



JÄRVILÄINEN

Jäsenkirje 1/2020-2021



*Ilo. Laatu.
Terveys. Yhteisöllisyys.*



Järvenpään voimistelijat ry
www.voimistelijat.com

Tervetuloa kaudelle 2020-2021!

Voimisteluviikolle otimme varaslähdön ja valtakunnallisesta viikosta poiketen meillä vietetään jo ensi viikolla voimisteluviikkoa. Ilmoittautuminen ryhmiin on ollut vilkasta ja osa lasten ryhmistä onkin jo täynnä ja uusia ryhmiä on jo suuren kysynnän vuoksi perustettu. Tuntitarjonnasta löytyy ihan uusiakin tunteja, joten kannattaa tutustua viikko-ohjelmiimme nettisivuiltamme. Joukkuevoimistelijat aloittivat kauden jo heinäkuun puolella ja siellä on harjoittelu jo täydessä käynnissä. Salitilanne Järvenpäässä edelleen aiheuttaa meille huolia. Saimme paljon vähemmän salivuoroja, kun aiempina vuosina. Asukasmäärä Järvenpäässä lisääntyy mutta liikuntatilat jatkuvasti vähentyneet purettavien koulujen myötä. Onneksi oma halli on paikannut tätä salipulaa.

Viime kevät oli meille kaikille tosi raskasta aikaa rajoituksineen ja koronahuolineen. Kesä onneksi näytti jo valoisammalta ja kävijöitä kesäjumbissa on riittänyt. Loppukesästä on tullut kyselyjä koronasta ja siihen liittyvistä rajoitteista. Meillä ei ole valmiita vastauksia kysymyksiin, koska tulevaa ei kukaan osaa ennustaa. Tiedotamme jäseniämme välittömästi, jos toimintaamme koskevia rajoituksia ja lisäohjeistuksia tulee. Seuraamme tiiviisti kaikkien hteistyötahojemme tiedotusta ja ohjeistusta ja toivomme että kaikki lukevat nämä ohjeet ja noudattavat niitä.

Uusi upea hallimme sai nimekseen Unelma-Halli ja on nyt käyttövalmis. Jäähdytys vähän viivästyి koneiden toimitusvaikeuksien vuoksi, mutta nyt sekin toimii ja voidaan helteelläkin voimistella suljetuin ovin. Vielä kerran kiitos kaikille vapaaehtoisille, jotka autoivat hallin talkoissa! Kustannussyistä otimme aika ison työurakan hallista ja talkoovoimin rakennettiin voimistelutilojen välinen osa, pesutilat, pukuhuoneet, aula ja yläkerta. Talkootöitä tehtiin pienissä ryhmissä ja kesä toi lisäksi omat haasteensa lomailuineen.

Hallituksen jäsenet kaudelle valittiin kevätkokouksessa ja hallitus pysyi samana. Hallituksen esittelyt, vastuualueet sekä yhteystiedot löytyvät myös nettisivuiltamme. Valitettavasti jo pitkälle suunnittelemamme avajaiset joudumme perumaan koronatilanteen vuoksi. Toivottavasti vielä koittaa aika, jolloin saamme kutsua teidät kaikki tutustumaan uuteen halliimme ja samalla juhlistaa seuramme 70-vuotis syntymäpäiväämme. Kaikki suunnitellut tapahtumat keväältä peruttiin ja kovin paljon paremmalta ei näytä nyt tulevan syksynkään osalta. Mutta turvallisuus ja terveys edelle kaikkea.

Seurallamme on myös uusi seurasihteeri Maria ja hänen esittely löytyy myös tästä Jäviläisestä. Tervetuloa remmiin Maria!

Pidetään huolta itsestämme ja toisistamme liikuntaa unohtamatta.

Voimistelullisin seuraterveisin Raila
<3

Raila Korjus
Seuran puheenjohtaja



Syyskausi

Viikko 35 / 24.8.-30.8.

Järvenpään voimistelijoiden
Voimisteluviikko. Aikuisten
ryhmäliikuntatunneilla avoimet ovet.

Viikko 42/ 12.10.-18.10

Syyslomaviikko

Viikko 49/ 30.11.-6.12

Joulutauko normaalin viikkoa-
ohjelman tunteista alkaa,
JOULUJUMPAT

Viikko 49/ 5.12-6.12

Voimisteluviikonloppu:
STARA ja joulunäytös
liikuntahallilla, harrasteliikunnan
kausi päättyy

Unelma-halli

Hallihanke on nyt päättynyt ja Unelmasta tuli totta. Halli saikin ansaitusti nimekseen Unelma-Halli. Paljon talkoiltiin ja paljon oli myös ammattilaisia rakentamassa. Haasteet voitettiin ja halli on nyt käytössä.

