

8.5.2018

**KULTAINEN KEIHÄS TUO HUIPPUKISAN MYYRMÄKEEN!**

Kesäkausi on nyt saatu käyntiin, kun ensimmäiset ryhmät aloittivat harjoittelu 2.5. ja kaikki muutkin ryhmät ovat käynnistyneet kesälle tämän päivän jälkeen, kun Kivistön ryhmät käynnistyvät tänään. Ryhmissä on hyvin vielä tilaa, joten kannattaa houkutella kaverikin mukaan kokeilemaan!

Toukokuun ehdoton kohokohta on Kultainen Keihäs Myyrmäen yleisurheilukentällä lauantaina 26.5. Silloin nähdään huippukaaria useassa eri sarjassa. Päivän aikana järjestetään myös kaikille seuran urheilijoille oma Keihäsrieha. Nyt kannattaa tulla koko perheen voimin mukaan! Kesän tullen myös muiden tapahtumien määrät lisääntyvät. Jotta tapahtumia ja kilpailuja pystytään järjestämään, tarvitaan myös kaikkien teidän apua. Ilmoittaudu rohkeasti mukaan toimitsija- ja järjestelytehtäviin. Nähdään kentällä!

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

**KEIHÄSRIEHA JA KULTAINEN KEIHÄS 26.5.**

Kultainen Keihäs tuo huippuohjelmia Vantaalle! Tule mukaan katsomoon tai toimitsijaksi. Kumman tahansa valitset, elämys on taattu pääkaupunkiseudun kovimmassa keihäskisassa!

Naisista mukana mm. *Jenni Kangas* ja *Heidi Nokelainen* sekä nuoret haastajat *Julia Valtasen* johdolla. Miehistä *Tero Pitkämäkeä* haastamassa mm. *Oliver Helander* ja *Joni Karvinen*. Mukana myös seuran omia urheilijoita, mm. *Riku Illukka* hakemassa nuorten MM-kisojen 100 m:n kisarajan alitusta.

Kaikille urheilukoululaisille ja valmennusryhmäläisille järjestetään tapahtuman yhteydessä yhteinen **Keihäsrieha klo 15.45 alkaen**. Tapahtumassa jaetaan myös urheilukoulu-paidat! Tapahtumaan on seuran urheilijoilla vapaa pääsy, huoltajat ja muut mukana tulevat maksavat sisäänpääsymaksun, jolla pääsee näkemään kaikki päivän kisat!

Hanki lippusi ajoissa [www.liveto.fi](http://www.liveto.fi) -osoitteesta! **Ennakkoon lipun ostaneiden kesken arvotaan lahjakortti hotelli Korpilammelle.**

Lippujen hinnat: 15 € (aikuisen), 10 € (eläkeläinen), 5 € (lapsi), 35 € (perhelippu, max 2 aik. + 3 lasta)

**Täytetään katsomot ja kannustetaan kilpailijat hyvin suorituksiin!**

Lue lisää: [www.kultainenkeihäs.fi](http://www.kultainenkeihäs.fi)

**SEURAILTA YKKÖS-URHEILUSSA TIISTAINA 29.5.**

Yhteistyökumppanimme Ykkös-Urheilu järjestää Vantaan Salamats -seuraillan tiistaina 29.5. klo 17.00 – 20.00 välisenä aikana.

Tule tutustumaan seura-asu -mallistoon ja hankkimaan omat edustusasut!

Ykkös-Urheilu: Vapaalantie 2, 01650 Vantaa.

**Salama Tiedote 5/2018**

- Kultainen Keihäs tuo huippukisan Myyrmäkeen!
- Keihäsrieha ja Kultainen Keihäs 26.5.
- Seurailta Ykkös-Urheilussa tiistaina 29.5.
- Kesän 2018 yleisurheilukoulu ja valmennusryhmät
- Päiväurheilukoulu kesä- ja elokuussa -myös Kivistössä
- Aikuisten yleisurheilukoulu 7.5. alkaen
- Tulevat toimitsijatehtävät
- 1-tason toimitsija-koulutus 14.5.
- Kuukauden salamalainen
- Kuukauden kumppani – Arla



Instagram



8.5.2018

**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. Kesän ryhmiin voi ilmoittautua läpi kesän!

Ilmoittautuminen ja ilmoittautumisohjeet:  
[www.vantaansalamat.fi/FI/Yleisurheilukoulut](http://www.vantaansalamat.fi/FI/Yleisurheilukoulut)

Huom! Valmennusryhmiin erillinen ilmoittautuminen **uusille** harrastajille:  
<http://www.vantaansalamat.fi/FI/valmennusryhmat>

**Ilmoittautumislincit löytyvät myClub -järjestelmästä!**

Kesän avausinfossa esitetty materiaali löytyy täältä:  
[www.vantaansalamat.fi/files/images/Kesnavaus\\_info\\_yleisurheilukoulut2018.ppt.pdf](http://www.vantaansalamat.fi/files/images/Kesnavaus_info_yleisurheilukoulut2018.ppt.pdf)

**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](http://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](mailto:info@atlashandball.com)

**TOUKOKUUN VINKKI:**  
**Seuraatko jo**  
**Vantaan Salamats-,**  
**Kultainen Keihäs- ja**  
**Vantaan Maraton**  
**Facebook- ja Instagram -**  
**tilejä?**  
**Liity mukaan seuraajiin,**  
**niin pysyt ajan tasalla**  
**tapahtumista.**

**KULTAINEN  
KEIHÄS**

**VANTAAN  
MARATON**



 **YLEISURHEILU**

8.5.2018

**AIKUISTEN YLEISURHEILUKOULU 7.5. 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, juoksua ja heittoja rennolla asenteella. Aikuisten yleisurheilukoulu järjestetään 7.5.-10.9. (harjoitustauko 2.-29.7.).

