

8.6.2015

**YLEISURHEILLA VOI YMPÄRI SUOMEN!**

Kesäkautta on käyty jo tovi ja kisakausikin käy kiivaana. Omat 40-vuotisjuhlakisat, Sinettikisat, keräsivät jälleen hienon osanoton, yli 170 urheilijaa ja yli 300 lajisuoritusta. Kaiken kruunasi sen hetkinen kauden jaettu kärkitulos miesten seiväshypyssä. Juhlavuosi jatkuu myös kisojen merkeissä koko vuoden; luvassa mm. seuran mestaruuskisat ja Vantaan Maraton. Lauantaina 26.9. puolestaan juhlimme kauden päätöstilaisuutta ja seuran 40-vuotista taivalta. Kannattaa merkitä päivä jo nyt kalenteriin.

Kesälomillakin kannattaa käydä mökkipaikkakunnilla treenailemassa paikallisella yleisurheilukentällä tai osallistua kisoihin. Kilpailuja löytyy ympäri maan. Mukavaa kesää kaikille!

*Rita Huttu, toiminnanjohtaja,*

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

**TOIMISTO LOMAILEE**

Toimiston henkilökunta lomailee seuraavasti:  
toiminnanjohtaja lomalla 4.7 - 2.8. ja  
valmennuspäällikkö lomalla 6.-19.7.

**VANTAAN SALAMAT T-PAIDAT NOUDETTAVISSA TOIMISTOLTA**

Yleisurheilukoulu- ja valmennusmaksuun kuuluvat t-paidat ovat noudettavissa toimistolta (Myyrmäen yleisurheilukentän huoltorakennuksen 2. krs). Paidat voi noutaa, kun toimintamaksu on maksettu. Kivistöön toimitetaan paitoja myös harjoituksiin. Parhaiten paikalla ollaan harjoitusten aikaan.

**SEURA-ASUJEN ENNAKKOTILAUS KESÄKUUSSA**

Seuran kilpa-asut kuuluvat Adidaksen miTeam –mallistoon. Tällä hetkellä kilpa-asuja on saatavilla toimistolta (enimmäkseen aikuisten kokoja, kysy lisää!). Lisätilaus asuista tehdään kesän aikana ja nyt on mahdollista saada juuri oikea koko ja oikea tuote osallistumalla ennakkotilaukseen. Tilatut tuotteet myy niiden saapumisen jälkeen Ykkös-Urheilu.

Tutustu mallistoon ja hintoihin: [www.vantaansalamat.fi/Fl/seura-asut](http://www.vantaansalamat.fi/Fl/seura-asut)  
**Huom! Mukana myös uusi Track Suit –asu!**

Tilaamalla ennakkoon, sitoudut ostamaan tilaamasi tuotteet Ykkös-Urheilusta. Tuotteita tilataan myös varastoon. **Lähetä tilauksesi** Ritalle sähköpostilla ([rita.huttu@vantaansalamat.fi](mailto:rita.huttu@vantaansalamat.fi)) **su 21.6. mennessä**. Ilmoita tuotteen nimi, koko ja kpl-määrä.

**Salama Tiedote 6/2015**

- Yleisurheilla voi ympäri Suomen!
- Toimisto lomailee
- Vantaan Salammat t-paidat noudettavissa toimistolta
- Seura-asujen ennakkotilaus kesäkuussa
- Aikuisten yleisurheilukoulun syyskaudelle vielä tilaa
- Päiväurheilukoulu kesälomalaisille myös elokuussa
- Osta Unelma-arpa ja tue seuran toimintaa
- 1-tason toimitsija-koulutus ma 8.6.
- Kuukauden salamalainen



8.6.2015

**AIKUISTEN YLEISURHEILUKOULUN SYYSKAUDELLE  
VIELÄ TILAA**

Uusi harrastus aikuisiällä? Aikuisten yleisurheilukoulussa harjoitellaan ja tutustutaan eri lajeihin ammattitaitoisten ohjaajien johdolla. Et tarvitse entistä lajokokemusta, into ja halu oppia uutta riittää. Harjoitellaan hyppyjä, juoksua ja heittoa rennolla asenteella.