Kristillisen koulun väki kävi jo tutustumassa tiloihin ja hyväksi havaittiin. Voimistelijat aloittivat harjoittelun hallilla jo heinäkuussa ja kiitosta on saatu sekä voimisteliijoilta että vanhemmilta.

KUNNIATAULU			
HALLIHANKETTAMME OVAT TUKENEET:		HANKEVASTAAVAT:	
Helmi Mäkinen Majja Niemelä Minna Mänttä Oona Härmä Riikka Inkinen Maritta Rauhala Riitta Jämsä Ella Kivikko Aarvat Ikinäiset Jenna Seppälä	Aino Mäkinen Päivi Kallioleina Sara Kuusisto Ina Härmä Nea Leinonen Saara Ruokamo Sohvi Pääkkö Mänttynen Anni Westerlund Perhe Kokkonen Ronja Suvanto	Samipetteri Mäkinen Dellinat Taru Kuusisto Perhe Bergström Perhe Kuukas Iira Valttonen Pauliina Paloniemi Perhe Laitalmi Oona Rinne Emma Honkanen	Enni Hakala Iiris Ovaska Manninen J, E, F Ada Pyörre Hanna Kuusela Venla Wulff Kira Kakkusalo Kajja Lensu Seija Rinne Evelina Laine
		Suunnittelija: Reijo Rikkinen Vastaava mestari: Sasu Enjala Rakentaja: Adeltek Oy LVI: Rolvi Oy Sähköt ja valaistus: VMT- Kiinteistösaneeraus Oy Projektivastaava: Raila Korjus	

KUNNIATAULU HALLIHANKETTAMME OVAT TUKENEET:						
Tuisku Nurminen	Eeva Juselius	Perhe Jääskeläinen	Olli Nurminen	Uskolisuuden Kitta 50	Lämpöpumppu Segersvård	Miranda Manner
Jarkko Hirvonen	Noellet	Diannat	Evelle 2018-2019	Fysio Aada	Jukka Tuovinen	Perhe Lähtinen
Malla Lempinen	Mona Lempinen	Viena Matkaniemi	Hilja Matkaniemi	Essi Pihlaja	Vivien 2019-2020	Arctic Surf Shop
Team Freyat 2020	Ihanaiset, Tanvo	Saana Mäkilä	Daniela Vahvelainen	Raila Korjus	Meea Kivinen	Valerina 19-20
Hilkka Aatsinki	Marja-Leena Mäkelä	Jormanaiset	Fysit Minna Ojajarvi	Sielunsiskot RSTT	L & H Uotila	Sari Laakso
K-Supermarket Lähde	Tinja Tuomi	Tara Tuomi	Hertta Ahtainen	Helmi Ahtainen	Seija Salmi	Riitta Kivela
Katriina Arakkoski	Majja Vastamäki	Häikiön perhe	Honkavaara	Timi Jari Korjus	Perhe Korjus	Tiina Luukkonen
Inka Länkinen	Team Freyat	Freyat Kilpa	Freyat Junior	Freyat Kilpa Jr	Freyat Stars	Perhe Matkainen
Freyat Future	Freyat Aspire	Freyat Glow	Brita Ikävalko	Mänttälän Voimistelijat ry	Daniellat	Hyvinkään Voimistelu ja Liikunta ry
Sofia Tanhula	Nefir	Juliana Korjus	Biancat 2019-2020	Perhe Marjakangas	Säde Kuusi	Valo Team

Toimistokin muutti heinäkuun loppupuolella ja pikavauhtia kaikki tavarat löysivät paikkansa. Kiitos muuttoväelle ripeästä toiminnasta! Vielä uusia toiveita hallin suhteen on tullut esille ja niitä hankitaan sitä mukaa kun talous sallii.

Kunniataulut löysivät paikkansa hallin aulan seinältä ja jokainen lahjoittaja voi käydä katsomassa nimeään kunniatauluista. Kiitos vielä kerran osallistujille. Halli sai myös lahjaksi taulun jossa Voimistelijat ovat lähdössä vuoden 1947 suurkisoihin.

Nautitaan nyt siitä että meillä on uudet puhtaat tilat ja pidetään hyvää huolta hallistamme!



Varaslähtö voimisteluviikkoon

Otamme kauden aloituksen kunniaksi varaslähdön valtakunnalliseen voimisteluviikkoon ja viikolla 35 kaikilla aikuisten viikko-ohjelman ryhmäliikuntatunneilla on avoimet ovet.

