



JÄRVILÄINEN

Jäsenkirje 3/2020-2021



Ilo. Laatu.

Terveys. Yhteisöllisyys.



Järvenpään voimistelijat ry
www.voimistelijat.com

Puheenjohtajan tervehdys

Kausi olisi normaalisti päättynyt jo äitienpäivään, mutta nyt on jatkettu toimintaa koronarajoitusten aiheuttamien keskeytysten korvaamiseksi. Taisi tulla jo muutama tunti ylimääräistäkin.

Onneksi saimme liikuttaa suurta joukkoa voimistelun harrastajia tällä rikkonaisella kaudella. Iso Kiitos kuuluu kaikille osallistujille, jotka olitte mukana toiminnassamme.

Kesätoimintaan on suunniteltu leirejä ja erilaista tarjontaa sekä aikuisliikkuville että lapsille. Aikuisten liikuntakorttien voimassaoloaika jatketaan seuraavan kauden alkuun, jotta mahdollisimman moni ennättää käyttää hankkimansa liikuntakortin myös tällä rajoitusten täyttämällä kaudella. Lasten leiri ja kesätoiminnasta löydätte tarkemmat tiedot lasten osioista.

Uuttakin on tulossa kaudelle 2021-2022 monille voimistelun ystäville. Lapsille uutuustunteina Parkour ja Tiktak tanssia. Aikuisille telinevoimisteluryhmä ja ryhmäliikunnassakin uutuutena Lattari-country-iskelmä tunti, uusi tunti aikuisille myös torstai-iltaisina eli voi jatkaa kuntopiiritunnin jälkeen tai tulla mukaan aikuisten peli-iltaan. Lisäksi todella hyvää palautetta saanut joukkuevoimisteluryhmä aikuisille. Tarjoamme myös mahdollisuutta harrastaa tätä upeaa lajia ilman kilpailu- ja esiintymistapahtumia. Tämä tunti sopii ihankaikille ilman aiempaa voimistelutaustaa.

Toivotan teidät kaikki tervetulleeksi uudelle kaudelle ja odotan jo kovasti ehjää kautta ilman rajoituksia.

Raila Korjus

Seuran puheenjohtaja



**Toimisto lomalla
1-31.7.2021**



**Uusi kausi alkaa
viikolla 35.**



**Voimisteluviikko
30.8.-5.9.2021**

Kausi 2021-2022



Uusi kausi starttaa viikolla 35, ja ilmoittautuminen kaudelle 2021-2022 on alkanut maanantaina 10.5.2021.

Myös ensi kausi näyttää monipuoliselta, ja niin lasten kuin aikuistenkin lukujärjestykset ovat nähtävillä kotisivuillamme.

Etenkin lasten puolella parhaat paikat viedään käsistä, joten viimeistään nyt kannattaa varmistaa oman lapsen paikka halutulle tunnille.

Lasten lukujärjestykseen pääset tästä.



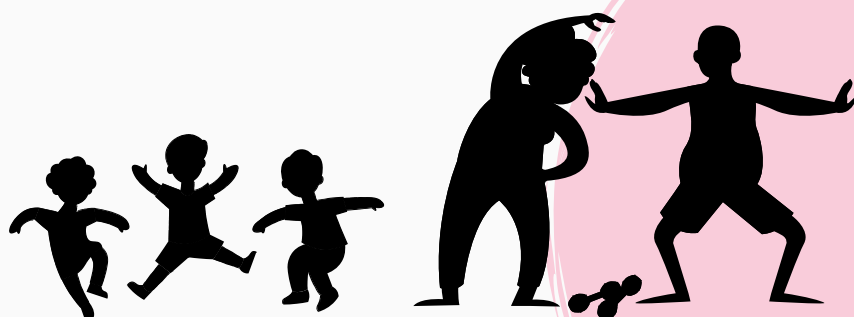
Kaikilla aikuisten kesäjumppilla on mahdollista maksaa jumppakorttien lisäksi myös käteisellä, pivolla tai liikuntaseteleillä. Yksittäisen jumpan hinta on 7€, ja toivomme maksuna tasarahaa.

Tulethan mukaan nauttimaan kesän ryhmäliikunnan ilosta saleille ja nurmikentille.



