

15.3.2018

KESÄKAUDEN ILMOITTAUTUMINEN AVAUTUU 19.3.!

Hiihtolomat on juuri saatu hoidettua ja seuraavaksi odotellaankin lumien sulamista. Urheilukoulujen kesäkaudelle voi pian ilmoittautua, samoin kuin muihin tapahtumiin. Tutut juoksukoulut ja päiväurheilukoulut ovat myös jälleen mukana ohjelmassa.

Kevät tuo kuitenkin muutoksia seuran toimiston puolella, kun nuorisopäällikkö Laura lähtee uusiin haasteisiin. Kiitämme Lauraa hienosta työstä ja toivotamme menestystä tuleviin tehtäviin. Uuden nuorisopäällikön rekrytointi on käynnistynyt, välitäthän tietoa eteenpäin kaikille kiinnostuneille!
Rita Huttu, toiminnanjohtaja, rita.huttu@vantaansalamat.fi, p.045 1130 373

VANTAAN SALAMAT HAKEE NUORISOPÄÄLLIKKÖÄ

Nykyisen nuorisopäällikön Lauran siirtyessä uusiin haasteisiin, Vantaan Salamats etsii uutta nuorisopäällikköä vastaamaan seuran harrasteliikunnan organisoimisesta ja kehittämisestä.

Lue lisää tehtävästä ja välitä viestiä kaikille kiinnostuneille:
<http://www.vantaansalamat.fi/files/images/Nuorisopallikk2018.pdf>

JÄRJESTYSMIESKOULUTUSTA TARJOLLA

Järjestämme järjestysmieskoulutuksen, jonka tarkoituksena on kouluttaa järjestysmiehiä seuran omien tapahtumien hoitamiseen. Kurssin koulutuksesta vastaa High Skill Oy ja se järjestetään yhdessä PuHun kanssa. Seura vastaa kurssin kuluista seuraavien ehtojen täytyessä:

- Osallistuja suorittaa kurssin loppuun (kurssin keskeytyessä osallistuja on velvollinen korvaamaan seuralle kurssista aiheutuneet kulut).
- Osallistuja sitoutuu toimimaan veloituksetta (mahdollisuuksien mukaan) seuran tapahtumissa järjestyksenvalvojana. Tapahtumia ovat ainakin Kultainen Keihäs 26.5. sekä Vantaan Maraton 13.10. Varmistathan siis, että ainakin Kultainen Keihäs sopii aikatauluusi keväällä!

Kurssille osallistuminen edellyttää täysi-ikäisyyttä sekä suhteellisen puhdasta rikosrekisteriä (esim. ylinopeussakot eivät ole este). Kurssin laajuus on 40 h ja se järjestetään Myyrmäen Urheilutalolla (luokka), Huom! poikkeus la 5.5. voimankäyttöosio järjestetään Pähkinärinteen koulun salissa.

Aikataulu:

ti 10.4. klo 17-21; ke 11.4. klo 17-21; la 21.4. klo 10-18; su 22.4. klo 10-18;
la 5.5. klo 9-17 (voimankäyttöosio) ja su 6.5. klo 10-18

Kurssin suorittaminen ja jv-kortin saaminen edellyttää kaikkiin yllä mainittuihin tapahtumiin osallistumista sekä lopussa järjestettävän kokeen läpäisemistä. Ilmoittaudu mukaan Ritalle viimeistään 20.3.

TULEVAT TOIMITSIJATEHTÄVÄT

Seuraaviin lähiaikojen hallikisoihin tarvitaan toimitsijoita:
- 18.3. Helsingin Junnuhallit

Ilmoittautumiset toimitsijaksi myClubissa:
www.vantaansalamat.fi/Fl/toimitsijakalenteri tai Mikko Viilo
(mikko.viilo@gmail.com)

Salama Tiedote 3/2018

- Kesäkauden ilmoittautuminen avautuu 19.3.!
- Vantaan Salamats hakee nuorisopäällikköä
- Järjestysmieskoulutusta tarjolla
- Tulevat toimitsijatehtävät
- Kesän 2018 yleisurheilukoulut ja valmennusryhmät
- Päiväurheilukoulut kesä- ja elokuussa
- Juoksukoulu Startti 11.4. alkaen
- Helsingin toimitsijakoulutusta
- Kuukauden salamalainen
- Kuukauden kumppani – Wanda's Kitchen & Lounge



Salama Tiedote - sivu 1

Vantaan Salamats ry
www.vantaansalamat.fi

15.3.2018

KESÄN 2018 YLEISURHEILUKOULUT JA VALMENNUSRYHMÄT

Kesän yleisurheilukoulut järjestetään 2.5.-16.9.2018 Myyrmäen yleisurheilukentällä (Raappavuorentie 12). Lisäksi ryhmät 4-7-vuotiaille Kivistössä Aurinkokiven koulun kentällä. Mukaan ilmoittautuneille järjestetään aloitusinfo tiistaina 24.4. klo 18.00 Kilterin koulun auditoriossa.

