



MOI
2009-2010
SYNTYNYT!



#KORISONKIVAA
ALOITA  **KÖRIS**
TOPOLA.FI

TERVETULOA PELAAMAAN KORISTA!

ToPoLa, Touhun Pojat Lauttasaari, järjestää vuonna 2009 ja 2010 syntyneille mahdollisuuden aloittaa syksyllä uusi kiva ja monipuolinen urheiluharrastus.

Koripallossa harjoitellaan ensin perusasioita; kuljettamista, heittämistä ja syöttämistä sekä muita liikunnallisia taitoja. Lisäksi lapset pääsevät pelaamaan myös pian ensimmäiset ottelunsa.

Tervetuloa pelaamaan korista!

MIKSI KORIS ON KIVAA?

Koris tarjoaa onnistumisen iloa ja positiivisia elämyksiä.

Koris on monipuolinen laji, joka kehittää koordinaatiota, nopeutta, ketteryyttä, kestävyyttä, lihasvoimaa ja pallonhallintaa.

Koris on mukava joukkuepeli, jonka parissa saa uusia kavereita ja sosiaalisia taitoja.



TOUHUN VALMENTAJAT

Pojat 2009 ja 2010 -joukkueiden valmennuksesta vastaavat **Karri Haaparinne** ja **Riku Laanti**.

Karri on kokenut ToPoLan riveissä sekä junioreina, että vaikuttajana. Riku sen sijaan on pelannut useita vuosia miesten mestaruussarjassa sekä miesten maajoukkueessa.

Tytöt 2010 joukkueen valmennuksesta vastaavat **Siiri Kinnunen** ja **Pauliina Kontio**.

Siirillä on pitkä pelaajatausta ToPoLassa ja on myös valmentanut seurassa useamman vuoden, viimeksi ToPoLan C-tytöissä kaudella 2016-17. Pauliina on myös ToPoLan kasvattaja ja peliuran lisäksi hän on myös toiminut valmentajana ToPoLassa.

Tytöt 2009 joukkueen valmennuksesta vastaavat **Dinah Bedretdin**, **Reetta Rajamäki** ja **Nora Barkman**.

Dinah on valmentanut jo usean vuoden ToPoLassa, viime kaudella hän valmensi ToPoLan 05-06 tyttöjä. Dinah pelaa tällä hetkellä ToPoLan naisten joukkueessa ja on pelannut myös naisten SM-sarjaa ja esiintynyt myös nuorten maajoukkuepöydässä.

Noralla ja Reetalla on molemmilla myös pelaajataustaa ja ovat aloittaneet valmennuksen ToPoLassa.

KORISTA LAUTTASAARESSA

ToPoLan perinteisenä kotihallina toimineen Lauttasaaren yhteiskoulun saliremontti valmistuu syksyllä, jolloin saliin mahtuu kerralla jopa kaksi koriskenttää.

Viereen nousee myös uusi halli, jossa yksi kansainvälisen koripalloliiton hyväksymä virallinen kenttä, joka voidaan jakaa kolmeen minikoripallokenttään.

Lisäksi nuorimmat Touhulaiset voivat harrastaa koripalloa myös Myllykallion ja Pajalahden kouluissa sekä muissa jo tulevaisuuden suunnitelmassa nousevissa koulun liikuntatiloissa.

ToPoLa ottaa siis jatkossa vastaan enemmän koriksen aloittavia nuoria, kuin koskaan aikaisemmin. Junioreille itselleen tämä mahdollistaa myös omatoimisen liikunnan harjoituksiin.

LIKUNNASTA HYÖTYÄ

Lasten liikuntaharrastus luo pohjan terveellisille elämäntavoille aikuisiälle asti. Lukuisat tutkimukset osoittavat, että aktiivinen liikunta auttaa niin terveyden kuin oppimisenkin osalta.

IKUISIA KAVEREITA

ToPoLa täyttää ensi vuonna 40-vuotta. Moni juniorina korista pelannut ja myöhemmin työelämässä/siviilielämässä menestynyt topolalainen painottaa harrastuksesta saatujen oppien ja elinikäisten kavereussuhteiden merkitystä itselleen.

LIIKU MONIPUOLISESTI

ToPoLan toiminta painottuu talvikaudelle (syys- toukokuu). Harjoituksia tulee olemaan noin kahdet viikossa, yhtenä arki-iltana ja kerran viikonloppuna.

Uskomme että mahdollisimman monipuolinen liikunnallinen kehitys on lapsen etu. Sen vuoksi rohkaisemme nuoria harrastamaan myös muita lajeja kuin koripalloa.

KORIS ON SUOSITTUA

Koripallo on maailman toiseksi harrastetuin pallopuoli ja yksi maailman suurimmista urheilulajeista. Laji on myös kovassa kasvussa Suomessa.

Koripallomaajoukkueen, eli Susijengin positiiviset otteet, niin kentällä kuin kentän ulkopuolellakin, ovat houkutelleet lajin pariin entistä enemmän faneja ja pelaajia. Myös ToPoLa on viime vuosina tuhlannut jäsenmääränsä 200:sta yli 400 jäseneseen. ToPoLa tekee myös yhteistyötä korisliigajoukkue Seagullsin kanssa. Seagullsin ja Susijenginkin pelaajia on vierailut ToPoLan junioreille järjestämissä tapahtumissa, jonka lisäksi ToPoLan junioreille on järjestetty retkiä Seagullsin liigaotteluihin.

KORIS ON EDULLISTA

ToPoLa on hinta-laatusuhteeltaan kilpailukykyinen huippuseura.

Koripalloharrastus ei vaadi kalliita varusteinvestointeja. Sisätossut, shortsit ja t-paita riittävät.

Alkuun pääsemiseksi ei tarvita välttämättä edes omaa palloa.

Kausimaksut
(Alla kokonaissummat, maksetaan neljässä erässä)

Tytöt 2010 ja Pojat 2009 - 2010	380€
Tytöt 2009	450€

OTA YHTEYTTÄ

Tytöt 2010 - Siiri Kinnunen,
040 832 5842 - ziruska@gmail.com

Tytöt 2009 - Dinah Bedretdin
040 506 8182 - dinahbedretdin@hotmail.com

Pojat 2009 - 2010 - Riku Laanti,
041 544 4544 - riku.laanti@rlcim.com