Kauden 2021-2022 aikuisten liikunnan jumppakortin pääset ostamaan joko ilmoittautumalla Hoika-järjestelmässä mukaan valitsemaasi jumppakorttiryhmään ja me postitamme kortin kotiosoitteeseesi tai asioimalla toimistolla os. Verstaspihankatu 10.

Toimistomme lomailee heinäkuun ajan, ja jumppakorttien postittaminen ja myyminen toimistoltamme jatkuu heti lomien jälkeen 2.8. alkaen.



Aikuisten liikunta

Tutut rutiinit aikuisille myös kesäliikuntaan.

Aikuiset eivät pääse vieläkaan liikkumaan sisätiloissa, ja kesäliikuntaa onkin suunniteltu pitkälti tämän hetkisten rajoitusten mukaan.

Osa kesätunneista pidetään toiveiden mukaisesti edelleen etänä, ja hyvän sään salliessa voit siis jumppailla vaikka omalla pihalla.

Osa tunneista toteutetaan lähitunteina pääasiassa oman Unelma-hallin piha-alueella turvavälit huomioiden.

Kesälukujärjestyksen löydät [täältä](#).

Kesäjumppat jäsenille 5€/kerta, ja muille 7€/kerta.

Pyrimme siirtämään aikuisten ryhmäliikunnan sisätiloihin heti, kun se on rajoitusten mukaan mahdollista.

Olemme saaneet arvokasta palautetta etätunneista, ja ohjaajille satelee kiitosta.

Toki etätunnit ovat asettaneet omat haasteensa, mutta pääsääntöisesti kaikki on sujunut erittäin hienosti ja ilman suuria ongelmia.

Aikuisten liikunnan kausi 2021-2022

Ensi kauden lukujärjestys on julkaistu ja lukujärjestyksestä löytyy monta hyvää ja monipuolista tuntia.

Olemme pyrkineet mahdollisuuksien mukaan ottamaan huomioon aikuisliikkujien toiveita, mutta valitettavasti kaikkia toiveita emme pysty toteuttamaan.

Toivottavasti löydätte tuntitarjonnasta kuitenkin itsellenne sopivia tunteja.

Uutuuksina ensi kaudelle mm. aikuisten telivoimistelu, peli-ilta ja tanssillinen lattari+country+iskelmä -tunti.

Mukaan tunneille voit liittyä milloin vain, ja koulutettujen ohjaajien opastuksella voit liikkua turvallisesti.

Voimisteluvuikko 30.8.-5.9.2021

Voimisteluvuikon ajan aikuiset liikkuvat ilmaiseksi lukujärjestyksen mukaisilla tunneilla.

Merkkaa kalenteriin jo nyt.

Otathan yhteyttä toimisto@voimistelijat.com kaikissa tunteihin liittyvissä asioissa.



Kausi
2021-2022

Maanantai

18.00-19.00 kuntomix, etätunti
19.00-20.00 kuntolattari, etätunti

Tiistai

10.00-11.00 Dancefit, Unelma-halli kanveesi
19.00-20.00 RVP/kiertoharj., Anttilan koulu

Keskiviikko

18.30-19.30 Pilates ja kh, Vihtakatu
19.30-20.30 Tanssi vieköön, Vihtakatu

Torstai

10.00-11.00 Aamuvirkut, Unelma-halli kanveesi
19.30-20.30 Kuntopiiri, Jyk sali 2
20.30-21.30 Peli-ilta, Jyk sali 2

