

10.1.2019

**HYVÄÄ ALKANUTTA VUOTTA!**

Vuosi on käynnistynyt ja urheilukoulut ovat palanneet joulutauolta viikon 2 aikana. Harjoitukset siis jatkuvat normaalisti kaikilla ryhmillä. Helmikuun alussa kannattaa ottaa kuitenkin kaverikin mukaan tutustumaan yleisurheiluun Myyrmäki-hallissa järjestettävään talviriehaan. Kannattaa tulla mukaan myös alkavaan kestävyyskouluun tai aikuisten ryhmään. Kuntoiluun ja urheilun lisäksi tarjolla myös kuuluttajakoulutusta. Sinne kannattaa osallistua, mikäli aihe kiinnostaa. Jäsenlaskut vuodelle 2019 tulevat tammikuun aikana sähköpostitse. Huomaattehan, että myClubin käytöstä on luovuttu ja sen kautta ei tule enää viestejä. Sen sijaan kannattaa tarkkailla posteja, jotka tulevat Yleisurheilu-rekisterin kautta. Hyvää alkanutta vuotta kaikille!  
*Rita Huttu, toiminnanjohtaja, rita.huttu@vantaansalamat.fi, p.045 1130 373*

**MYCLUBIN KÄYTTÖ ON PÄÄTTYNYT**

Vantaan Salammat on luopunut myClubin käytöstä ilmoittautumis- ja jäsenrekisterijärjestelmänä 1.1. alkaen. Jatkossa ilmoittautumiset ja laskutus hoidetaan Yleisurheilurekisterin kautta. Laskut ja tiedotteet tulevat siis jatkossakin sähköpostiin, mutta Yleisurheilurekisteristä. Huolehdiathan siitä, että yhteystietosi ovat ajantasalla.

**VUODEN 2019 JÄSENMAKSUT**

Vuoden 2019 jäsenmaksut ovat seuraavat:

25 €/lapsi (alle 18 v., eläkeläinen, opiskelija)  
35 €/aikuinen  
55 €/perhe (sisältää samassa taloudessa asuvat henkilöt)

Jäsenmaksu peritään muiden toimintamaksujen lisäksi (urheilukoulumaksu, valmennusmaksu, aikuisten toimintamaksu).

Jäsenmaksu laskutetaan tammikuussa 2019, laskut tulevat sähköpostitse.

**YLEISURHEILUN TALVIRIEHA SUNNUNTAINA 3.2.**

Vantaan Salammat järjestää koko perheen talviriehan Myyrmäki-hallissa. Hyppyjä, heittoja, juoksua jne.

**Aika:** lauantai 3.2. klo 10-12  
**Paikka:** Myyrmäki-halli

**Tapahtuma on kaikille avoin, joten ota kaveritkin mukaan!**

**Salama Tiedote 1/2019**

- Hyvää alkanutta vuotta!
- MyClubin käyttö on päättynyt
- Vuoden 2019 jäsenmaksut
- Yleisurheilun talvirieha sunnuntaina 3.2.
- Heittokoulu lauantaisin Myyrmäki-hallissa
- Kestävyyskoulu Myyrmäki-hallissa 19.1. alkaen
- Aikuisten yleisurheilukoulu – kuntotreenit kevätkaudella 2019
- Tulevat toimitsijatehtävät
- Kuuluttajakoulutus sunnuntaina 27.1.
- Kuukauden salamalainen



10.1.2019

**HEITTOKOULU LAUANTAISIN MYYRMÄKI-HALLISSA**

Heittokoulu on suunnattu kaikille yli 8-vuotiaille heittämisestä kiinnostuneille. Ohjaajina toimivat seuran omat koulutetut valmentajat. Heittoryhmään osallistuminen ei maksa mitään toimintamaksun maksaneille, eikä siihen tarvitse erikseen ilmoittautua.

**Heittokoulu lauantaisin klo 11.00-12.30 Myyrmäki-hallissa. Tervetuloa!**

**KESTÄVYYSKOULU MYYRMÄKI-HALLISSA 19.1. ALKAEN**

**Kaikille seuran toimintamaksun maksaneille avoin Kestävyyskoulu järjestetään Myyrmäki-hallissa lauantaisin 19.1. alkaen.** Kestävyyskoulussa käydään läpi sekä juoksu- että kävelytekniikkaa harjoitteiden muodossa.

19.1. (juoksu); 2.2. (kävely); 16.2. (juoksu); 2.3. (kävely);  
16.3. (juoksu) ja 30.3. (kävely).

Voit osallistua niille kerroille kuin haluat! Harjoituksiin ei tarvitse ilmoittautua etukäteen, riittää kun tulet paikalle!

**AIKUISTEN YLEISURHEILUKOULU – KUNTOTREENIT  
KEVÄTKAUDELLA 2019**

Aikuisten kuntotreenit 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.

