen joukkueeseen. Pallollinen joukkue yrittää saada pisteen heittämällä pallon kyljellään makaavalle (vrt. jalismaalivahdin torjunta) oman joukkueen jäsenelle, palloton joukkue yrittää saada pallon itselleen katkaisemalla syötöt / estämällä torjunnan.*

##### **Mattosarja yksin:**

[Hylkeet](#)

[Ravut](#)

[Munamiehet](#) (eteen-taakse)

[Juoksu](#)

[Kuperkeikka eteen jatkuvana](#)

##### **Mattosarja pareittain:**

[Perhosuinti](#)

##### **Ominaisuus:**

[Reaktionousuja](#)

##### **Väline:**

[Jumppallo yksin](#) (kuperkeikka eteen)

##### **Voimistelu:**

[Kuperkeikat](#) (taakse)

##### **Kamppailu:**

[Työntöjä](#)

[Veto](#)

##### **Tempurata**

[Esimerkki tempuradasta](#)



Perhosuinti