Ryhmät**4-5 -vuotiaat** (1 krt/vko)

ma klo 17.00-18.00, Ryhmä 1 ti klo 17.00-18.00, Ryhmä 3, **Kivistö**
ma klo 18.15-19.15, Ryhmä 2 ke klo 17.00-18.00, Ryhmä 4

6-7 -vuotiaat (1 krt/vko)

ma klo 17.00-18.00, Ryhmä 1 ti klo 18.00-19.00, Ryhmä 3, **Kivistö**
ma klo 18.15-19.15, Ryhmä 2 ke klo 18.00-19.00, Ryhmä 4

8-9 -vuotiaat (1-2 krt/vko*)

ma klo 17.00-18.00 ja ke klo 17.00-18.00

10-11-vuotiaat (1-3 krt/vko*)

ma klo 18.15-19.15, ke klo 18.15-19.15 ja to klo 17.00-18.00

12-13 -vuotiaat (1-3 krt/vko*)

ma klo 17.00-18.15, ke klo 18.15-19.30 ja to klo 17.00-18.15

14-17 -vuotiaat (1-3 krt/vko*)

ma klo 18.15-19.30, ke klo 17.00-18.15 ja to klo 18.15-19.30

Soveltava ryhmä ja Sisu-ryhmä (1 krt/vko)

ke klo 18.00-19.00

*Lisäksi omatoimivuorot la klo 12.00-13.30 ja su klo 12.00-13.30 kaikille halukkaille.

2.-29.7. harjoitustauko 4-9-vuotiailla

Hinta:	4-7 v.:	155 €, harjoitukset 1 krt/vko
	Soveltava:	155 €, harjoitukset 1 krt/vko
	Sisu-ryhmä:	155 €, harjoitukset 1 krt/vko
	8-9 v.:	155 €, harjoitukset 1 krt/vko
		195 €, harjoitukset 2 krt/vko
	10-17 v.:	155 €, harjoitukset 1 krt/vko
		195 €, harjoitukset 2 krt/vko
		215 €, harjoitukset 3 krt/vko

Lisäksi seuran jäsenmaksu 25 € vuodelle 2018.

Sisarale: 1. lapsi norm. hinta.; 2. lapsi -10 %; 3. lapsi -20 %; 4. lapsi ja yli -30 %.

Maksu sisältää: ohjatut harjoitukset 1-3 krt /vko, kilpailulisenssin sisältäen vakuutuksen, osallistumisen seuran omiin kilpailuihin (Silja Line Seurakisa, Salama-Cup, mestaruuskisat, Sinettikisat) ja piirimestaruuskisoihin (Junnu- ja pm-kisat), urheilukoulupaidan.

Ilmoittautuminen avautuu 19.3. klo 9.00! Lue ohjeet ennen ilmoittautumista: www.vantaansalamat.fi/FI/Yleisurheilukoulut
Ilmoittautumislinkit löytyvät myClub -järjestelmästä!

Huom! Valmennusryhmiin erillinen ilmoittautuminen **uusille** harrastajille.

MAALISKUUN VINKKI:
Kultainen Keihäs heitetään lauantaina 26.5. Myyrmäessä. Haluaisiko sinun yrityksesi näkyä tässä televisioitavassa huipputapahtumassa? Ole rohkeasti yhteydessä toimistolle, niin räätälöidään yrityksellesi sopiva paketti!

**KULTAINEN
KEIHÄS****VANTAAN
MARATON**

15.3.2018

PÄIVÄURHEILUKOULUT KESÄ- JA ELOKUUSSA

Päiväurheilukoulu kesälomalaisille järjestetään kesä- ja elokuussa. Päiväurheilukoulu on tarkoitettu n.7-12-vuotiaille tytöille ja pojille. Mukavaa yhdessäoloa sporttisesti, mm. yleisurheilua, pelejä, leikkejä. Mukaan omat eväät ja juotavaa sekä sään mukaiset varusteet.

Paikka: Myyrmäen yleisurheilukenttä ja sen ympäristö
Aika: 4.-20.6. ja 30.7.-3.8.2018 ma - pe klo 10.00 - 14.00

Hinta: 130 € (4.-20.6.) / 60 €/vko / päivähinta 12 €
Osallistuminen mahdollista myös vain osan aikaa (yksittäiset päivät).
Sisaralennus -10% toisesta lapsesta.

Ilmoittaudu mukaan täyttämällä ilmoittautumislomake
www.vantaansalamat.fi/Fl/paivaurheilukoulu -sivuilla

JUOKSUKOULU STARTTI 11.4. ALKAEN

Juoksukoulu Startti käynnistyy huhtikuussa ja se on tarkoitettu aloittelijoille tai jo harrastaville juoksijoille, jotka haluavat saada virikkeitä omaan juoksemiseen. Juoksukouluun voi ilmoittautua mukaan vaikka et olisi juossut metriäkään!