Lauantai

10.00-11.00 Kuntomix, Jyk

Sunnuntai

17.00-18.00 Lattari+country+iskelmä, Mankala
18.00-19.00 Fascia Method, Mankala



Lapset ja nuoret

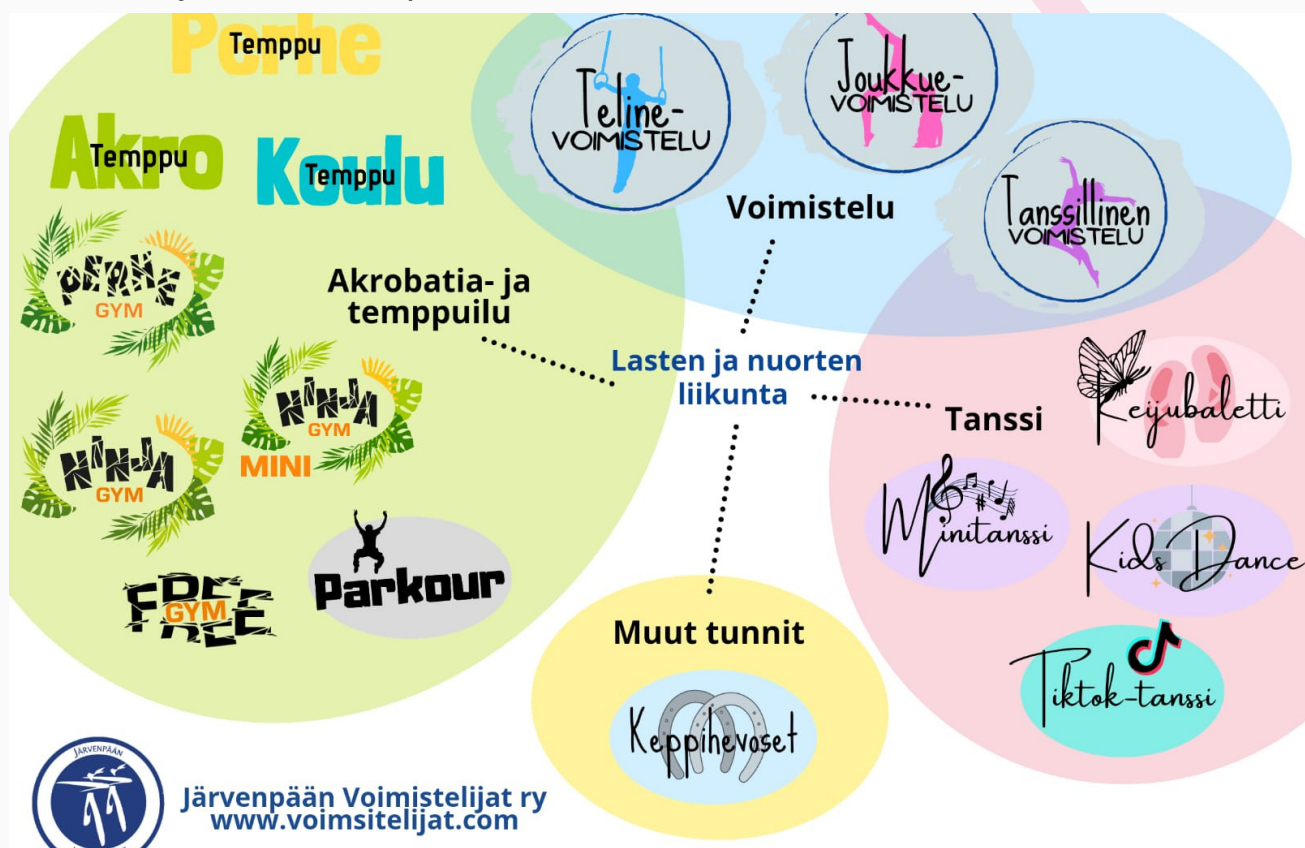
Poikkeuksellinen ja ikimuistoinen kausi paketissa!

Lasten liikuntaryhmien kausi 2020-2021 on saatu päätökseen ja iloiset liikkujat ovat oppineet paljon uutta. Tämä kausi on ollut seuratoimijoille, ohjaajille, harrastajille ja heidän perheilleen uuden oppimisen paikka. Ollaan joustettu moneen suuntaan ja kehitetty toimintaa, kunkin rajoitustilanteen mukaiseksi. Aivan huikeaa oppimisen iloa, ryhmähenkeä ja laadukasta harrastamista on nähty pitkin syksyä ja kevättä sisällä, ulkona ja etäyhteyksin. Valtava kiitos kaikille toimintaan osallistuneille kuluneesta kaudesta!

Vielä upeampi kausi 2021-2022!

Tulevan kauden suunnittelua on työstetty jälleen jo edellisen kaudella ja erityisesti kevään 2021 aikana. Huikea määrä monipuolisia tunteja saatiin mahtumaan ohjaajatiimillemme. Tomi palaa takaisin armeijan harmaista vetämään akrobatiaa ja temppuilua, Eetu aloittaa uusien parkour -ryhmien kanssa, Nellin supersuosion saaneet tanssit sekä Jennan minivoimistelut löytyvät tuttuun tapaan viikko-ohjelmassa ja konkariohjaaja Riikkiksellekin saatiin suloiset keijut ja tanssillista voimistelua.

