

TERVETULOA HARRASTAMAAN TURUN URHEILULIITON VOIMISTELUJAOSTOON!

Jaostossamme toimii kuusi upeaa voimistelun kilpalajia; akrobatiavoimistelu, joukkuevoimistelu, kilpa-aerobic, rytminen voimistelu, naisten- ja miesten telinevoimistelu sekä tanssin kilpalaji breikki. Kilpalajeja voi harrastaa myös harrastetunneilla, ilman kilpailutoimintaa. Lisäksi meillä on kattava tarjonta lasten harrastetunteja niin voimistelussa, tanssissa, kuin baletissakin. Aikuisten tunteja on yhdistetty sopimaan lasten aikataulujen kanssa, joten koko perheen liikunta onnistuu kerralla.

Harrastetuntien aikataulut ja tuntien kuvaukset löydät nettisivuiltamme www.voli.fi/lanu

Aikuisten tuntien aikataulut sekä tuntien kuvaukset löydät täältä: www.voli.fi/aikuiset

Aikatauluun on merkattu * mikäli tunti on samaan aikaan jonkin lasten tunnin kanssa.

Harrastetunteja järjestetään seuraavissa harjoitustiloissa:

- Harjoitushalli Jumpkala (Emmauksenkuja 2)
- Liikuntakeskus Alfa (Raunistulantie 15)
- Pääskyvuoren koulu (Talvitie 10)
- Vasaramäen koulu (Lehmustie 7)
- Vähä-Heikkilän koulu, **Uittamon yksikkö** (Jalustinkatu 8)
- Syvälahden koulu (Vanha Kaksikerrantie 8)
- Teräsrautelan koulu, Teräsrautelan yksikkö (Korkkisvuorenkatu 14)



Hyvä tietää

Mikäli lapsi ei jatka harrastusta tutustumiskertojen jälkeen, muistathan ilmoittaa siitä erikseen toimistolle ennen laskun eräpäivää!

Tunnille saavutaan hyvissä ajoin. Ryhmien 3–4 v ja 5–7 v vanhemmat voivat saattaa lapsen sisätiloihin asti. Tuntien aikana sisätiloissa oleskelua tulee välttää. Vanhempien ryhmien lapset ja nuoret kulkevat paikalle itsenäisesti. Ohjaajaa saa kuitenkin tulla tapaamaan sisätiloihin tarvittaessa.

Tunnille pukeudutaan tanssi/voimisteluasuun tai t-paitaan ja shortseihin/trikoihin. Paljaat jalat tai tossut ovat harjoituksissa turvallisimmat. Pitkät hiukset tulee laittaa kiinni turvallisuussyistä. Kellot ja korut on hyvä jättää kotiin. Pukuhuoneisiin ei tule jättää arvoesineitä. Ulkovaatteet jätetään salin ulkopuolelle niille varatuille paikoille tai pukuhuoneisiin. Mukaan voi ottaa vesipullon ja tunnilla käytössä olevan voimisteluvihon, tarrakortin tai balettipassin, jonka saatte omalta ohjaajalta.

Seuravaatetta vailla? Täältä löydät: <https://go.innoflame.fi/goshop/tuul/>

Telinekoulun temppumerkistövihko: Telinekoulussa käyvät voivat ostaa ohjaajilta TuUL:n Temppumerkistövihon 5 € hintaan. Vihkoon merkitään voimistelijan tekemät suoritukset harjoituksissa aina tietyin väliajoin. Vihon avulla voimistelija, huoltajat ja ohjaaja voivat seurata voimistelijan kehittymistä.

Voimistelukoulun voimistelupassi: Voimistelukoulussa käyvät saavat ohjaajalta Voimisteluliiton voimistelupassin. Passin liikkeitä harjoitellaan tunneilla ja voimistelijan suorittamat liikkeet merkitään vihkoon tietyin väliajoin. Vihon avulla voimistelija, huoltajat ja ohjaaja voivat seurata voimistelijan kehittymistä. Vihko sisältyy kausihintaan. Jos vihko katoaa, tulee uudesta vihosta maksu 2 €.

Balettivihko: Alkeisbaletin kaikilla tasoryhmillä on käytössä balettivihko. Vihko sisältyy kausimaksuun. Vihko auttaa tanssijaa, huoltajia ja ohjaajaa seuraamaan oppimisen etenemistä. Jos vihko katoaa, tulee uudesta vihosta maksu 2 €.

Tarrakortti: muilla tunneilla on käytössä tarrakortti, johon ohjaaja merkitsee lapsen hyvin sujuneen tunnin tarralla. Kortti sisältyy kausihintaan. Jos kortti katoaa, tulee uudesta kortista maksu 1 €.

Tiedottaminen tapahtuu kauden aikana ensisijaisesti jäsenrekisteristä lähetettävien sähköpostien avulla. Hyväksyttehän seuran sähköpostit MyClub-tililtänne. Luettehan aktiivisesti sähköpostianne. Valitettavasti jäsenrekisteristä tulleet sähköpostit saattavat mennä roskapostiin, kurkkaattehan myös sieltä, jos posteja ei kauden aikana kuulu.

