

10.10.2018

TALVIKAUSI ON KÄYNNISTYNYT!

Talvikausi on saatu käyntiin yleisurheilukoulujen ja valmennusryhmien osalta. Tervetuloa kaikille uusille harrastajille mukaan toimintaan. Uuden toimintakauden aloittaa tutusti Vantaan Maraton 13.10. Syksyllä vuorossa myös seuran kauden päätösjuhla ja samalla vuosikokous; merkitsethän päivämäärän tiistai 13.11. jo nyt kalenteriisi.

Toimistolla sen sijaan tapahtuu hieman muutoksia, kun sekä toiminnanjohtaja että valmennuspäällikkö ovat jäämässä opintovapaalle, Olli lokakuussa ja Rita marraskuussa. Nuorisopäällikkö Vilma on kuitenkin normaalisti tavoitettavissa. Mukavaa syksyn jatkoa kaikille!

*Rita Huttu, toiminnanjohtaja, rita.huttu@vantaansalamat.fi,
p.045 1130 373*

HENKILÖSTÖN TAVOITTEtavuus TALVIKAUDELLE

Toiminnanjohtaja Rita Huttu jää opintovapaalle 1.11.2018-31.3.2019 väliselle ajalle. Opintovapaan aikana Rita hoitaa tuntiainä joitain rahaliikenteeseen liittyviä asioita, mutta huomaattehan viiveen sähköpostivastauksissa.

Valmennuspäällikkö Olli-Pekka Mykkänen jää osittaiselle opintovapaalle 6.10.2018-11.5.2019 väliselle ajalle. Opintovapaan aikana Olli hoitaa joitain valmennustunteja. Ollinkin tavoittaa sähköpostitse, mutta huomaattehan viiveen vastauksissa.

Opintovapaiden aikana olettehan ensisijaisesti yhteydessä seuraavalla tavalla:

- valmennusryhmäasiat: ensisijaisesti oman ryhmän valmentajat
- urheilukouluasiat (myös laskutus): nuorisopäällikkö Vilma Sydänlammi, vilma.sydanlammi@vantaansalamat.fi
- yleiset asiat: vilma.sydanlammi@vantaansalamat.fi

YLEISURHEILUKOULUJEN TALVIKAUSI ALKOI 1.10.

Yleisurheilukoulujen talvikausi järjestetään 1.10.2018 – 14.4.2019.

Ryhmien harjoitusajat, ilmoittautumisohjeet sekä hinnat löytyvät osoitteesta www.vantaansalamat.fi/FI/Yleisurheilukoulut

Huom! ilmoittautuminen ei tapahdu enää myClubissa.

HUOM! Soveltavan ryhmän harjoitukset alkavat 5.11.

Muistathan ilmoittautua mukaan, mikäli haluat jatkaa harrastamista.

4-7-vuotiaat harjoittelevat kouluilla, kaikki yli 8-vuotiaat harjoittelevat talvella Myyrmäki-hallissa 19.11. alkaen (sitä ennen ulkoarjoitukset).

Huom! Lisenssin vakuutukseen on tullut muutoksia, lisää tässä tiedotteessa.

Salama Tiedote 10/2018

- Talvikausi on käynnistynyt!
- Henkilöstön tavoitettavuus talvikaudella
- Yleisurheilukoulujen talvikausi alkoi 1.10.
- Muutoksia lisenssin vakuutusosassa
- Vantaan Salamats - huppareiden uusintatilaus
- Aikuisten yleisurheilukoulu – kuntotreenit talvikaudella 2018-19
- Tulevat toimitsijatehtävät
- Vantaan Maraton lauantaina 13.10.
- Kuukauden salamalainen



Instagram



10.10.2018

MUUTOKSIA LISENSSIN VAKUUTUSOSASSA

Kaikille urheilukoululaisille ja valmennusryhmäläisille toimintamaksun hintaan kuuluu yleisurheilulisenssi. Lisenssi tarvitaan, jotta voi osallistua kilpailutoimintaan. Alle 14-vuotiailla lisenssin kuuluu myös vakuutus. **HUOM! jatkossa lisenssiin ei enää kuulu vakuutusta kuin alle 14-vuotiaille, muiden tulee hankkia vakuutus itse.**

SUL tarjoaa yhteistyökumppaninsa OP Vakuutuksen (Sporttiturva) kautta mahdollisuuden ottaa vakuutuksen lisenssiin liittyen myös yli 14-vuotiaille:
2005–2002-synt.: 20 euroa C-vakuutus
2001–2000-synt.: 29 euroa B-vakuutus
1999 ja aiemmin synt.: 120 euroa A-vakuutus

Tarkkaile siis postiasi, tulemme tiedottamaan asiasta vielä sähköpostitse ja kysymään halukkuutta ottaa vakuutus.

VANTAAN SALAMAT-HUPPAREIDEN UUSINTATILAUS

Kesällä tilauksessa olleet Vantaan Salamats-hupparit saavuttivat suosion, joten niiden osalta tehdään uusintatilaus. Hupparissa on edessä Vantaan Salamats -logo ja takana teksti Vantaan Salamats. Lisäksi selkään on mahdollista saada nimipainatus.



Hupparin hinta on 45 € ja se laskutetaan toimistolta jälkikäteen.

Täytä tilauslomakkeeseen yhteystietosi, oma kokosi sekä selkään tuleva nimitexti.

Tee tilaus 21.10. mennessä!

Huom! Yhdellä lomakkeella voit tilata vain yhden hupparin. Jos siis teet perheelle useamman tilauksen, niin täytä jokaisen henkilön kohdalla uusi lomake.