Tutustu tunteihin ja varaa oma paikkasi!



Lapset ja nuoret

Kesä 2021

Kesävoimisteluun pääsee vihdoin ilmoittautumaan! Luvassa on monipuolista kesävoimistelua aina kolmevuotiaista alkaen ja uutuutena myös parkouria kouluikäisille.



Kesätoiminta 2021 Lapset ja nuoret

Järvenpään Voimistelijat ry



**Kesätoimintaa kesäkuussa ennen juhannusta.
Tuu mukaan monipuoliseen harrastukseen!**

Nauravat naperot

Keskiviikko
9.6. , 16.6. ja 23.6.

Piironen

Kesänaperot 3-4 v.
17.00-17.45

Kesänaperot 45min x3 = 20€

Vekkulit vekarat

Keskiviikko
9.6. , 16.6. ja 23.6.

Piironen

Kesävekarat 5-6 v.
17.45-18.30

Kesävekarat 45min x3 = 20€

Palkitseva parkour

Tiistai
8.6. , 15.6. ja 22.6.

Piironen

Parkour 7-9 v.
17.00-18.00

Parkour 10-13 v.
18.00-19.00

Torstai
10.6. ja 17.6.

Kinnarin
piha

Parkour 7-9 v.
17.00-18.00

Parkour 10-13 v.
18.00-19.00



Parkour 1h x5 = 40€

Valloittava voimistelu

Tiistai
8.6. , 15.6. ja 22.6.

Kinnari

Voimistelukoulu 6-8 v.
17.00-18.00

Voimistelukoulu 9-12 v.
18.00-19.00

Torstai
10.6. ja 17.6.

Piironen

Voimistelukoulu 6-8 v.
17.00-18.00

Voimistelukoulu 9-12 v.
18.00-19.00



Voimistelu 1h x5 = 40€

www.voimistelijat.com



YouTube

**KLIKKAA
KANAVALLE!**

JÄRVENPÄÄN VOIMISTELIJAT YOUTUBESSA!
LASTEN LIIKUNTAAN ILOISIA
KOTIHARJOITUSVINKKEJÄ, LYHYITÄ HARJOITTEITA
JA APUJA ERILAISTEN LIIKEIDEN OPETTELUUN

Tanssillinen voimistelu



Tanssillisen voimistelun valmennusryhmäläisten kausi on sujunut mallikkaasti ja kisakausikin saatu ihana cupin myötä päätökseen. Joukkueet ovat valtavan tyytyväisiä omiin suorituksiinsa ja kilpailuohjelmat kehittyivät hienosti pitkin kautta. Joukkueisiin haetaan nyt lisää voimistelijaita, joten jos kiva harrastus kiinnostaa, tule kokeilemaan!

Yhteydenotot Jennalle
p. 045 7875 4703
lapset@voimistelijat.com



SEURAA MEITÄ!

[@idessat_tanvo](https://www.instagram.com/idessat_tanvo)

[@irennet_tanvo](https://www.instagram.com/irennet_tanvo)

[@tanvo_jarvenpaanvoimistelijat](https://www.instagram.com/tanvo_jarvenpaanvoimistelijat)

Joukkuevoimistelu

Kevään kisakausi lähestyy loppuaan ja pian päästäänkin jo kesäharjoitteluun. Joukkueiden kisakausi on sujunut upeasti ja mitaleja on satanut melkeinpä jokaisesta kisasta. Joukkueet ovat kilpailleet etäkisoissa niin joukkue- kuin HJM-taitokisoissakin. Videot on kuvattu kisaviikolla suoraan Vikis-sovellukseen, josta kisa striimataan tuomareille sekä yleisölle kisapäivänä. Joukkueilla on vain yksi mahdollinen suoritusyritys. Onnittelut kaikille upeasta kisakaudesta!

Toukokuun lopussa on tulossa paljon uusia kokeilijoita mukaan valmennusryhmiin seuramme lasten harrasteryhmistä. Olemme perustamassa kaksi joukkuetta uuteen 2015-2016 syntyneiden ikäluokkaan sekä yhden uuden joukkueen 2013-2014 syntyneiden ikäluokkaan. Lisäksi on tulossa muutamia täydennyksiä joukkueisiin lasten puolelta.