Oletko hakenut uutta liikuntaharrastusta? Avointen ovien viikolla voit testata vaikka kaikki tuntimme, veloitusetta! Hikoile Kuntomixissä, tanssi Dancefitissä ja huolla kehoasi Pilateksessa. Loistavat ohjaajamme ja seuramme toivottaa kaikki uudet kuntoilijat tervetulleiksi, tuo myös ystäväsi mukaan!

Järvenpään voimistelijoiden voimisteluviikko 24.8.-30.8. , viikko 35.



Kuva: Aki Rask/Voimisteluliitto

Voimisteluviikko

Aikuisten liikunta

Aikuisten liikunta jatkui kevään tauon jälkeen kesäjumbilla. Ulkojumbilla on päästy tänä kesänä nauttimaan hyvistä säistä ja yhdessä liikkuminen on tehnyt kaikille hyvää kevään karanteenin jälkeen.

Aikuisten ryhmäliikuntatunnit alkavat 24.8. Järvenpään voimistelijoiden voimisteluviikolla, jolloin kaikille viikko-ohjelmassa oleville tunneille on vapaa pääsy. Vaikka siis olisit jo ostanut uuden jumppakortin, voit vapaasti kokeilla viikolla 35 vaikka kaikkia tuntejamme menettämättä jumppakortin käyntikertoja.

Jos jumppakortti on vielä uudelle kaudelle hankimatta, niin kipaise osoitteeseen:

voimistelijat.com/ilmoittautuminen



Aikuisten ryhmäliikunnan viikko-ohjelma

Kuva: Jere Satamo/Voimisteluliitto

	Tunnit	Paikka	Ohjaaja
MAANANTAI			
18.00-19.00	KUNTOMIX	Saunakallion koulu	Anne
19.30-20.30	KUNTOLATTARIT	Vihtakadun koulu	Anne
TIISTAI			
10.00-11.00	DANCEFIT	Oma halli, Lepola	Julianna
18.00-19.00	RVP reisi-vatsa-pakara	Louhela	Mira
KESKIVIIKKO			
18.45-19.45	KUNTOPIIRI	Vihtakadun koulu	Tomi
20.00-21.00	TANSSIMIX+VENYTTELYT	Oma halli, Lepola	Julianna
TORSTAI			
10.00-11.00	AAMUVIRKUT	Oma halli, Lepola	Julianna
18.00-18.50	TANSSIVIEKÖÖN	Louhela	Krisse
18.50-19.45	PILATES+KEHONHUOLTO	Louhela	Krisse
LAUANTAI			
10.00-11.00	KUNTOMIX	Yhteiskoulun yläkoulu s.2	Kiertävä ohjaaja
SUNNUNTAI			
17.00-18.00	TANSSIVIEKÖÖN	Mankalan koulu	Minna
18.00-19.00	FASCIAMETHOD	Mankalan koulu	Minna

Lapset ja nuoret

Lasten ja nuorten kausi alkoi tiistaina 18.8. ohjaajatiimin tapaamisella ja ensi viikolla ryhmät aloittavatkin jo harjoittelun. Tämän kauden uutuus NinjaGYM MINI 5-6 v. räjähti täyteen ja saimme onneksi perustettua rinnakkaisryhmän. Muina uutuuksina GYM-tunneissa PerheGYM MINI 4-6 v. ja PerheGYM 6-12 v. joihin mahtuu vielä. Tule mukaan vaikka koko perheen voimin!

Tarjous jo johonkin akrobatia tai temppuiluryhmään ilmoittautuneille:

Lisäharkkapaketina:

PerheGYM 6-12 v. / Kepparitunnin yli 7 v. / KidsDancen yli 7 v.

TAI

PerheGYM MINI 4-6 v. / Kepparitunti nuput 4-6 v./ Minitanssin 4-6 v.

vain 50€/syksy ja 50€/kevät!

Muistathan myös Nuppu- ja Staravoimistelun lisäharjoituspaketin; voimistelua, temppuilua, tanssia ja keppareita. **Vain 50€/syksy & 50€/kevät!**

Tule kokeilemaan haluamiasi tunteja maksutta ensi viikolla, mutta muista ilmoittautua sillä täyteen ryhmään emme voi ottaa kokeilijoita mukaan. Viikko-ohjelmastamme löytyy laajasti erilaisia vaihtoehtoja! Erityisesti Telinevoimistelu 4-13 v., Nuppu- ja Staravoimistelu 3-13 v. sekä Kepparitunnit 4-13 v. etsivät vielä uusia innokkaita osallistujia.

Syksyn 2020 TanVO joukkueet:

STARA

Staravoimistelu Isellat 2012-2014

TanVo 8-11 v.
Idessat 2010-2012

TanVo 12-15 v.
Irennet 2006-2009

TanVo yli 40 v.
Ihanaiset yli 20 v.

