

1.7.2016

SM-VIESTIT JA EM-KISAT VÄRITTÄVÄT HEINÄKUUTA!

Heinäkuu alkaa jännittävässä tunnelmissa, kun SM-viestit juostaan Helsingissä Eläintarhan kentällä. Mukana myös Vantaan Salamats -joukkueita; kannattaa lähteä kannustamaan! Heti perään saadaankin jännittää EM-kisoja ja suomalaismenestystä kisoissa. Heinäkuussa järjestetään myös lasten- ja nuorten kisoja ympäri Suomea, kannattaa ottaa siis lomareissulle kisavarusteet mukaan. Myös oma Silja Line seurakisa heinäkuun alussa. Kaikki kesän kilpailut löydät www.kilpailukalenteri.fi -sivuilta.

Heinäkuussa pidetään harjoitustaukoa kaikkein pienimmillä, elokuussa jälleen jatketaan heti 1.8. kaikilla ryhmillä.

Leppoisaa ja rentouttavaa heinäkuuta kaikille!

Rita Huttu, toiminnanjohtaja,

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

TOIMISTON LOMAT HEINÄKUUSSA

Toiminnanjohtaja ja valmennuspäällikkö lomalla 4.-31.7. välisen ajan.

Kiireellisissä asioissa ja voit olla yhteydessä Aapo Rantilään, aapo.rantila@vantaansalamat.fi, p. 045 6341 090.

URHEILUKOULUJEN HARJOITUSTAUKO 4.-31.7.

Harjoitustauko urheilukouluissa 4-9 -vuotiailla 4.-31.7.

Yli 10-vuotiaat sekä valmennusryhmät harjoittelevat myös heinäkuussa.

Harjoitukset palaavat tauolta jälleen maanantaina 1.8.

HUOM! Kts. korvaava harjoituskerta 20.6. perutun vuoron tilalle alta!

MAANANTAINA 20.6. PERUTUN HARJOITUSKERRAN KORVAAVAT HARJOITUKSET 4-5- JA 6-7-VUOTIAIDEN RYHMILLE JÄRJESTETÄÄN MAANANTAINA 4.7.

20.6. kisojen vuoksi peruttu harjoituskerta 4-7-vuotiaiden Myyrmäen maanantain ryhmille järjestetään maanantaina 4.7. normaaleihin harjoitusaikoihin klo 17.00 sekä klo 18.15.

Kesätauko alkaa siis näillä ryhmillä maanantain 4.7. jälkeen.

VANTAAN SALAMAT T-PAIDAT NOUDETTAVISSA TOIMISTOLTA

Muistattehan noutaa Vantaan Salamats t-paidan toimistolta (Myyrmäen yleisurheilukenttä, huoltorakennus, 2.krs). Paita kuuluu jokaiselle toimintamaksun suorittavalle urheilukoululaiselle tai valmennusryhmäläiselle.

Salama Tiedote 7/2016

- SM-viestit ja EM-kisat värittävä heinäkuuta!
- Toimiston lomat heinäkuussa
- Urheilukoulujen harjoitustauko 4.-31.7.
- Maanantaina 20.6. perutun harjoituskerran korvaavat harjoitukset 4-5- ja 6-7 -vuotiaiden ryhmille järjestetään maanantaina 4.7.
- Vantaan Salamats t-paidat noudettavissa toimistolta
- Aktia jatkaa Vantaan Salamien yhteistyökumppanina
- Silja Line seurakisat keskiviikkona 6.7. Myyrmäessä
- Päiväurheilukoulussa elokuussa vielä tilaa
- Kuukauden salamalainen



VEIKKAUS
TUE seuraasi...

vzlo



1.7.2016

AKTIA JATKAA VANTAAN SALAMIEN YHTEISTYÖKUMPPANINA

Yhteistyö Aktia Myyrmäen ja Aktiasäätiö Vantaan kanssa jatkuu myös tulevan vuoden. Aktiasäätiö Vantaa tukee taloudellisesti seuran toimintaa ja seuran rahaliikenne hoidetaan Aktian kautta.

Yhteistyösopimuksen puitteissa Aktia Myyrmäki tarjoaa Vantaan Salamien jäsenille ja heidän perheilleen lainan ilman toimitusmaksua ja kilpailukykyisin ehdoin. Tutustumisalennuksena päivittäisasiointi (kortti, verkkopankki ja tili) maksutta 12kk (normaali 4e/kk). Pankin vaihto hoituu vaivattomasti valtakirjalla asiakkaan puolesta. Tarjoukset ovat voimassa 1.10.2016 asti.

Jäsenedut saat mainitsemalla tapaamisessa olevasi Vantaan Salamien jäsen.