**Aika:** perjantai klo 17.00-18.00

**Paikka:** Myyrmäki-halli

**Hinta:** Kevätkausi (huhtikuun puoliväliin saakka)

100 € + seuran jäsenmaksu 35 € vuodelle 2019

Huom! Voit käydä kokeilemassa toimintaa muutaman kerran, ennen sitoutumista mukaan.

**TULEVAT TOIMITSIJATEHTÄVÄT**

Tuleviin tapahtumiin tarvitaan niin uusia kuin kokeneitakin toimitsijoita! Ilmoittauduthan mukaan!

Seuraaviin tuleviin tapahtumiin tarvitaan toimitsijoita:

- **15.-16.1. Hiihdon Suomen Cup, Hakunila:** n. klo 16.30-19.00 liikenteenohjaus

Ilmoittautumiset toimitsijaksi toimistolle: [toimisto@vantaansalamat.fi](mailto:toimisto@vantaansalamat.fi)

**TAMMIKUUN VINKKI:**  
Olethan huomannut seuran oman varustepörssin [www.vantaansalamat.fi/FI/varusteporssi](http://www.vantaansalamat.fi/FI/varusteporssi) sivuilla? Pistetään kamat kiertoon!

**KULTAINEN  
KEIHÄS**

10.1.2019

**KUULUTTAJAKOULUTUS SUNNUNTAINA 27.1.**

Kuuluttajakoulutusta tarjolla Helsy-hallien yhteydessä 27.1.2018 Liikuntamylyssä noin kello 13:30 alkaen (tarkka aloitusaika selviää lähempänä).

Kouluttajana SUL:n kuuluttajien pääkouluttaja Juha Kylänpää. Mikäli kiinnostuit, niin ota yhteyttä [j.vakkilainen@gmail.com](mailto:j.vakkilainen@gmail.com).  
**Koulutukseen osallistuminen ei maksa mitään eikä sido mihinkään!**

**KUUKAUDEN SALAMALAINEN**

Tammikuun salamalaisena esitellään hallituksen jäsen, kauden päätöstilaisuudessa Uurastajan -maljalla palkittu Pasi Majuri.

**Kuka olet?**

Olen Pasi Majuri ja asustelen Myyrmäessä perheeni kanssa johon kuuluvat vaimoni Kirsi-Maria ja lapset Milja ja Karo.

**Milloin ja miten olet päätenyt Vantaan Salamiin?**

Päädyin seuraan samalla, kun tyttäreni Milja aloitti harrastamisen yleisurheilun parissa noin neljä vuotta sitten. Alun jälkeen olemme päätyneet seuran jäseniksi jo koko perhe urheilijoina ja muina seuratoimijoina.

**Olet tällä hetkellä hallituksen jäsen, urheilevien nuorten vanhempi ja aktiivi toimija seuratehtävissä. Tulit palkituksi kauden päätöstilaisuudessa Uurastajan maljalla, joka annetaan vuosittain aktiiviselle seuratoimijalle. Mikä seuratyössä ja -toiminnassa viehättää?**

Itse olen pyrkinyt auttamaan seuraa olemalla mukana kaikessa mahdollisessa talkoohommista toimitsijatehtäviin ja jopa valmennukseen avustajana aina kun vaan omat mahdollisuudet sen sallivat. Viimeisimpänä toimenä liityin seuran hallitukseen jäseneksi.

Kauden 2018 päätösjuhlissa saamani uurastajan malja tuli täysin "puun takaa". Olen kiitollinen saamastani tunnustuksesta vaikka en koekaan ihan hirveästi töitä sen eteen tehneeni. Mukavassa porukassa on kiva toimia ja silloin tehtävääkään eivät tunnu raskailta. Porukkaa saisi vain olla toiminnassa mukana enemmän.

**Terveisesi urheilevien lasten ja nuorten vanhemmille ja muulle seuraväelle**

Toivoisin myöskin näkeväni tapahtumissa ja kentän laidalla enemmän lasten vanhempia. Olkaa kiinnostuneita lastenne tekemisestä ja osallistukaa myös itse toimintaan. Kaikille halukkaille löytyy seurasta varmasti kivaa tekemistä tai vaikka hyviä treenikavereita. Seura tarvitsee meitä kaikkia.

Valoisaa talven jatkoa kaikille ja nähdään kentän laidalla, eikö niin? :)

**VANTAAN SALAMAT RY**Yhteystiedot

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

Postiosoite:  
PL 14, 01601 Vantaa

Toiminnanjohtaja:  
Rita Huttu,  
rita.huttu@vantaansalamat.fi  
(opintovapaalla 1.11. alkaen)

Valmennuspäällikkö:  
Olli-Pekka Mykkänen,  
olli.mykkanen@vantaansalamat.fi  
(opintovapaalla 6.10. alkaen)

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

Puheenjohtaja:  
Anne Saarinen,  
p. 050 5577 881

[www.vantaansalamat.fi](http://www.vantaansalamat.fi)