Tilauslomakkeeseen pääset tästä: <https://goo.gl/forms/elzQ9ozirqKmyErP2>

**AIKUISTEN YLEISURHEILUKOULU – KUNTOTREENIT
TALVIKAUDELLA 2018-19**

Talvikaudella 2018-19 järjestetään yksi yhdistetty kuntotreeni- /aikuisten yleisurheilukoulu -ryhmä, johon kuuluu 3-4 viikon välein lajitreenit (eri lajeja vaihdellen). Treenit on tarkoitettu kaikille aikuisille harrasteliikkuville, jotka haluavat tulla mukaan harrastamaan kivaan porukkaan ja samalla nostamaan kuntoaan. Luvassa on kuntopiiriä, liikkuvuustreenejä ym. kunnonkohotusliikuntaa. Noin kerran kuussa järjestetään yleisurheilun lajitreeni.

Myyrmäki-hallissa 23.11.2018 alkaen!

Aika: perjantai klo 17.00-18.00 (alk. 23.11.2018)

Paikka: Myyrmäki-halli

Hinta: 155 € + seuran jäsenmaksu vuodelle 2019 (vuosikokouksen marraskuussa määrittelemä jäsenmaksu).

LOKAKUUN VINKKI:
Vantaan Maraton
lauantaina 13.10. Tule
mukaan joko juoksemaan,
katsojaksi tai toimitsijaksi!

**KULTAINEN
KEIHÄS**



 **YLEISURHEILU**

Salama Tiedote - sivu 2

Vantaan Salamats ry
www.vantaansalamats.fi

10.10.2018

VANTAAN MARATON LAUANTAINA 13.10.

Vielä voi ilmoittautua mukaan toimitsijaksi maratonille! Maratonin järjestelyiden sujuvuudesta hyötyvät tavalla tai toisella kaikki seuran jäsenet, sillä tapahtumalla on suuri merkitys seuran varainhankinnassa! Tehtäviä on laidasta laitaan ja kaikille löytyy varmasti sopivia tehtäviä. Luvassa mukava päivä kivassa porukassa! Ilmoittautumiset talkoolaiseksi toimistolle Ritalle tai Mikolle (mikko.viilo@gmail.com) tai Arille (ari.jyrala*elisa.fi).

Valmennusryhmäläisten perheistä odotamme tapahtuman toimitsijoiksi vähintään yhtä henkilöä perheestä.

KUUKAUDEN SALAMALAINEN

Lokakuun salamalaisina esitellään minivalmennusryhmästä Karo Majuri ja nuorisovalmennusryhmästä Milja Majuri.

Kuka ja minkä ikäinen olet?

Milja: Olen Milja Majuri ja täytän 13 vuotta marraskuussa.

Karo: Olen Karo Majuri, Miljan veli ja olen 9 vuotta vanha.

***Milloin ja miten olet päätynyt Vantaan******Salamiin eli kuinka kauan olet harrastanut yleisurheilua?***

Milja: Aloitin yleisurheilun yleisurheilukoulussa 10-vuotiaana. Isä ehdotti, että kokeilisin yleisurheilua, kun oli itsekkin sitä nuorena harrastanut.

Yleisurheilukoulussa ollessani Olli-Pekka Mykkänen tuli kysymään halukkuuttani liittyä valmennusryhmään. Vastasin, että joo ja nyt olen harrastanut viimeiset kolme vuotta valmennusryhmässä, nyt nuorisovalmennusryhmässä.

Karo: Aloitin tutustumisen yleisurheiluun monilajikerhon kautta 6-vuotiaana. Monilajikerhon jälkeen olin vuoden yleisurheilukoulussa. Siitä siirryin minivalmennusryhmään, jossa treenaan nyt.

Harrastatko muita lajeja tai jotain muuta kuin urheilua?

Milja: Harrastan yleisurheilun lisäksi partiota Myyrpartiossa.

Karo: Minäkin harrastan yleisurheilun lisäksi partiota Myyrpartiossa.

Mikä yleisurheilussa on kivointa ja miksi se kiehtoo lajina? Tai onko sinulla jotain lempilajia?

Milja: Yleisurheilussa kivointa on monipuolinen treenaaminen, kaverit ja kisareissut. Lempilajejani on pituus, 100m juoksu ja ylipäätään pikamatkat ja pika-aidat.

Karo: Yleisurheilussa saa tehdä monenlaisia juttuja. Lempilajini on 60m juoksu. Olen saanut myös paljon uusia kavereita.

Mitä muuta kuuluu syksyyn?

Milja: Syksy menee hyvin. Olen pysynyt terveenä ja olen viettänyt kavereidenkin kanssa aikaa. Uudella kaudella yritän tehdä uusia ennätyksiä, käydä aktiivisesti treeneissä ja ylipäätään tehdä kaiken täysillä. Vantaan Salamats on paras seura!

Karo: Syksyltä odotan uusia omia ennätyksiä. Terveisiä kavereille!!!

**VANTAAN SALAMAT RY****Yhteystiedot**

Toimisto:
Myyrmäen yleisurheilukenttä
Raappavuorentie 8-10
01600 Vantaa
toimisto@vantaansalamat.fi

Postiosoite:
PL 14, 01601 Vantaa

Toiminnanjohtaja:
Rita Huttu, p. 045 1130 373
rita.huttu@vantaansalamat.fi

Valmennuspäällikkö:
Olli-Pekka Mykkänen,
p. 045 1466 711
olli.mykkanen@vantaansalamat.fi

Nuorisopäällikkö:
Vilma Sydänlammi
p. 045 2495 364
vilma.sydänlammi@vantaansalamat.fi

Puheenjohtaja:
Sami Kilpeläinen,
p. 040 5520 646

www.vantaansalamat.fi

