

INFO KESÄURHEILUKOULU 2023



Kesäurheilukoulut 2023

Kellonaika	Maanantai	Tiistai	Keskiviikko	Torstai	Perjantai	Lauantai	Sunnuntai
16:00			▲ viheralueet				
16:30	Perheiliikunta 16:00-17:15	4-5v 16:30-17:30		4-5v 16:30-17:30			
17:00		6-7v 16:30-17:30		6-7v 16:30-17:30			
17:30			7-9v 17:15-18:30				
18:00			10-12v 17:00-18:30				
18:30	Viikkokisat 17:30-19:30 (18:00-19:00)	8-9v 17:45-19:00		8-9v 17:45-19:00			
19:00		10-12v 17:45-19:00		10-12v 17:45-19:00			
19:30		Aikuis- yleisurheilu alkeet 19:00-20:15					
20:15							

Lisätiedot ryhmistä löytyvät aina ajantasaisena [nettisivuiltamme](#) ja harjoituskerrat näkyvät myös Suomisportin KALENTERI näkymässä.

POIKKEUSAIKATAULUT:

-to 22.6. ei ohjattuja ryhmiä (juhannus)

-ke 12.7. ei ohjattuja ryhmiä – Alueelliset nuorisokisat, kannustamme kaikkia osallistumaan kisoihin. ÄU:n urheilukoululaisille osallistuminen on maksutonta 😊

-ke 2.8. ei ohjattuja ryhmiä – Äänekoski Games, tervetuloa koko perhe veloituksetta katsomaan kisoja!

HARJOITTELUPAIKAT

Liikuntapuiston stadion: Römminkatu 22, 44150 Äänekoski

(Liikuntatalo: Koulunmäenkatu 2, 44100 Äänekoski (varatilana, vain erikseen ilmoitettavana ajankohtina, SEURAA SUOMISPORTIA))

Ennen harjoituksia kokoonnutaan yhteisesti Liikuntapuiston pääkatsomon (katettu katsomo) eteen. Mukaan lapsi tarvitsee sähän sopivat ulkoliikuntavaatteet sekä oman juomapullon.



Harjoitukset pidetään lähtökohtaisesti kalenterin mukaisesti Liikuntapuiston stadionilla säällä kuin säällä, joten varauduthan aina sään mukaisilla varusteilla. Ukkosen sattuessa harjoitusten aikana, keskeytetään urheilukoulun kerta ja siirrytään katettuun katsomoon suojaan. Jos ukonilma alkaa jo ennen harjoituksia, voidaan harjoitukset siirtää sisätiloihin Liikuntatalon alakertaan. **Mahdollisista muutoksista ja tarkennuksista tiedotetaan Suomisportin kautta (VIESTIT näkymä).**

YHTEYDENPITO JA VIESTINTÄ

Ensisijainen käyttämämme tiedotusväline on Suomisport. Lataathan siis itsellesi Suomisport sovelluksen, jolloin saat aina ilmoituksen saapuneista viesteistä. Varmistathan myös, että ilmoittamasi yhteystiedot Suomisportissa ovat ajantasaiset, jotta ohjaajat saavat tarvittaessa huoltajiin yhteyden.

Laskutukseen ja ilmoittautumiseen liittyvissä asioissa, otathan yhteyttä toiminnanjohtajaan: henna.salonvaara.au@gmail.com / 0449851139

Kuluvan päivän urheilukouluihin liittyvissä asioissa voit olla yhteydessä vastuuhjaajiin:

Heikki Vuorinen: 050 5609566

Roni Savolainen: 040 6892999

OHJAAJAT:

Ohjaajina kesäurheilukoulussa ovat Heikki Vuorinen, Roni Savolainen, Eemeli Nieminen ja Veera Manninen. Tunnistat ohjaajamme punaisista liiveistä 😊

Kesäurheilukouluohjaajamme ovat suorittaneet Lasten/Nuorten yleisurheiluohjaajatutkinnon, sekä Keski-Suomen Liikunnan ohjaajakoulutuksen.

Lisäksi kesäurheilukouluissa apuohjaajina toimivat seuran valmennusryhmäläiset Anna Korhonen, Lilja Paso, Ville Kankainen ja Julia Nyholm.

KESÄURHEILUKOULUN MAKSUOHJEET:

Kesäurheilukoulun lasku tulee maksettavaksi Suomisportiin viikolla 24. Suomisport lähettää tästä sähköpostin, mutta huomioithan että sähköposti saattaa mennä myös ”tarjoukset” kansioon / roskapostiin. Tutustu myös mahdollisuuteen [hakea harrastetukeamme](#).

Urheilukoulumaksu on 55€/hlö koko urheilukouluajalta, sisaralennus -10€. Maksu sisältää lisenssin, jossa mukana tapaturmavakuutus. Osallistuminen on mahdollista perua maksutta ensimmäisen viikon aikana. Muutokset tulee tehdä aina sähköpostitse:

henna.salonvaara.au@gmail.com



YHTEISET PELISÄÄNNÖT:

Seura

- Mahdollistaa yleisurheilukoulutoiminnan
- Vastaa asianmukaisista tiloista ja välineistä
- Tarjoaa koulutetut ohjaajat
- Huolehtii vakuutukset

Ohjaajat

- Suunnittelen, tiedotan ja valmistaudun huolella päivän ryhmiin.
- Tulen ajoissa ennen osallistujia paikalle.
- Tervehdin lapsia ja vanhempia.
- Huomaan ja kuuntelen osallistujia.
- Innostan ja kannustan.
- Keskustelemme harjoituksista, annan ja pyydän palautetta.
- Huolehdimme yhdessä välineet paikoilleen.
- Lähden itse viimeisenä ja huolehdin, että jokainen pääsee lähtemään turvallisesti kotiin.

Urheilukoululaiset

- Tulen ajoissa paikalle.
- Kuuntelen ohjaajaa ja toimin ohjeiden mukaan.
- Otan muut osallistujat huomioon ja kannustan muita.
- Annan toisille osallistumisrauhan.
- Huolehdin kotona yhdessä vanhempien kanssa mukaan oikeat varusteet.
- Innostun ja osallistun.

Vanhemmat ja huoltajat

- Huolehdin yhdessä lapseni kanssa oikeat varusteet harjoitukseen mukaan.
- Seuraan tiedotusta urheilukouluun liittyen (Suomisport)
- Kiitän ja kannustan lastani.
- Kysyn lapseltani / ohjaajalta, miten harjoituksissa sujui.
- Annan ohjaajille kiitosta ja rakentavaa palautetta ja työrauhan toimia.

MUUTA KESÄTOIMINTAA:

Alueelliset nuorisokisat 12.7.

Äänekoski Games 2.8.

Nuorten moniotteluiden SM-kisat 19.-20.8.

+ muuta ohjelmaa ja tapahtumia, seuraa meitä Instagramissa ja Facebookissa!

