



Tervetuloa Cheerleading tunneille!

Cheerleading on vauhdikas ja näyttävä joukkuelaji, joka koostuu stunteista eli nostoista, pyramideista, heitoista ja akrobatiasta. Ryhmät keskittyvät lajille ominaisten harjoitusten lisäksi perusliikuntataitoihin ja motoristen taitojen opetteluun – hauskanpitoa unohtamatta!

Ryhmät ja harjoitusajat:

6-8-vuotiaat: Maanantaisin klo 17:15-18:15

9-12-vuotiaat: Maanantaisin klo 16:15-17:15

Paikka:

Koulunmäen uusi sali, sisäänkäynti A1 ovesta.

Lukuvuosi info 2024-2025:

SYYSKAUSI: 21.10.-16.12.2024 (9 kertaa)

Joululoma 23.12.2022-6.1.2023, ei harjoituksia

KEVÄTKAUSI: 13.1.-19.5.2025 (17 kertaa)

Hiihtolomalla (viikko 9 / 24.2.) ei harjoituksia.

2. pääsiäispäivänä (21.4.) ei harjoituksia

Keväällä järjestetään pienimuotoinen kevätnäytös normaalien harjoitusaikojen puitteissa.

Kevätnäytöksen tilana toimii Painotalon Mikkosali.

Ryhmiä ohjaavat koulutetut Cheerleading valmentajat Jaguars Spirit Athletesilta.

Hinta:

Syksy 65€ (21.10.-16.12.2024 = 9 kertaa)

Kevät 135€ (13.1.-19.5.2025 = 17 kertaa)

Saapuminen ja tilat

Koulunmäen Yhtenäiskoulun uusi sali: Koulunmäenkatu 6, 44100 Äänekoski

Sisäänkäynti tapahtuu ovesta A1. Ohjaajat tulevat avaamaan oven noin 10min ennen tunnin alkua. Muuten ovi on lukittuna. Jos tiedät tulevasi tätä myöhemmin, voi ohjaajalle lähettää tekstiviestin. Pyydämme myös teitä vanhempia olemaan apuna oven avaamisessa toisille ryhmäläisille :)

Koulun ovia ei ole valitettavasti mahdollista ajastaa auki tuntien ajaksi.

Kausimaksut ja harrastetuki

Syksyn kausimaksu on maksettu ilmoittautumisen yhteydessä. Kevään kausimaksu lähetetään Suomisportin kautta tammikuussa (135€). Ilmoittautuminen koskee automaattisesti syys- ja kevätlukukautta ellei kevään osallistumista peruta sähköpostitse viimeistään 8.1.2025.

Ensimmäisen kerran jälkeen voi osallistumisen perua maksutta ilmoittamalla siitä kirjallisesti toimistolle: henna.salonvaara.au@gmail.com. Ilmoitathan tässä yhteydessä myös tilinumeron, jolle maksupalautus osoitetaan.

Lukuvuonna 2024-2025 on mahdollista hakea harrastetukea Äänekosken Perhekeskus Kerkältä. Lue lisää täältä: [Harrastus-apuraha äänekoskelaisten lasten ja nuorten harrastustoiminnan tukemiseksi - Äänekosken perhekeskustoiminta \(aanekoskenperhekeskus.fi\)](http://aanekoskenperhekeskus.fi)

Jos haet tukea Perhekeskuksesta, toivoisimme tiedon tästä. Näin saamme toimitettua laskun suoraan Perhekeskukselle riittävillä tiedoilla ja voimme hallinnoida Suomisportissa esimerkiksi maksuaikaa.

Yhteystiedot ja viestintä

Ryhmien vastaavana ohjaajana toimii:

Miisa Honkonen: 044 9857534

Jos sinulle herää kysyttävää kausimaksuista, Suomisportista tai harrastetuesta, voit olla yhteydessä Henna Salonvaaraan: henna.salonvaara.au@gmail.com, 0449851139.

Viestintämme tapahtuu Suomisport sovelluksen kautta, joten lataathan Suomisportin

sovelluksen, jolloin saat kaikista viesteistä ilmoituksen. Sovellukseen ei tarvitse kirjautua joka kerta erikseen sisään.

Ota mukaan harjoitukseen

Laji on helppo aloittaa! Tarvitset vain joustavat urheiluvaatteet, esimerkiksi t-paidan, trikoot tai shortsit. Suosittelemme lisäksi harrastajille sisäpelikenkiä. Harrastuksen aloitus onnistuu kuitenkin myös ilman kenkiä ja voit tulla harjoitukseen myös paljain jaloin tai tossuilla. Ota harjoitukseen mukaan oma juomapullo. Pitkien hiusten tulee olla kiinni ja kaikki korut täytyy ottaa pois ennen harjoituksia.

Seuravaatteet

Voit lukea lisää seuravaatteiden tilaamisesta nettisivuiltamme (kohdasta Äänekosken Urheilijoiden seuravaatetilaus): [Seuravaatteet - Äänekosken Urheilijat ry \(aanekoskenurheilijat.fi\)](https://aanekoskenurheilijat.fi)

Ilmoitamme sovitusajankohdista, jonka aikana vaatteita on mahdollista sovittaa Kesport Niskasella. Seuravaatteiden tilaaminen on vapaaehtoista.

Mukavia hetkiä cheerleadingin parissa!