

14.3.2019

KESÄN RYHMIIN KANNATTAA ILMOITTAUTUA JO NYT!

Kevättä kohti mennään. Muistattehan ilmoittautua kesän urheilukouluryhmiin, mikäli haluatte jatkaa harrastamista kesän ryhmissä. Talvikausi jatkuu vielä kuukauden verran, huhtikuun puoliväliin. Sen jälkeen muutama viikko taukoa ja jatketaan kesäkaudelle. Kesälle on tulossa jälleen kaikkea tuttua toimintaa niin lapsille kuin aikuisillekin. Mm. aikuisille suunnattuun juoksukouluun kannattaa ilmoittautua ja ottaa tähtäimeksi vaikkapa seuran järjestämä lokakuun Vantaan Maraton! Koululaisten päiväleirillekin kannattaa varmistaa paikka jo hyvissä ajoin, leireillä voi kesä- ja elokuussa.

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

SALAMA SANOMAT ILMESTYY 6.4. – LEHDESSÄ ON VIELÄ ILMOITUSTILAA VAPAANA

Seuran oma lehti, Salama Sanomat, ilmestyy jälleen keväällä.

Salama Sanomat on tarkoitettu kaikille liikunnasta ja urheilusta kiinnostuneille lukijoille. Lehti jaetaan ilmaisjakeluna koko Länsi-Vantaan alueelle sekä osaan Espoota ja Helsinkiä. Lisäksi lehteä jaetaan eri tapahtumissa kesän aikana.

Lehden levikki tulee olemaan n. 39 000 kpl ja se jaetaan ilmaisjakeluna Länsi-Vantaan alueella, mutta osittain myös Espoossa ja Helsingissä, joten ilmoittamalla lehdessä yritys saa laajaa näkyvyyttä ja on samalla mukana tukemassa lasten- ja nuorten urheilua.

Mm. lehdestä saatujen mainostulojen avulla voimme pitää urheilukoulu- ja valmennusmaksut kohtuullisina, jolloin yhteistyöstä hyötyvät kaikki.

Lähtisikö sinun yrityksesi mukaan?

Mediakortin ja aiempien vuosien lehdet löydät täältä:

www.vantaansalamat.fi/FI/salamasanomat

Olethan yhteydessä, mikäli sinulta löytyy kontakteja, joita pystyt hyödyntämään mainosmyynnissä. Myös juttuideat ja itse jutut ovat tervetulleita!

Haemme yhteistyökumppaneita myös Kultainen Keihäs -tapahtumaan. Räätelöidään yrityksellesi näkyvyyden osalta sopiva paketti! Ole rohkeasti yhteydessä toimistolle!

JUOKSUKOULU STARTTI 10.4. 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: 10.4.-12.6.2019 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/FI/juoksukoulu

Salama Tiedote 3/2019

- Kesän ryhmiin kannattaa ilmoittautua jo nyt!
- Salama Sanomat ilmestyy 6.4. – lehdessä on vielä ilmoitustilaa vapaana
- Juoksukoulu Startti 10.4. alkaen
- Kesän 2019 yleisurheilukoulut ja valmennusryhmät
- Päiväurheilukoulut kesä- ja elokuussa
- Tulevat toimitsijatehtävät
- Aikuisten yleisurheilukoulu 6.5. alkaen
- Kuukauden salamalainen



Salama Tiedote - sivu 1

Vantaan Salamats ry
www.vantaansalamat.fi

14.3.2019

KESÄN 2019 YLEISURHEILUKOULUT JA VALMENNUSRYHMÄT

Kesän yleisurheilukoulut järjestetään 6.5.-16.9.2019 Myyrmäen yleisurheilukentällä (Raappavuorentie 12). Lisäksi ryhmät 4-7-vuotiaille Kivistössä Aurinkokiven koulun kentällä. Mukaan ilmoittautuneille järjestetään aloitusinfo maanantaina 29.4. 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

8-11 -vuotiaat (1-2 krt/vko*)

ma klo 17.00-18.00, Ryhmä 1

ma klo 18.00-19.00, Ryhmä 2

ke klo 18.00-19.00, Ryhmä 1 + 2

12-13 -vuotiaat (1-2 krt/vko*)

ma klo 17.00-18.15

to klo 17.00-18.15

14-17 -vuotiaat (1-2 krt/vko*)

ma klo 18.15-19.30

to klo 18.15-19.30

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

ke klo 18.00-19.00

*Lisäksi mahdollisuus harjoitella lajikouluissa (järjestetään pääsääntöisesti lauantaisin)

Harjoitustauko 4-7-vuotiailla 1.-28.7.

