

TERVETULOA HARRASTAMAAN TURUN URHEILULIITON VOIMISTELUJAOSTOON!

Jaostossamme toimii kuusi upeaa voimistelun kilpalajia; akrobatiavoimistelu, joukkuevoimistelu, kilpa-aerobic, rytmisen 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 Jumppala (Emmauksenkuja 2)
- Liikuntakeskus Alfa (Raunistulantie 15)
- Pääskyvuoren koulu, yläsali (Talvitie 10)
- Vasaramäen koulu (Lehmustie 7)
- Vähä-Heikkilän koulu, **Uittamon yksikkö** (Jalustinkatu 8)
- Syvälahden koulu (Vanha Kaksikerrantie 8)
- Raunistulan koulu (Oikotie 1)
- Pallivahan koulu (Paltankatu 4)

Tarkemmat saapumisohjeet löydät nettisivuiltamme:

www.voli.fi/lanu/tunneille-saapuminen/



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 huoltajat 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 eikä pukuhuoneisiin 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 ryhmän ohjaajalta.

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

Telinekoulun temppumerkistövihko: Telinekoulussa käyvät voivat ostaa ohjaajilta TuUL:n Temppumerkistövihon 5 € hintaan käteisellä, MobilePaylla tai ilmoittautumisen yhteydessä, jolloin lisämaksu kohdentuu laskulle. Laskulle ostettaessa vihon saa tunnilta, kun näyttää laskun ohjaajalle. Vihon liikkeitä harjoitellaan tunneilla ja voimistelijan suorittamat liikkeet merkitään vihkoon tietyin

väliajoin. Vihon avulla voimistelija, huoltajat ja ohjaaja voivat seurata voimistelijan kehittymistä. Sama vihko on käytössä koko vuoden (syys- ja kevätkauden) tai pidempäänkin tarvittaessa.

Voimistelukoulun voimistelupassi: Voimistelukoulussa käyvät saavat ohjaajalta Voimisteluliiton voimistelupassin (alkeis- tai alkeisjatko). Passin liikkeitä harjoitellaan tunneilla ja voimistelijan suorittamat liikkeet merkitään vihkoon tietyn väliajoin. Vihon avulla voimistelija, huoltajat ja ohjaaja voivat seurata voimistelijan kehittymistä. Vihko sisältyy kausihintaan. Jos vihko katoaa, tulee uudesta vihosta maksu 2 €, jonka voi maksaa joko tunnin ohjaajalle käteisellä tai Jumppalan kassalle. Sama passi on käytössä koko vuoden (syys- ja kevätkauden) tai pidempäänkin tarvittaessa.

Balettivihko: Alkeisbaletin kaikilla tasoryhmillä on käytössä TuUL:n balettivihko. Vihko sisältyy kausimaksuun. Vihko auttaa tanssijaa, huoltajia ja ohjaajaa seuraamaan oppimisen etenemistä. Jos vihko katoaa, tulee uudesta vihosta maksu 2 €, jonka voi maksaa joko tunnin ohjaajalle käteisellä tai Jumppalan kassalle. Sama vihko on käytössä koko vuoden (syys- ja kevätkauden) tai pidempäänkin tarvittaessa.

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 €, jonka voi maksaa joko tunnin ohjaajalle käteisellä tai Jumppalan kassalle. Sama kortti on käytössä koko vuoden (syys- ja kevätkauden) tai pidempäänkin tilan riittäessä.

Tiedottaminen tapahtuu kauden aikana ensisijaisesti jäsenrekisteristä lähetettävien sähköpostien avulla. Hyväksyttehän seuran sähköpostit myClub-tililtänne. Valitettavasti jäsenrekisteristä tulleet sähköpostit saattavat mennä roskapostiin, kurkkaatthän myös sieltä, jos posteja ei kauden aikana kuulu.

Tempputaaperot/Metsähiiret/Herkulekset (alle 7-vuotiaat): näissä ryhmissä käyvillä tulee olla Alfaan 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/syys) eli uuden kauden alkaessa tulee olla yhteydessä toimistoon uudelleen aktivointia varten. Uudet rannekkeet toimitetaan Alfalle ja ohjaaja jakaa rannekkeita osallistujille sitä mukaan, kun niitä toimitetaan.

Tarkemmat tiedot rannekkeen hankinnasta liitteenä olevasta ohjeesta.

Harrastekausi

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

Lisätietoa harrastekauden maksuasioista löydät voli.fi/lanu/hinnasto/

Lisätietoa päivämääristä ja tapahtumista löydät voli.fi/lanu/kalenteri/

Muuta infoa löydät voli.fi/lanu/infokirje/

Liikunnalliset syntymäpäivät

Voimistelujaosto järjestää liikuntasyntymäpäiviä lapsille, jossa monipuolinen teematarjonta. Lisää tietoa syntymäpäivistä löydät voli.fi/liikunnalliset-syntymapaivat/

KEVÄTKAUSI 12.1.-17.5.2026 - tapahtumakalenteri

9.-15.2. Kaveriviikko tunneilla - tuo kaveri mukaan tunnille - huom. vain ryhmät, joissa on tilaa!

16.-22.2. Talviloma EI tunteja - tule leirille!

9.-15.3. Huoltajien viikko - huoltajat tervetulleita seuraamaan tunneille

3.-6.4. Pääsiäinen EI tunteja

24.4. Kaikille avoin VAPPUDISCO Jumppalassa

30.4.-1.5. Vappu EI tunteja

4.-10.5. Teemaviikko - ota pehmolelu mukaan tunnille!

14.5. Helatorstai EI tunteja

NÄYTÖKSET

11.4. Kevätnäytös Alfa (telinevoimistelu Alfa ryhmät)

16.5. Kevätnäytös Lietohalli (voimistelukoulut, baletti ja tanssi)

17.5. Kevättrieha, Vasaramäen koulu (Ninja- ja Freegym, telinekoulut)

Päivittyvä tapahtumakalenteri, jossa ajankohtaiset tiedot: voli.fi/lanu/kalenteri/

AVOIMET LEIRIT

16.-18.2. Talven liikuntaleiri, Jumppala

8.-12.6. Telinevoimistelun kesäleiri, Alfa

22.-26.6. Telinevoimistelun kesäleiri, Alfa

3.-5.8. Kesän liikuntaleiri, Jumppala

12.-14.10. Syksyn liikuntaleiri, Jumppala

Toimistosihteeri, Viivi Kohonen

Ensisijainen yhteyshenkilö 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



Turun Urheiluliitto Voimistelu



@turunurheiluliitto.gymnastics