

TUNTISELITYKSET		
RYHMÄ	KESTO	KUVAUS
Vauva/taaperot	45 min	N. 6 - 18 kk ikäisille vauvoille huoltajineen. Ihanaa yhdessäoloa ja sirkustreeniä, molemmat aktiivisessa roolissa. Ilmoittaudutaan lapsen nimellä.
Perhesirkus 2-5 v, 3-6v, 4-7v, 5-8v	50 min	Toiselta nimeltä lapsi+vanhempi. Lapsi ja aikuinen osallistuvat molemmat aktiivisesti opetukseen. Ilmoittaudutaan lapsen nimellä.
Tenavat (alle kouluikäiset)	45 min	Alle kouluikäiset harjoittelevat itsenäisessä ryhmässä sirkusta. Paljon sirkusleikkejä ja kehonhallintaa. Akrobatia ja sirkuselementit mukana tunnin teeman mukaisesti.
Sirkus perusteet	60 min	Noin 6-10 -vuotiaille. Sirkusleikkejä, venyttelyä, kehonhallintaa ja akrobatiaa sekä lajitreeniä viikon teeman mukaisesti. Ei vaadi aikaisempaa kokemusta. Ryhmässä saa viihtyä pitkään.
Sirkus jatko	75 min	Luova, liikuttava harrastus 7-13 -vuotiaille. Perustaidot opittua, pidetään taitoja yllä ja säilytetään kiinnostus liikuntaan ja keholliseen oppimiseen. Kerran viikossa voi jatkaa vaikka lapsesta aikuiseksi.
Iltapäivän sirkus 14.30-15.30/15.00-16.00	60 min	Ennen kello 16.30 tapahtuvaa sirkusopetusta. Kehonhallintaa ja akrobatiaa sekä lajitreeniä viikon teeman mukaisesti.
Sirkus tuplat (06-10, 08-13, 09-12, 12-14)	2x 75 vko	Toinen viikkotunti keskittyy kehonhallintaan ja akrobatiaan, toinen syventää sirkuslajiosaamista. Ryhmäydytään, porukka kulkee samana. Tunneilla edetään 'tupla tahtiin' ja joka kausi tutustutaan uuteen.
Jr esiintyvät	2-3x vko	Nuorimpien Jr esiintyväryhmä. Ikähaarukka n. 9-14 v. Esiintyy vähintään kaksi kertaa vuodessa. Koko ryhmä etenee yhdessä, akrobatiaa, tanssia ja omaa lajia. "Esiintyminen on mun juttu"
Show	2-3x vko	Show-ryhmä. Ikähaarukka n. 12-16 v. Esiintyy muutaman kerran vuodessa. Koko ryhmä etenee yhdessä, akrobatiaa, tanssia ja omaa lajia. Treeni-iltana on tuntiputkia. "Nautin lavallaolosta ja treeneistä"
Edustus	3-4x vko	Toimii lippulaivana Suomessa ja ulkomailla. Yhteisiä viikkotunteja 3 päivää + näytöstreenit. Pidempiä tuntiputkia. Keikkoja noin 10 vuodessa tasa-arvoisesti. Yhdessä, yksilönä! "Yritän parhaani, teen kaikkeni!"
Nuoret / aikuiset (akro, voltti, ilma)	75 min	Omia ryhmätunteja akrobatiasa ja omassa lajissa. Voit treenata haluamasi skillsin. Mahdollisuus moniin lisätunteihin: nuora, pariakro, taikuus, jongleeraus, hyppis, ilma. "Asenne ratkaisee"
Taikuus 1-2	60 min	Ryhmässä 1 tutustutaan lajiin. Opettaja muodostaa ryhmän 2. Keskitytään close up -taikuuteen, sorminäppäryyteen. "Vaatii itsenäistä treeniä vähän kuin pianonsoitto"
Ilma-akrobatia tunnit	75 min	Temppuja, liikesarjoja, koreografiaa ja voimaharjoitteita ilmassa. Lajeina mm. kangas, trapetsi, köysi ja ilmarengas. "Sinnikkäästi kohti kattoa!"
Tasapaino: nuora/1-pyörä/pallo jne.	45 min	Tasapainotemppuja, tekniikoita ja koreografiaa. Lajeina mm. tiukkanuora, yksipyöräinen, pallo ja rolabola. Löydä omasi ja kasvata siivet! "Koko iän kattava hyöty"
Jongleeraus	45 min	Koordinaatioharjoituksia, ryhmätöitä, yksilötreeniä. Harjoitellaan useilla välineillä. Oma kiinnostus vahvasti läsnä. Öljyä aivoille. Temppuvariaatiot. "Ei määrää vaan laatu"
Tanssiakro, lapset	45 min	Rohkeasti avoimelle tanssitunnille! Liikeilmaisuus ja tanssi on sirkuksen sisko. Varmuutta lavalle ja omaan kehoon, uusia ideoita tekemiseen. "Paljon saa, mitään ei menetä"
Akro + tramppa/ilma	75 min	Akrobatia on suosittua ja se näkyy. Myös oivallinen lisätunti toiseksi viikkotunniksi. Omaksi lajiksi valitaan tunnilla tramppa tai ilma. "Liikkeiden variaatioita laajasti"
Rope Skipping/hyppis	45 min	Rope Skipping hyppynaruliikunta on vihdoin rantautunut Suomeen! Sirkuskoulu haluaa olla etunenässä tarjoamassa sitä aikuisille ja lapsille. Temppuja, liikesarjoja ja kuntoilua hauskan musiikin tahdissa!