SILJA LINE SEURAKISAT KESKIVIKKONA 6.7. MYYRMÄESSÄ

Keskiviikkona 6.7. järjestetään kesän toiset Silja Line seurakisat klo 18.00-19.30. Kisat kuuluvat kaikkien yli 8-vuotiaiden urheilukoululaisten harjoitusohjelmaan. Valmennusryhmät osallistuvat oman valmentajan ohjeistuksen mukaan. Ilmoittautuminen oman ryhmän vetäjälle kisapaikalla tai mielellään ennakkoon: www.kilpailukalenteri.fi/?cs=16&nid=17944

7.6. lajit:

P15: 100m, kuula	T15: 100m, kuula
P13: 60m, keihäs	T13: 60m, keihäs
P11: 60m, korkeus	T11: 60m, korkeus
P9: 40m, pituus	T9: 40m, pituus

Silja Line seurakisassa ikäluokat 9-15 kilpailevat matalan kynnyksen kisoissa. Jokaisessa kisassa (3 kesässä) on 2 lajia kullekin ikäluokalle. Jokaisesta lajiosallistumisesta saa tarran kisapassiin. Kaikki vähintään kahteen kisaan osallistuneet saavat mitalin. Seurakisa on avoin myös muille, kuin oman seuran jäsenille. Kisaan voi osallistua ilman yleisurheilulisenssiä.

Huom! Silja Line seurakisat eivät ole tilastokelpoisia. Kisoissa noudatetaan alle 13-vuotiaiden sääntöjä. Kisojen toimitsijoina toimivat lasten huoltajat. Teehän alkuverryttelyn itsenäisesti ennen kisa.

PÄIVÄURHEILUKOULUSSA ELOKUUSSA VIELÄ TILAA

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.

Päiväleiri järjestetään **8.-12.8.2016 ma - pe klo 10.00-14.00.**

Hinta: 55 €. Päivähinta 11 €.

Osallistuminen mahdollista siis myös vain osan aikaa!

Ohjeet ilmoittautumiseen sivulla: www.vantaansalamat.fi/FI/paivaurheilukoulu
Lisätietoja toimistolta.

HEINÄKUUN VINKKI:

SM-viestit Eläintarhan kentällä
2.-3.7.2016. Mukana myös
Vantaan Salammat –joukkueita:
<http://smviestit2016.fi/>

Yleisurheilun EM-kilpailut
Amsterdammassa 6.-10.7.2016.
www.amsterdam2016.org/

Aktia**YKKÖS-URHEILU**

Vapaalantie 2 - P. 010 271 00 00

Vantaan Energia**SOLVALLA**
#folkhälsan**FYSIO SAKURA**

1.7.2016

KUUKAUDEN SALAMALAINEN

Heinäkuun salamalaisena esitellään nuorisovalmennusryhmässä urheileva Ville Yli-Kivistö.

Kuka ja minkä ikäinen olet?

Ville Yli-Kivistö, 16-vuotias.

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

Vantaan Salamiin päädyin loka-marraskuussa 2015 ystäväni avulla, kun pohdiskelimme lajin muutosta jalkapallosta.

Onko sinulla jotain muita harrastuksia?

Minulla ei ole enää muita harrastuksia kuin yleisurheilu.

Mikä yleisurheilussa on kiinnostavinta ja miksi se kiehtoo lajina?

Yleisurheilu on kiehtova laji, sillä se on monipuolista ja on mahdollisuuksia kokeilla erilaisia lajeja.

Onko oma lajisi jo löytynyt ja mitkä ovat tavoitteesi yleisurheilun suhteen kuluvana kautena ja myös myöhemmin? Ainakin olet osallistumassa SM-viesteihin ja mahdollisesti myös henkilökohtaisiin SM-kisoihin, millä mietteillä sinne?

Oma lajini on juoksu, mutta matka on vielä hieman haussa. Kuluvan kauden aikana pyrin löytämään itselleni oikean matkan mitä juosta, päästä kisamaan ja jatkaa treenaamista hyvin mielin. SM-viestit ovat seuraavaksi kiikarissa ja siellä toivon että pärjäisimme, myöhemmin myös henkilökohtaiset SM-kisat ovat suunnitelmassa ja sinne toivon pääseväni terveenä.

Mitä muuta kuuluu tähän kesään?

Kesä 2016 koostuu omalla kohdallani kolmesta u:sta urheilusta, ulkoilusta ja uimisesta.

**KULTAINEN
KEIHÄS****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:
Aapo Rantila
p. 045 634 1090
aapo.rantila@vantaansalamat.fi

Puheenjohtaja:
Sami Kilpeläinen,
p. 040 5520 646

www.vantaansalamat.fi