Hinta:

1 krt/vko: 155 €

2 krt/vko: 195 €

Lisäksi seuran jäsenmaksu 25 € vuodelle 2019.

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

Maksu sisältää: ohjatut harjoitukset 1-2 krt /vko, kilpailulisenssin sisältäen vakuutuksen, osallistumisen seuran omiin kilpailuihin (Silja Line Seurakisa, Salama-Cup, mestaruuskisat, Sinettikisat) ja piirimestaruuskisoihin (Junnu- ja pm-kisat), mahdollisuus osallistua lajikouluihin, urheilukoulupaidan.

Voit ilmoittautua mukaan [www-sivuilta](http://www.sivuilla) löytyvällä lomakkeella.

Huom! Valmennusryhmiin erillinen ilmoittautuminen uusille harrastajille.

**KULTAINEN
KEIHÄS**

14.3.2019

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: 3.-19.6. ja 29.7.-2.8.2019 ma - pe klo 10.00 - 14.00

Hinta: 130 € (3.-19.6.) / 60 €/vko / päivähinta 12 €
Osallistuminen mahdollista myös vain osan aikaa (yksittäiset päivät).
Sisaralennus -10% toisesta lapsesta.

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

TULEVAT TOIMITSIJATEHTÄVÄT

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

Seuraaviin tuleviin tapahtumiin tarvitaan toimitsijoita:

- 16.-17.3. **Helsyn Junnuhallit, Liikuntamyly**
- 22.-23.5. **Junnuviestit, Myyrmäki**
- 25.5. **Kultainen Keihäs, Myyrmäki**
- 4.6. **Sinettikisat, Myyrmäki**

Ilmoittautumiset toimitsijaksi toimistolle: toimisto@vantaansalamat.fi

AIKUISTEN YLEISURHEILUKOULU 6.5. ALKAEN

Uusi harrastus aikuisiällä? Tule tutustumaan yleisurheiluun! Aikuisten yleisurheilukoulussa harjoitellaan ja tutustutaan eri lajeihin ammattitaitoisten ohjaajien johdolla. Et tarvitse entistä lajikokemusta, into ja halu oppia uutta riittää. Harjoitellaan hyppyjä, juoksuja ja heittoja rennolla asenteella. Aikuisten yleisurheilukoulu järjestetään 6.5.-15.9. *Harjoitustauko 1.-28.7.*

Paikka: Myyrmäen yleisurheilukenttä
Aika: maanantaisin klo 18.00-19.00

Hinta: 155 € + seuran jäsenmaksu (35 €) vuodelle 2019.
Huom! Jos perheessäsi on muitakin harrastajia, perhejäsenmaksu on 55 €.
Hinta sisältää: Ohjatut harjoitukset mainittuina ajankohtina ja t-paidan
Huolehditthan, että vakuutuksesi on kunnossa!

Meillä voit maksaa Smartumilla, SporttiPassilla tai Eazybreakilla!

Ilmoittautuminen: www.vantaansalamat.fi/FI/aikuistenyleisurheilukoulu



14.3.2019

KUUKAUDEN SALAMALAINEN

Maaliskuun salamalaisena esitellään valmennusryhmässä ja urheilukoulussa harjoitteleva Elias Salminiitty.

**1. Kuka ja minkä ikäinen olet?**

Elias Salminiitty, 14v.

2. Milloin ja miten olet päätenyt Vantaan Salamiin eli kuinka kauan olet harrastanut yleisurheilua?

Muistaakseni aloitin kuusi vuotiaana.

Olen siis harrastanut yleisurheilua 8 vuotta.

Päädyin vantaan salamiin koska halusin kokeilla yleisurheilua

3. Harrastatko muita lajeja tai jotain muuta kuin urheilua?

Urheilun lisäksi harrastan rumpujen soittoa ja opiskelen Vantaan musiikkiopistossa

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

Olen saanut hyviä kavereita ja pidän pikajuoksusta.

5. Mitä muuta kuuluu kevään odotukseen?

Kesäloma ja että uusi talomme valmistuu.

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

