



# LIMPA RATTAKOOL

## INFO JA TINGIMUSED, 2026

### Kellele rattakool on mõeldud?

Limpa rattakooli tunnid on suunatud 5–7-aastastele lastele. Oodatud on nii algajad kui ka lapsed, kes soovivad oma rattasõiduoskusi arendada.



### Rattaõppe ülesehitus

Rattakooli programm koosneb **3 järjestikusest rattatunnist** (1 kord nädalas).

- Tunni kestus: **60 minutit**
- Õpe toimub **lasteaia hoovis või kokkulepitud platsil**
- Ühel päeval viime läbi tunnid tavaliselt **kuni kahele rühmale**

Õppetöö on üles ehitatud mänguliselt ja eakohaselt:

- ohutus ja rattasõidu ABC
- tasakaal ja ratta tunnetus
- pidurdamine ja suunamuutused
- Ühe käega sõit, püsti sõit
- oskuste arendamine läbi mängude
- lihtsamad liiklusreeglid ja liiklusmärgid



### Varustus

Osalemise toimub lapse enda:

- jalgratta- ja kiivriga
- 



### Palume enne tundi kontrollida:

- et kiiver oleks õige suurusega ja korrektselt kinnitatud
- et jalgratas oleks sõidukorras (rehvid täis, pidurid toimivad)

**Vajadusel** on meil piiratud koguses varurattaid ja kiivreid.

Palume sellest teada anda **vähemalt 2–3 päeva ette** ning edastada lapse pikkus.



## Oluline teada

- Rattakoolis võib osaleda ka jooksurattaga, kuid see ei ole kõikide harjutuste jaoks ideaalne
- Soovituslik on, et laps oskab vähemalt abiratastega sõita
- Kui laps on täiesti algaja, ei saa garanteerida iseseisva sõidu selgeks saamist 3 tunniga – areng on individuaalne

## Osalustasu

- **6 € / laps / tund**
- Tasumine toimub ainult nende tundide eest, milles laps osales
- Kui laps puudub (nt haiguse tõttu), selle tunni eest tasu ei arvestata.



## Registreerimine

- Rühmad saab registreerida **koondina (nt lasteaia kaudu)**
- Ei ole vaja, et iga lapsevanem eraldi registreeriks
- Vajalik info:
  - rühma nimi
  - laste vanus
  - osalejate ligikaudne arv Lisaväärtus lastele
- Iga laps saab **nimelise rattasildi** ratta lenksule
- Õppetöö toimub **mänguliselt ja toetavas keskkonnas**
- Programmi lõpus saab iga laps:
  - diplomi
  - Limpa rattakooli klepsu
  - Limpa kõrremahla



## Küsimused ja kontakt

### Eike Teppan

Limpa rattakooli treener

info@suusaakadeemia

tel. 53889360