Tempputaaperot/Metsähiiret ja Gerbiilit: näissä ryhmissä käyvillä tulee olla Alfa kulkuranneke, jolla pääsee sisään harjoitustiloihin. Mikäli teiltä puuttuu sisäänpääsyranneke Liikuntakeskus Alfaan, olkaa yhteydessä toimistoon sähköpostitse laskut.voimistelu@turunurheiluliitto.fi. Ranneke on harrastajille voimassa vain kauden kerrallaan (kevät/syksy) eli kauden päättyessä tulee olla yhteydessä toimistoon uudelleen aktivointia varten.

Ranneke laskutetaan (8€) seuran toimesta. Muihin tiloihin ohjaaja hoitaa sisäänpääsyn. Mikäli ranneke katoaa, olethan yhteydessä toimistoon. Ensimmäisenä viikkona ohjaaja päästää kaikki harrastajat Alfaan sisään kokeilukerta mielessä.

Harrastekausi

Harrastekausi jakautuu kahteen erilliseen kauteen, syys- ja kevätkauteen. **Syksyllä mukana olleita Ei siirretä automaattisesti kevätkaudelle. Aina kauden loppuessa tulee siis ilmoittautua uudelle kaudelle, mikäli harrastusta halutaan jatkaa.** Syksyllä mukana olleille ilmoittautuminen kevätkaudelle aukeaa aiemmin. Ilmoittautumisen alkamisesta infotaan MyClubin kautta sähköpostilla.

Lisätietoa harrastekauden maksuasioista löydät <https://www.voli.fi/lanu/hinnasto/>

Lisätietoa päivämääristä ja tapahtumista löydät <https://www.voli.fi/lanu/kalenteri/>

Muuta infoa löydät <https://www.voli.fi/lanu/infokirje/>

Liikunnallisen syntymäpäivät

Voimistelujaosto järjestää liikuntasynttäreitä lapsille, jossa monipuolinen teematarjonta. Lisää tietoa synttäreistä löydät <https://www.voli.fi/liikunnalliset-syntymapaivat/>

Syyskauden 2025 18.8.–14.12. (koulut, Alfa (Tempputaaperot) ja Jumppala) ja 26.8.–14.12. soveltavat ryhmät kalenteri

- 6.–12.10. Huoltajat tervetulleita seuraamaan tunneille
- 13.10.–19.10. Syysloma Ei tunteja - tule leirille Jumppalaan!
- 24.10. Halloween disco Jumppalassa (kaikille avoin)
- 27.10.–2.11. Halloween teemaviikko - pukeudu naamiaisasuun tunnille!



- **18.11. Ilmoittautuminen kevätkaudelle 26 aukeaa syksyllä ryhmissä mukana olleille - huomioithan, että myös syyskaudella mukana olleiden tulee ilmoittautua uudestaan kevätkaudelle mikäli harrastusta halutaan jatkaa**
- 25.11. Ilmoittautuminen kevätkaudelle 26 aukeaa kaikille
- 6.12. Itsenäisyyspäivä Ei tunteja
- 14.12. Harrastetuntien syyskausi 25 päättyy

NÄYTÖKSET JA TAPAHTUMAT

- Joulunäytös, Kupittaaan Palloiluhalli (voimistelukoulut, tanssi, baletti) - pvm. tarkentuu salivuoron myötä!
- 13.12. Joulunäytös, Alfa (telinevoimistelu Alfa ryhmät)
- Jouluriehat telinekouluilla (Ninjagym, Freegym, telinekoulut yhteinen riehapäivä) - pvm. tarkentuu salivuoron myötä!

AVOIMET LEIRIT

- 9.–13.6. Telinevoimistelun kesäleiri, Alfa 2025
- 23.–27.6. Telinevoimistelun kesäleiri, Alfa 2025
- 4.–6.8. Kesän voimistelu- ja liikuntaleiri, Jumppala 2025
- 13.–15.10. Syksyn voimistelu- ja liikuntaleiri, Jumppala 2025
- 16.2.–18.2. Talven voimistelu- ja liikuntaleiri, Jumppala 2026

Toimistosihteeri, Viivi Kohonen

Ensisijainen yhteystieto harrasteryhmäläisille, jäsenrekisteri MyClub, liikunnalliset syntymäpäivät
p. 040 4862778 voli@turunurheiluliitto.fi
ma, ti, to, pe klo 9.00–14.00, ke klo 9.00–13.00

Voimistelukoordinaattori, Katariina Tamminen

voimistelukoordinaattori@turunurheiluliitto.fi

Valmennuspäällikkö, Annukka Almenoksa (kilpalajien tiedustelut)

annukka.almenoksa@turunurheiluliitto.fi

Toimistokoordinaattori, Mona Leino (laskutus- ja maksuasiat)

p. 040 820 62 06 mona.leino@turunurheiluliitto.fi

Seuraa meitä somessa!



Turun Urheiluliitto Voimistelu

@turunurheiluliitto.gymnastics