Esiintyvä TanVo-ryhmä
Ikinaiset

Seuraa tanssillista voimistelua
Instagramissa!

[@idessat tanvo](#)

[@irennet tanvo](#)

[@ihanaiset tanvo](#)

[@tanvo_jarvenpaanvoimistelijat](#)



Tanssillinen voimistelu

Kesäloman jälkeen ollaan palailtu ahkeran harjoittelun pariin. Harjoituskauden ensimmäisellä viikolla kilpailevat joukkueet pääsivät kokoamaan uusia koreografioita leiripäivissä uudella Unelma-hallilla!

Joukkueisiin otetaan vielä uusia voimistelijointa, joten tutustu harjoitusaikatauluihin nettisivuiltamme ja sovi kokeiluharjoituksesta Jennan kanssa p. + 358 45 78754703 / lapset@voimistelijat.com.



Joukkuevoimistelu

Syyskausi on lähtenyt hienosti käyntiin ja joukkueiden ohjelmat edistyvät hyvää vauhtia. Voimistelijat sekä valmentajat palasivat innokkaana lomalta pitkän korona kevään jälkeen. Kevään perutun kisa-kauden takia, kaikilla joukkueilla on entistä isompi tahto päästä taas kisaamaan ja loistamaan matolla. Ensimmäiset joukkueet nähdään kisamatolla jo 3.-4.10. Hyvinkäällä Syyscupissa.

Haluamme toivottaa kaikille joukkueille oikein menestyksestä syysyä!

Syksyn 2020 joukkueet

STARA	12-14v
Vivina 2013-2014	Nefir 2007-2009
Vivien 2013-2014	Inellat 2006-2008
Belinat 2011-2012	Inea 2006-2009
8-10v	14-16v
Biancat 2011-2012	Evelie 2006-2004
Bellat 2011-2012	
10-12v	Yli 16v
Delinat 2009-2010	Valerina 1998-2004
Diannat 2009-2010	
Daniellat 2009-2010	
Diviat 2009-2010	

SEURAA FREYOJA!



Freyat



@hjmfrejat

www.freyat.fi



HJM-yhteistyö

HJM – seurayhteistyössä voimistelee seuraavat joukkueet kaudella 2020-2021. Tyttöjä joukkueissa on yhteensä jo yli 100.

HJM-joukkueet 2020-2021

8-10 v
Freyat Minit

10-12 v
Freyat Shine
Freyat Glow

12-14 v
Freyat pre junior
Freyat Stars
Freyat Aspire

14-16 v
Team Freyat
Freyat Junior
Freyat Kilpa jr

Naiset yli 16 v
Freyat Kilpa

Uusi seurasihteeri esittäytyy

Olen Maria Kuusela, Järvenpään voimistelijoiden uusi seurasihteeri. Tehtäviini seurassa kuuluu laajasti seuran hallinnolliset asiat ja asiakaspalvelu ja vastaan myös aikuisten liikunnasta. Ammatilliselta taustaltani olen kulttuurituottaja ja viime vuodet olen pääasiallisesti työskennellyt erilaisissa myynti-, markkinointi ja tapahtumatuotannon tehtävissä Suomen suurimmilla festivaaleilla.

Paluumuutin kahdeksan välivuoden jälkeen viime vuonna takaisin Järvenpään ja asun täällä yhdessä perheeni kanssa. Vapaa-ajallani harrastan laajasti liikuntaa, musiikkia ja matkailua. Liikkeessä minut myös pitää 1,5 vuotias aktiivinen poikani.



Olen innostunut uudesta tehtävästäni ja on hienoa nähdä, kuinka paljon seura on vuosien aikana kehittynyt ja mennyt eteenpäin. Seuran oma uusi Unelma-halli on myös aivan mahtava asia! Paljon on minulle tässä tehtävässä uutta asiaa ja opeteltavaa, mutta pala palata asiat hamottuvat. Korona-aika tuo myös omat haasteensa, mutta tärkeintä on, että kaikki pysyvät terveisinä.

Toivotan kaikille hyvää ja liikunnallista syksyä!

Yhteystiedot

Järvenpään voimistelijat ry

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

Toimisto palvelee:

MA 17.00-19.00

TO 13.00-15.00

Joukkuevoimistelun vastuvalmentaja

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

Valmennuskoordinaattori

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

Seurasihteeri ja aikuisten liikunnan vastaava

Maria Kuusela
+ 358 45 276 4798
toimisto@voimistelijat.com

Lasten ja nuorten harrasteliikunnan vastuvalmentaja

(harrasteliikunta ja tanvo)
Jenna Marjakangas
+ 358 45 78754703
lapset@voimistelijat.com

SEURAA MEITÄ!



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



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



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



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