

## VSK-U:n NTV kilparyhmien syystiedote 2024

Hei, kiva aloittaa taas kausi teidän kanssanne! Pyrimme jatkuvasti kehittämään toimintaamme ja toivommekin avointa keskustelukulttuuria voimistelusalin ja kodin välille. Näin takaamme kaikille voimistelijoille mieleisen ja omia tavoitteita tukevan harrastuksen. Muistattehan, että olette lämpimästi tervetulleita seuraamaan toimintaamme yläkerran kahvioon!

### Kilpailu- ja leirikalenteri

- 5.-6.10. Kilpailut Kauniainen (Kilpalinja, MJ-linja), Turku (Näyttökilpailu)
- 12.-13.10. Kilpailut Tuusula (Kaikki) Varauduttehan talkoisiin! 😊
- 15.-18.10. Kilparyhmien syyslomaleiri Kuortaneen Urheiluopistolla
- 2.-3.11. Kilpailut Lohja
- 9.-10.11. Kilpailut Helsinki

### Lomat, yhteiset vapaapäivät ja muut tapahtumat

- 14.-20.10. Ei harjoituksia VSK-U-hallilla HUOM ma 14.10. vapaa (Leiri 15.-18.10. Kuortaneella)
- 6.12. vapaapäivä
- 20.12. Kilparyhmien puurojuhla klo 17-19
- 22.12.-1.1. joululoma

### Kilpailuista

Kilpailut kuuluvat olennaisena osana kilparyhmien toimintaan. Jokaisen kilparyhmäläisen oletetaan osallistuvaan vähintään kolmeen kilpailuun syyskaudessa 2024.

Asu: Kilpailuasuna toimii seuran kilpailupuku ja verryttelyasu. Verryttelyssä jalassa on valkoiset kuviottomat sukat.

Hiukset: Hiukset laitetaan kiinni siististi ja niin, että ne eivät häiritse kilpailusuoritusta.

Ilmoittautuminen ja maksut: Kilpailuihin ilmoittautuminen on aina sitovaa. Ilmoittautuminen tehdään VSK-U:n MyClubissa kilpailukohtaisesti. Kilpailumaksu on 60€/kilpailu. Peruminen on mahdollista ainoastaan lääkärintodistuksella. Perutun kilpailun hinta on toimistokulu 30€. Kilpailuosallistumiseen liittyvissä asioissa asioidaan aina oman seuran valmentajien kanssa. Yhteydenotto kilpailuiden järjestävään seuraan tapahtuu aina VSK-U:n kautta.

Käytännöt: Kilpailuihin saavutaan viimeistään noin 10 minuuttia ennen oman verryttelyn alkua. Seuran valmentaja huolehtii voimistelijoista koko kilpailun ajan ja pyytää itse tarvitessaan apua katsomosta vanhemmilta. Kilpailukokemukset ovat tärkeitä voimistelijan ja valmentajan suhdetta luovia hetkiä. Arvostamme, että annatte kisa-areenalle voimistelijalle rauhan kilpailla ja valmentajalle rauhan tehdä työnsä. Kilpailuiden kulusta ja muusta voitte halutessanne keskustella valmentajan kanssa kilpailun jälkeen.

Seuran kilpailupuku: Seuran viimevuonna käyttöön otettu Quatron kilpailupuku on aiheuttanut seuralle haasteita. Tilausajat ovat venyneet ja toimittajaan on ollut vaikea luottaa. Pukujen istuvuudessa on ollut myös toivottavaa. Näistä syistä olemme päättäneet portaittain vaihtaa kisapuvut toisen merkin kilpailupukuihin keväästä -25 alkaen. Toiveena nopeampi toivomus ja kestävämmät sekä mukavammat asut kilpailla. Täksi syksyksi ei tilata uusia pukuja. Pyrimme lainaamaan ja kierrättämään pukuja tarpeen mukaan.

### Siivousvuorot

Pidättehän huolen, että siivous onnistuu oman ryhmänne siivousvuorolla. Etenkin alakerran vessojen siisteyden ylläpitäminen koko viikon ajan lisää kaikkien salilla kävijöiden käyttökokemusta. Teette arvokasta työtä, kiitos siitä!

Ystävällisin terveisin,

VSK-U:n NTV valmennustiimi