Elo-syyskuun jakso järjestetään **7.8. – 4.9.**

**Paikka:** Myyrmäen yleisurheilukenttä

**Aika:** Perjantaisin 18.00-19.30

**Hinta:** 50 € (5 krt)

Ilmoittaudu mukaan:

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

**PÄIVÄURHEILUKOULU KESÄLOMALAISILLE MYÖS  
ELOKUUSSA**

Päiväurheilukoulu kesälomalaisille järjestetään myös 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. Vielä joitain paikkoja vapaana!

Päiväleiri järjestetään **3.-7.8.2015 ma - pe klo 10.00-14.00**

**Hinta:** 55 €/1 vko tai 11 €/pv.

Myös 17.6. asti jatkuvalla kesäkuun leirillä vielä tilaa!

Lisätietoja toimistolta. Ohjeet ilmoittautumiseen sivulla

<http://www.vantaansalamat.fi/FI/paivaurheilukoulu>

**OSTA UNELMA-ARPA JA TUE SEURAN TOIMINTAA**

Urheilun Unelma-Arpojen avulla kerätään rahaa kaikkien lajien urheiluseuroille sekä lasten ja nuorten urheilun tukemiseen.

**Arvan hinta on 6 €!** Voittoja on yhteensä yli 160 000 kpl ja niiden voittoarvo on yhteensä 2,3 miljoonaa euroa. Joka 5. arpa voittaa!

Ostamalla arpoja tuet Vantaan Salammat ry:n toimintaa, joka saa jokaisesta myydyistä arvasta puolet arvan hinnasta. Helppo ja vaivaton tapa tukea omaa seuraasi!

***OSTA ARPASI TOIMISTOLTA!***

Lisää Unelma-arvasta: [www.unelma-arpa.fi](http://www.unelma-arpa.fi)

**KESÄKUUN VINKKI:**

Silja Line Seurakisoja ja muita kilpailuja pidetään ympäri Suomen. Kisat löytyvät

[www.kilpailukalenteri.fi](http://www.kilpailukalenteri.fi) – sivulta.

Seuran oma, seuraava Silja Line Seurakisa 22.6.



Vapaaehtoisia - P. 010 271 00 00



8.6.2015

**1-TASON TOIMITSIJAKOULUTUS MA 8.6.**

Kaikille kiinnostuneille avoin 1-tason toimitsijakoulutus järjestetään **maanantaina 8.6. klo 18.00 - 19.30** Myyrmäen yleisurheilukentällä. Ennakoilmoittautumista ei tarvita.

Koulutuksessa käydään yleisurheilun säännöt läpi perustasolla, painottaen lasten sääntöjä. Koulutus on tarkoitettu vasta-alkajille, mutta myös lajia tunteville joilla ei ole muodollista toimitsijakoulutusta. Suosittelemme koulutusta kaikille urheilijoiden vanhemmille, vanhemmille urheilijoille sekä kaikille toimitsijatehtävistä kiinnostuneille. Koulutus kestää n. 1,5 h.

Toivomme mahdollisimman monen osallistuvan koulutukseen, se antaa hyvää perustietoa eri yleisurheilulajeista!

**KUUKAUDEN SALAMALAINEN**

Kesäkuun salamalaisena esitellään minivalmennusryhmässä harrastavat sisarukset Jenna ja Heidi Vakkilainen.

***Kuka/keitä olette ja minkä ikäinen olet?***  
Jenna 10 vuotta ja Heidi 8 vuotta.

***Kauanko olet harrastanut yleisurheilua? Harrastatko jotain muuta?***

Aloitimme Salamien urheilukoulussa 4 vuotta sitten.

- Harrastan lisäksi piirtämistä (Heidi)
- Harrastan lisäksi lukemista (Jenna)

***Mikä on yleisurheilussa ja harjoituksissa hauskinta ja onko sinulla jotain lempilajia?***

- Hauskinta on kaverit ja leikit ja eniten tykkään pitkän matkan juoksuista ja kuulantönnöstä (Heidi)
- Hauskinta on harjoittelu kavereiden kanssa ja lempilajejani ovat pikajuoksut ja pituushyppy (Jenna)



***Käytte myös paljon kisoissa, mikä niissä on hauskinta?***

Parasta kisoissa on omien ennätysten parantaminen.

***Mitä muuta kuuluu kesään kuin yleisurheilua?***

Lomaa ja jäätelöä.

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