Aika: 11.4.-6.6.2018 keskiviikkoisin klo 18.00-20.00
Paikka: Myyrmäen yleisurheilukenttä ja ympäristö

Hinta: 125 € (sisältää seuran jäsenmaksun 35 €)
Huom. Huolehdiathan, että vakuutuksesi on kunnossa!
Lue lisää ja ilmoittaudu mukaan: www.vantaansalamat.fi/Fl/juoksukoulut

HELSYN TOIMITSIJAKOULUTUSTA

Helsy (Helsingin seudun yleisurheilu) järjestää maaliskuussa useita koulutuksia, joihin kiinnostuneet voivat osallistua:

Kävelytuomarikoulutus

Aika: la 17.3. klo 13 alkaen
Paikka: Liikuntamyyllyn alakerran koulutustila
Kouluttaja: Esko Kuha Hinta: maksuton
Ilmoittautumiset: asap, viimeistään 15.3. osoitteeseen toimisto@helsy.com
(ilmoittautumiseen nimi ja seura)

Kuuluttajakoulutus

Aika: la-su 17.-18.3., la klo 12 alkaen
Paikka: Liikuntamyylly, kuuluttajaparvi
Kouluttaja: Juha Kylänpää Hinta: maksuton
Ilmoittautumiset: asap, viimeistään 15.3. osoitteeseen toimisto@helsy.com
(ilmoittautumiseen nimi ja seura)

3-tason tuomarikurssi

Aika: ke 21.3. klo alkaen
Paikka: Espoon Tapioiden toimisto, Otahalli
Kouluttaja: Harri Lammi
Hinta: 30€, sisältää tarjottavat ja sääntökirjan (laskutetaan seuralta)
Ilmoittautumiset: harri@mi.fi 12.3. mennessä

Salama Tiedote - sivu 3

Vantaan Salamats ry
www.vantaansalamat.fi



15.3.2018

KUUKAUDEN SALAMALAINEN

Maaliskuun salamalaisena esitellään nuorisovalmennus-ryhmästä Lumo Keisanen.

Kuka olet?

Lumo Keisanen, 12 v.

Milloin ja miten olet päätenyt Vantaan Salamiin ja kauan olet harrastanut yleisurheilua?

Aloitin yleisurheilun vähän yli vuosi sitten, tammikuussa 2017. Lopetin tuolloin joukkuevoimistelun ja koska pidän liikkumisesta, halusin jonkun toisen lajin voimistelun tilalle ja yleisurheilu vaikutti monipuoliselta ja mukavalta. Olin ollut aiemmin Vantaan Salamien kesäpäiväleireillä, joten seura oli sitä kautta tuttu.

***Harrastatko muita lajeja tai jotain muuta kuin urheilua?***

Tällä hetkellä yleisurheilu on ainoa liikuntaharrastukseni. Aiemmin olen voimistelun lisäksi harrastanut mm. jalkapalloa ja lentopalloa. Lenkkeilen kyllä myös naapurin Pate-koiran kanssa ja samalla saan kouluttaa Patea. Tykkään eläinten ja luonnon lisäksi myös lukemisesta.

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

Mukavinta on lajin monipuolisuus, voi kokeilla erilaisia lajeja ja kehittyä niissä. Lempilajejani tällä hetkellä ovat korkeushyppy ja kolmiloikka. Juoksuista 100 m ja 200 m ovat suosikkejani. Olen myös saanut yleisurheilusta ihania ja hauskoja kavereita.

Mitä muuta kuuluu näin vuoden alkuun?

Kuuluu hyvää. Kiva, kun kevät tulee ja pääsee pian ulkoharkkoihin.

KUUKAUDEN KUMPPANI –WANDA’S KITCHEN & LOUNGE

Kuukauden kumppanina esitellään yhteistyökumppanimme **Wanda’s Kitchen & Lounge**.

Wanda’s on paikallinen ravintolakokonaisuus, joka tarjoaa lounaan, á la carten, brunssin, catering-palvelua sekä sauna- ja kokoustilojen vuokrausta.

Wanda’s valittiin juuri toisen kerran peräkkäin Vantaan parhaaksi ruokaravintolaksi!

Vantaan Salamats -jäsenenä saat 10% ala carte ruokailusta. Etu on voimassa maanantaista perjantaihin klo 15.00-22.00. Alennuksen saa Vantaan Salamats -jäsenkorttia näyttämällä. Kortin saat tulostettua itsellesi myClub-tililtäsi! Listalla myös Vantaan Salamats -menu!

**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:
Laura Santala
p. 045 2495 364
laura.santala@vantaansalamat.fi

Puheenjohtaja:
Sami Kilpeläinen,
p. 040 5520 646

www.vantaansalamat.fi

