

9.4.2018

KESÄKAUSI JO NURKAN TAKANA!

Talvikausi alkaa lähentyä loppuaan ja viimeiset harjoitukset pidetään eri ryhmistä riippuen tämän ja seuraavan parin viikon aikana. Kiitos kaikille talvikaudella mukana olleille ja tervetuloa mukaan myös kesällä. Mikäli harrastus yleisurheilukouluissa jatkuu, teettehän kesän ryhmiin uudet ilmoittautumiset. Kesäkausi käynnistyy 2.5.

Kevät etenee kohti kesää ja valmistelut kesäkautta ajatellen ovat hyvässä vauhdissa. Kesän lähestymisen varma merkki on seuran oman lehden Salama Sanomien ilmestyminen huhtikuussa. Lehdessä kerroimme mm. seuran saamasta Tähtiseura-tunnuksesta. Toinen merkki kesän alkamisesta on Kultainen Keihäs, joka palaa taas Myyrmäkeen toukokuun lopussa. Kisasta onkin tulossa mielenkiintoinen kotimaan avaus useammallekin heittäjälle, jotka tavoittelevat EM-kisalippuja. Kultainen Keihäs -päivänä järjestetään myös seuran omien urheilijoiden keihäskarnevaali, joka kuuluu jokaisen urheilukoululaisen ja valmennusryhmäläisen kesän ohjelmaan. Nähdään siellä!
Rita Huttu, toiminnanjohtaja, rita.huttu@vantaansalamat.fi, p.045 1130 373

KULTAINEN KEIHÄS 26.5. MYYRMÄESSÄ

Myyrmässä heitetään jälleen pitkälle! Kultainen Keihäs toukokuussa kerää paikalle Suomen huippuheittäjät. Naisista mukana mm. *Jenni Kangas, Sanni Utriainen ja Heidi Nokelainen*. Miehistä mukana mm. *Tero Pitkämäki, Lassi Etelätalo, Joni Karvinen ja Toni Keränen*. Mukana myös Vantaan Salamien *Tuomo Kaurila!* Parakeihäessä mm. *Marjaana Heikkinen*. Luvassa siis pääkaupunkiseudun kovin keihäskisa!

Hanki lippusi ajoissa www.liveto.fi -osoitteesta!
Lippujen hinnat: 15 € (aikuisen), 10 € (eläkeläinen), 5 € (lapsi), 35 € (perhelippu, max 2 aik. + 3 lasta)

Tänä vuonna tapahtumassa juostaan myös miesten 100 m, jossa mukana mm. Vantaan Salamien Riku Illukka hakemassa nuorten MM-kisojen kisarajan alitusta!

Täytetään katsomot ja kannustetaan kilpailijat hyvin suorituksiin!

Lue lisää: www.kultainenkeihäs.fi

TULEVAT TOIMITSIJATEHTÄVÄT

Kesäkaudella myös tapahtumien määrä lisääntyy ja toimitsijatarve kasvaa. Ilmoittauduthan mukaan tapahtumiin!

Seuraaviin kesäkauden tapahtumiin tarvitaan toimitsijoita
- 26.5. **Kultainen Keihäs**
- 7.6. **Sinettikisat**

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

Katso www-sivuilta myös Helsyn tarjoamat toimitsijakoulutukset!

Salama Tiedote 4/2018

- Kesäkausi jo nurkan takana!
- Kultainen Keihäs 26.5. Myyrmässä
- Tulevat toimitsijatehtävät
- Kesän 2018 yleisurheilukoulu ja valmennusryhmät
- Päiväurheilukoulu kesä- ja elokuussa -myös Kivistössä
- Juoksukoulu Startti 11.4. alkaen – vielä ehtii mukaan
- Kuukauden salamalainen
- Kuukauden kumppani – Solvallon urheilupuisto



Instagram



9.4.2018

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 ja ilmoittautumisohjeet:

www.vantaansalamat.fi/FI/Yleisurheilukoulut

Ilmoittautumislinkit löytyvät myClub -järjestelmästä!

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

HUHTIKUUN VINKKI:
Salama Sanomat -lehti ilmestyi 7.4. Lehti jaettiin ilmaisjakeluna Länsi-Vantaan alueella sekä osin Espoossa ja Helsingissä. Oman kappaleen voi noutaa myös toimistolta. Sähköinen versio luettavissa myös www.vantaansalamat.fi -sivuilla.