2011-2012 syntyneillä voimistelijoilla on mahdollisuus hakea mukaan Freyat edustusjoukkueisiin. Haku tapahtuu viikolla 21.



SEURAA MEITÄ!

Alle 12 v.

[@vivina_agg](#)

[@vivien_agg](#)

[@biancat_agg](#)

[@delinat_agg](#)

[@diannat_agg](#)

Yli 12 v.

[@nefea_agg](#)

[@inea_agg](#)

[@agg.evelie](#)

[@valerina_agg](#)

[@team.mamas](#)

Gymnaestrada 2022, Tampere



kuva:Niko Sieppi

Lähde mukaan kokemaan Suomen Voimisteluliitto 125 vuotta
- Voimistelun juhlavuoden jatkot ja huipennus, yhteinen
voimistelukauden päätös, koko voimisteluperheen bileet
Suomi Gymnaestrada 9-12.6.2022.



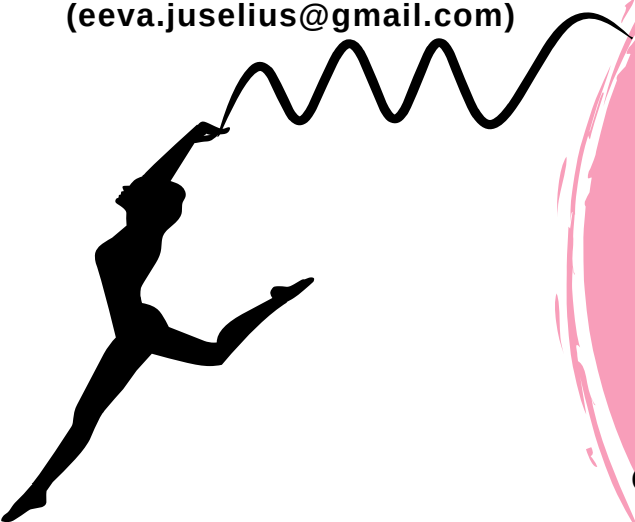
Kaikista kenttäohjelmista löydät nyt esittelyvideot

Gymnaestrada sivustolta.

Gymnaestradan virallisille sivuille päivitetään
ajankohtaista tietoa koko ajan.

Ota sivu seurantaan.

Seuran Gymnaestradaavastaava eli
Gymppi on Eeva Juselius
(eeva.juselius@gmail.com)



Ilo.Ihmiset.Hyvä fiilis

ASKELMERKIT KOHTI KESÄÄ 2022

29.08.2021

11.09.2021

18.10.2021

18.11.2021

01.02.2022

01.02.2022

Huhti 2022

11.04.2022

09.-12.06.2022

Kenttäohjelmien opetuskurssi ohjaajille

Kenttäohjelmien opetuskurssi ohjaajille

Alustavat ilmoittautumiset tapahtumaan

Hakemukset esiintymään iltanäytökseen

Sitovat ilmoittautumiset

(edullisemmat hinnat)

Esiintymisasujen tilausaika päättyy

Kenttäohjelmien yhteisharjoitukset

(ns. vaativammat ohjelmat)

Ilmoittautuminen päättyy (late birds)

Gymnaestrada Tampereella

HJM-yhteistyö

Muutoksen tuulia HJM seurayhteistyössä

Hyvinkään Voimistelu ja Liikunta ry, Järvenpään Voimistelijat ry ja Mäntsälän Voimistelijat perustivat kolmen seuran yhteistyömuodon joukkuevoimistelun vuonna 2012.

Yhteistyön tavoitteena oli luoda toimintamalli joukkuevoimistelun kehittämiseksi alueella. Yhteistyön myötä syntyi alueellinen voimistelijanpolku, malli, joka kuvaa seurojen tarjoamat mahdollisuudet harrastaa voimistelua suunnitelmallisesti eri tasoilla, harrastesarjasta SM-sarjaan.

Voimistelupolku kuvaa myös vaihtoehtoja voimisteluharrastuksen säilymiseen aikuisikään saakka ja aikuisten voimistelijoiden mahdollisuudet säilyttää harrastus. HJM seurayhteistyö on myös kehittänyt ja yhdenmukaistanut lasten ja nuorten voimistelijoiden valmennusta, kouluttanut valmentajia ja vienyt joukkuevoimistelua lajina eteenpäin.