**Paikka:** Myyrmäen yleisurheilukenttä

**Aika:** maanantaisin klo 18.00-19.00

**Hinta:** 155 € + seuran jäsenmaksu (35 €) vuodelle 2018.

Huom! Jos perheessäsi on muitakin harrastajia, perhejäsenmaksu on 55 €.

Hinta sisältää: Ohjatut harjoitukset mainittuina ajankohtina ja t-paidan

Huolehdiathan, että vakuutuksesi on kunnossa!

**Meillä voit maksaa Smartumilla, SporttiPassilla tai Eazybreakilla!**

Ilmoittautuminen: [www.vantaansalamat.fi/FI/aikuistenyleisurheilukoulu](http://www.vantaansalamat.fi/FI/aikuistenyleisurheilukoulu)

**TULEVAT TOIMITSIJATEHTÄVÄT**

Kesäkaudella myös tapahtumien määrä lisääntyy ja toimitsijatarve kasvaa. Mukaan tarvitaan niin uusia kuin kokeneitakin toimitsijoita! Ilmoittauduthan mukaan! **HUOM! Katso toimitsijakoulutus-info tässä tiedotteessa!**

Ainakin seuraaviin kesäkauden tapahtumiin tarvitaan toimitsijoita:

- **18.5. Koululaisviestit:** Hiekkaharjussa, päivätapahtuma
- **26.5. Kultainen Keihäs:** kilpailutoimitsijoita, järjestysmiehiä ym.
- **7.6. Sinetikisat:** kilpailutoimitsijoita, kioskihenkilökuntaa ym.

Ilmoittautumiset toimitsijaksi myClubissa tai suoraan Mikolle:

[www.vantaansalamat.fi/FI/toimitsijakalenteri](http://www.vantaansalamat.fi/FI/toimitsijakalenteri) tai [mikko.viilo@gmail.com](mailto:mikko.viilo@gmail.com)

**Toimitsijakalenterissa kaikki kisat ja koulutukset!**

**1-TASON TOIMITSIJAKOULUTUS 14.5.**

1-tason toimitsijakoulutus kaikille asiasta kiinnostuneille järjestetään

**maanantaina 14.5. klo 16.45-18.15 Myyrmäen yleisurheilukentällä.**

Koulutuksessa käydään läpi yleisurheilun säännöt perustasolla lasten sääntöihin pohjautuen. Suositeltava koulutus kaikille lasten yleisurheilun parissa oleville. Ennakoilmoittautumista ei vaadita. Tervetuloa mukaan!



8.5.2018

**KUUKAUDEN SALAMALAINEN**

Toukokuun salamalaisena esitellään Arttu Juvonen.

***Kuka ja minkä ikäinen olet?***

Olen Arttu Juvonen ja olen 16-vuotias ja opiskelen tällä hetkellä lukiassa.

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

Olen harrastanut yleisurheilua 5 vuotta eli aloitin vuonna 2013 ja päädyin kokeilemaan lajia ihan mielenkiinnon vuoksi ja se alkoi jo silloin alussa tuntumaan mukavalta.

***Mikä yleisurheilussa on kiinnostavinta ja miksi se kiehtoo lajina?***

Kiinnostavinta ja kiehtovinta siinä on sen monipuolisuus ja se, että siinä saa tehdä juttuja omatoimisesti.

***Onko oma lajisi jo löytynyt ja mitkä ovat tavoitteesi yleisurheilun suhteen?***

Oma lajini on korkeushyppy ja tavoitteenani on saada joka kesä aina parempi tulos, kuin edellisenä kesänä.

***Olet myös toiminut ohjaajana nuorimpien urheilukoululaisten ryhmissä.******Mikä lasten ohjaamisessa innostaa?***

Lasten ohjaamisessa innostaa se, että saa jakaa tietoa ja taitoja joita on kertynyt vuosien aikana eteenpäin nuoremmille ja saada heidät innostumaan ja **motivoitumaan yleisurheilusta.**

***Mitä muuta kuuluu kesän odotukseen?***

Kesän muuhun odotukseen kuuluu se, että olisi hyvä sää ja saisi olla kavereiden kanssa.

**KUUKAUDEN KUMPPANI – ARLA**

Kuukauden kumppanina esitellään yhteistyökumppanimme Arla.



Arla toimii Vantaan Salamien kumppanina tapahtumien yhteydessä. Vuosittain tammikuussa Myymäki-hallissa järjestettävä hallikilpailu kantaa yrityksen nimeä. Lisäksi Arla on mukana Kultainen Keihäs- ja Vantaan Maraton -tapahtumissa.

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

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

Toimisto:  
Myymäen yleisurheilukenttä  
Raappavuorentie 8-10  
01600 Vantaa  
[toimisto@vantaansalamat.fi](mailto:toimisto@vantaansalamat.fi)

Postiosoite:  
PL 14, 01601 Vantaa

Toiminnanjohtaja:  
Rita Huttu, p. 045 1130 373  
[rita.huttu@vantaansalamat.fi](mailto:rita.huttu@vantaansalamat.fi)

Valmennuspäällikkö:  
Olli-Pekka Mykkänen,  
p. 045 1466 711  
[olli.mykkanen@vantaansalamat.fi](mailto:olli.mykkanen@vantaansalamat.fi)

Puheenjohtaja:  
Sami Kilpeläinen,  
p. 040 5520 646

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