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

9.4.2018

**PÄIVÄURHEILUKOULUT KESÄ- JA ELOKUUSSA
- MYÖS KIVISTÖSSÄ**

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/FI/paivaurheilukoulu -sivuilla

Lisäksi monilajikesäleiri Kivistössä!

Liikuntapainotteinen päiväleiri 7-12-vuotiaille tytöille ja pojille.
Lajeina yleisurheilu ja käsipallo ja muu liikunta.

Paikka: Kanniston koululla Kivistössä
Aika: 11.-15.6. ja 18.-21.6. ma - pe klo 8.00-16.00
(ohjattua toimintaa klo 9.00-15.00)

Hinta 155 €/vko (11.-15.6.) ja 110 €/vko (18.-21.6.).
Leirin hintaan sisältyy lounas ja välipala.

Leirin järjestävät yhdessä yleisurheiluseura Vantaan Salamats ja käsipalloseura Atlas.

Ilmoittautuminen leirille osoitteeseen info@atlashandball.com

JUOKSUKOULU STARTTI 11.4. ALKAEN – VIELÄ EHTII MUKAAN

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/FI/juoksukoulut



9.4.2018

KUUKAUDEN SALAMALAINEN

Huhtikuun salamalaisena esitellään hallituksen jäsen Anne Saarinen.

Kuka olet?

Anne Saarinen, kolmen pojan äiti ja yhden pikkutytön mumu.

Keitä kuuluu perheeseesi?

Mieheni sekä poikani perheineen, nuorin asuu enää kotona.

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

Kun poikani Vili alkoi harrastaa kuulantyyöntöä Vantaan Salamissa syksyllä 2014, tulin mukaan katsomaan toimintaa.

Olet tällä hetkellä hallituksen jäsen, urheilevan nuoren vanhempi ja aktiivi toimija seuratehtävissä. Mikä seuratyössä ja -toiminnassa viehättää?

Mielestäni on tärkeää, että lapsilla ja nuorilla on mahdollisuus harrastaa ja kehittyä haluamassaan lajissa ammattitaitoisten ohjaajien valmennuksessa kuuluun hyvään ja vastuulliseen seuraan. Seura ei ole mikään kaukainen avaruusolento, vaan seura olemme me kaikki yhdessä: harrastajat, valmentajat, ohjaajat, henkilöstö, vanhemmat ja vapaaehtoisväki. Viehätystä en niinkään tiedä, mutta kun kysymys kuuluu, haluan tietää, millaisessa seurassa nuoreni harjoittelee, niin vastaus on kyllä.

Terveisesi urheilevien lasten ja nuorten vanhemmille ja muulle seuravälle

Ilman vapaaehtoistoimijoita mikään seura ei pysty toimimaan. Tai sitten harrastusmaksut ovat niin korkeita, että vain harvoilla on enää mahdollisuus harrastaa, puhumattakaan siitä, että voitaisiin järjestää kilpailuja. Jokaisen vanhemman pienikin panostus on tärkeää ja jokaiselle löytyy tehtävää. Rohkeasti mukaan lasten ja nuorten harrastukseen! Ollaan yhdessä lastemme ja nuortemme asialla!

KUUKAUDEN KUMPPANI – SOLVALLAN URHEILUOPISTO

Kuukauden kumppanina esitellään yhteistyökumppanimme Solvallon urheiluopisto.



Solvalla sijaitsee Espoon Nuuksiossa, Nuuksion Pitkäjärven rannalla.

Solvallassa järjestetään vuosittain Vantaan Salamien kauden päätösleiri. Lisäksi Solvallassa järjestetään liikunnanohjaajakoulutusta, hierojakoulutusta, liikunta- ja kuntoilukursseja sekä muita leirejä. Solvallassa voit järjestää myös kokous- ja tykypäiviä.

Yhteystiedot: Nuuksiontie 82 02820 Espoo p. 09 8678 430

www.folkhalsan.fi/fi/utbildning-fi/Solvalla/

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

Puheenjohtaja:
Sami Kilpeläinen,
p. 040 5520 646

www.vantaansalamat.fi