Seurayhteistyökuvioissa tapahtuu muutoksia, sillä Mäntsälän Voimistelijoiden hallitus on päättänyt irtisanoa HJM-yhteistyösopimuksen. Yhteistyö loppuu kesäkuun 2021 lopussa nykyisen sopimuksen osalta. Mäntsälän Voimistelijoiden puheenjohtaja Elina Rauhamäen mukaan päätökseen HJM-yhteistyön lopettamisesta vaikutti moni asia.

- Seuran joukkuevoimistelijoiden määrä on laskenut merkittävästi viime vuosien aikana, ja korona on aiheuttanut vielä lisää haasteita joukkueiden toimintaan. Lisäksi joukkuevoimistelu lajina on muuttunut paljon, ja erikoistuminen tulee tehdä entistä aiemmin. Eri urheilulajien kilpailu paikallisesti on lisääntynyt ja samalla lasten kokonaismäärä vähenee. Meidän tulee arvioida tarkasti mitä lajeja kilpailumuodossa on realistista tarjota ja millä tasolla, jatkaa Elina.



HJM-yhteistyö

Järvenpään Voimistelijat ry. jatkaa menestyksestä yhteistyötä Hyvinkään Voimistelu ja Liikunta ry:n kanssa ja HJM seurayhteistyössä luotu voimistelijanpolku toteutuu edelleenkin niin harrastesarjoista aina SM-huippuvoimisteluun saakka. Kilpasarjan joukkueiden nimet on uudistettu yhdessä voimistelijoiden kanssa. SM-sarjan joukkueet ovat Freyat joukkueita ja kilpasarjan joukkueet ovat Fenyat joukkueita. Näin muodostuu F-perhe. Kerromme lisää kuulumisia seurayhteistyöstä syksyn ensimmäisessä jäsentiedotteessa.



Haku upeisiin seurayhteistyön joukkueisiin on nyt avoinna!

Täytä hakulomake 20.5.- 30.5.2021 välillä osoitteessa www.freyat.fi .

Olemme yhteydessä hakijoihin hakuajan päätyttyä.

HJM joukkueisiin voi hakea mukaan aina toukokuussa sekä loppuvuodesta.

Toukokuussa on pääsääntöisesti ikäluokkahaku, ja loppuvuodesta joukkueiden täydennyshaku.

Kesäleiri elokuussa!

Elokuun alussa järjestämme alueellisen kesäleirin, jos korona tilanne sen sallii. Leiri on tarkoitettu kaikille alueen voimisteliijoille. Infoamme leiristä lisää lähiaikoina.

Uusi seurasihteeri esittäytyy



Moi!

Olen Sari Klemola, ja aloitin seurasihteerinä 1.4.

Työpäiväni koostuvat seuran hallinnollisista tehtävistä, asiakaspalvelusta sekä aikuisten liikunnan organisoinnista.

Olen työskennellyt erilaisissa asiakaspalvelutehtävissä, ja omaan usean vuoden kokemuksen seuratyöstä vapaaehtoispuolelta.

Tähän seurasihteerin tehtävään siirryin suoraan yhdistystoiminnan puolelta.

Urheiluseuratoiminnassa olen nauttinut toiminnasta välittyvästä ilosta ja aidosta vuorovaikutuksesta sekä sisäisestä palosta ja rakkaudesta lajiin hyvän asian puolesta.

Normaaliarjessa vapaa-aikani kuluu jalkapallo- sekä salibandykenttien laidoilla, unohtamatta kirjoja, käsitöitä, pyöräilyä ja matkustelua.

Uskon, että työ opettaa tekijäänsä ja jokainen työ on rikkaus. Innolla odotan, mitä kaikkea tulevaisuus tuokaan tullessaan.

Nähdään Unelmahallin yläkerrassa, seuran toimistolla.



Kesän leireillä vielä tilaa



SPORTTILEIRIT

Kids ja Mini
ma 7.-pe 11.6. 2021

KEPPARILEIRIT

Villivarsat ja Hevoshullut
ma 14.-pe 18.6.2021

Aika: klo 9-13.00

Paikka: Juholan ja Lepolan ympäristö

Hinta: 80€/lapsi/leiri

Yhteistyössä:

Seuravaatetoimittaja vaihtuu.

Olemme solmineet yhteistyösopimuksen paikallisen yrityksen, JettaSetin kanssa. JettaSetin kautta saamme Yvetten seuravaatemalliston ensi kaudesta alkaen.

Työnalla on seuravaatekauppaa, mistä näkyy koko seuravaatevalikoimamme, ja voitte tehdä tilaukset suoraan sitä kautta.

Samalla uudistamme starapukujen malliston, ja seuramme saa jatkossa uniikit, meille suunnitellut puvut.

Lisätietoja tulossa!



JOHACON LKV

JOHACON LKV tukee Järvenpään Voimisteliijoita jokaisesta uudesta myyntitoimeksiannosta 100 €:lla

Ensimmäinen 100 € kilahti seuran kanssaan – kiitos yhteistyökumppanillemme Johacon LKV Yhteistyökumppanimme JOHACON LKV tukee Järvenpään Voimisteliijoita jokaisesta uudesta toimeksiannosta 100 €:lla. Ensimmäinen Järvenpään Voimistelijoiden kautta tullut asunnonmyyntitoimeksianto tehtiin ennen pääsiäistä ja se johti onnistuneisiin asuntokauppoihin.

Asunnon myyjä on tyytyväinen saamaansa palveluun "Sain todellakin rahoilleni vastinetta, hyvää ja arvostavaa henkilökohtaista palvelua. Huomasin, että välittäjä todellakin myi asuntoani eikä vain laittanut sitä nettiin. Lopputulos on minun kannalta mitä parhain ja kun vielä ajattelen, että Järvenpään Voimistelijat hyötyi tästä 100€, niin vielä parempi!"

Kiinteistönvälitys Johacon Oy LKV toimii asuntojen, toimitilojen ja loma-asuntojen välittäjänä. Perheyrityksellä on asiakkaita laajalla alueella Kanta-Hämeestä pääkaupunkiseudulle. Tervetuloa asiakkaaksi, jos olet myymässä, ostamassa tai vuokraamassa.



Yhteistyön tavoitteena on tukea nuorta urheilijaa kohti huippua. Kivutta treenaamalla saavutetaan parempia tuloksia lajin parissa!

Muistathan mainita ajanvarauksen yhteydessä: HJM-voimistelija / Järvenpään voimistelija.





SUOMEN
VOIMISTELULIITTO



Järvenpään Voimistelijat ry

KEVÄTKOKOUS

Tiistaina 1.6.2021 klo 18.00 alkaen hybridi-
kokouksena etäyhteydellä sekä seuran
toimistolla os. Verstaspihankatu 10, Järvenpää.

Käsiteltävät asiat:

- Sääntömääräiset asiat

Ilmoittauduthan kokoukseen pe 28.5. klo 15 mennessä
sähköpostilla toimisto@voimistelijat.com, ja kerrot osallistutko
etäyhteydellä vai tuletko toimistolle.

Jäsenet, TERVETULOA!



Yhteystiedot



Järvenpään Voimistelijat ry

Unelma-halli/toimisto
Verstaspihankatu 10,
04400 Järvenpää
www.voimistelijat.com



Toimisto: laskutus, ilmoittautumiset, aikuiset

Sari Klemola
+ 358 45 276 4798
toimisto@voimistelijat.com



Vastuuvalmentaja: lapset, nuoret, tanvo

Jenna Marjakangas
+ 358 45 78754703
lapset@voimistelijat.com



Toimisto palvelee:

Ma klo 17.00-19.00
To klo 13.00-15.00



Vastuuvalmentaja: Joukkuevoimistelu

Julianna Korjus
+358 40 0254 930
julianna.korjus@voimistelijat.com



Joukkuevoimistelun valmennuskoordinaattori

Johanna Väliaho
+ 358 45 7832 4798
valmennus@voimistelijat.com

SEURAA MEITÄ!



Järvenpään Voimistelijat
[@jarvenpaanvoimistelijat](https://www.instagram.com/jarvenpaanvoimistelijat)



[Järvenpään
Voimistelijat ry \(JÄV\)](https://www.facebook.com/jarvenpaanvoimistelijat)



[Järvenpään Voimistelijat
@jarvenpaan](https://twitter.com/jarvenpaan)



[Järvenpään
Voimistelijat \(JÄV\) ry](https://www.youtube.com/jarvenpaanvoimistelijat)



Hyvässä seurassa on ilo liikkua!