

SYKSY 2021

Kesä on takana ja syyskausi saadaan käyntiin vakiovuoroilla 16.8. alkaen. Tänä syksynä VVS:n kilpa-aerobic-ryhmiä on 2 avointa valmennusryhmää sekä 7 valmennusryhmää

Joka kuukausi VVS:n nettisivuille kilpa-aerobic-osion alle julkaistaan kuukausitiedote. Tiedotteessa infotaan KA-toiminnan ajankohtaisista asioista tulevan kuukauden osalta. Toivotaan, että tulevalla kisakaudella pääsisimme kaikki kilpailemaan myös livenä!

Tiedotteet & muut infot löydät [TÄÄLTÄ](#)

LISENSSIT

Muistutuksena lisenssien osto. Viime kauden lisenssit vanhenevat elokuun lopussa. Ilman lisenssiä kilpailuihin ilmoittautuminen ja osallistuminen ei onnistu. Lisenssien hankintaohjeet ja lisäinfoa löytyy [TÄSTÄ LINKISTÄ](#)

Tässä listaus joukkueelle tarvittavasta lisenssistä:

JOUKKUE	TARVITTAVA LISENSSI
Avoimet valmennusryhmät	Lisenssille tarve keväällä 2021
Minit 8-9v.	Kilpa B
Minit yli 9v, Prennut, Junnut, Sennut	Kilpa A

Huomioithan, että lisenssi on oston jälkeen voimassa koko kauden 2021-2022 (31.8.2022 asti), joten ostathan lapsellesi lisenssin, joka voi olla käytössä ensi elokuuhun asti.

Tapahtumakalenteri

VKO 33	Vakiovuorot alkaa!
18.8.	Esiintyminen Myyrmäen lähiliikuntapuiston avajaisissa (Junnujen Aerodance)
28.8.	VVS Syyskipinä, lisää infoa
7.9.	VVS Kilpainfo klo 19, Zoom
17.-18.9.	Talentti-ringin leiri, Varalan UO
18.-19.9.	Minitalentti-ringin leiri, Varalan UO
16.-17.10.	Varala Cup, Tampere
VKO 42	Syysloma, erillinen aikataulu
23.-24.10.	NVS Cup, Nokia
30.10.	3 lajin kilpailut, Tampere
6.11.	VVS 45v. juhlaillallinen, tähän voi ostaa illallislippuja
13.-14.11.	Kajaani Cup, Kajaani
26.-28.11.	SM- & Kilpasarjojen mestaruuskilpailut
10.-11.12.	Talentti-ringin leiri, Varalan UO
11.-12.12.	Minitalentti-ringin leiri, Varalan UO
11.12.	VVS 45v Gaala, Energia Areena

VVS VALMENNUSRYHMÄT JA VALMENTAJAT

Minit-ikäkausi

- Minit
- Vastuvalmentaja: Maija Keurulainen
- Valmentajat: Teresa Kortelainen, Iina Niiranen
- Apuvalmentajat: Anna Outinen, Vilma Lipponen


Prennut-ikäkausi

- Prennut Talent
- Vastuvalmentaja: Olivia Huiko
- Valmentajat: Sanni Mäntykivi, Erin Bemeleit, Sonja Tynnilä
- Prennut Elite
- Vastuvalmentaja: Sanni Mäntykivi
- Valmentajat: Olivia Huiko, Erin Bemeleit, Sonja Tynnilä

Junnut-ikäkausi

- Junnut Talent
- Vastuvalmentaja: Liinu Oikari
- Valmentajat: Maija Keurulainen, Sonja Tynnilä
- Junnut Elite
- Vastuvalmentaja: Maija Keurulainen
- Valmentajat: Sanni Mäntykivi, Susanna Pakarinen

Sennut-ikäkausi

- Sennut Talent
 - Vastuvalmentaja: Sanni Mäntykivi
 - Valmentajat: Leena Enbom, Susanna Pakarinen
 - Sennut Elite
 - Vastuvalmentaja: Sanni Mäntykivi
 - Valmentajat: Leena Enbom, Henni Aro, Susanna Pakarinen
- 

VOIMISTELULIITON RINKITOIMINTA

Rinkikaudelle 2021-2022 VVS:sta rinkeihin valittiin 4 urheilijaa:

- Minitalentti-rinki: Taika Nuorkivi
- Talentti-rinki: Maija Keurulainen, Saija Mokka, Alina Huiko

Rinkileirit järjestetään aina Varalan Urheiluopistolla. Rinkikauden leirien päivämäärät:

Talentti-rinki:

Pe 17.9.21.-la 18.9.21 Talentti-rinki

Pe 10.12.21- la 11.12.21 Talentti-rinki

Pe 28.1.22- la 29.1.22 Talentti-rinki

Minitalentti-rinki:

La 18.9.21- su 19.9.21 Minitalentti-rinki

La 11.12.21- su 12.12.21 Minitalentti-rinki

La 29.1.22- su 30.1.22 Minitalentti-rinki

AVOIMET LEIRIT

Voimisteluliitto järjestää Varalassa myös avoimia leirejä, joihin voi osallistua rinkitoiminnan ulkopuolelle jääneet urheilijat. Leirejä järjestetään elokuussa 2021 sekä tammikuussa 2022. Leirillä harjoitellaan kilpa-aerobicin perustaitoja sekä lajissa vaadittavia ominaisuuksia ikä- ja taitotasolle sopivalla tavalla.

Leirien ajankohdat 2021-2022

Alle 12-vuotiaat: La 14.8. klo 9-17, Varalan Urheiluopisto

Yli 12-vuotiaat kilpasarja: Su 15.8. klo 9-17, Varalan Urheiluopisto

Alle 12-vuotiaat : La 15.1. klo 9-17, Varalan Urheiluopisto

Yli 12-vuotiaat kilpasarja: Su 16.1. klo 9-17, Varalan Urheiluopisto

Leirien hinnat:

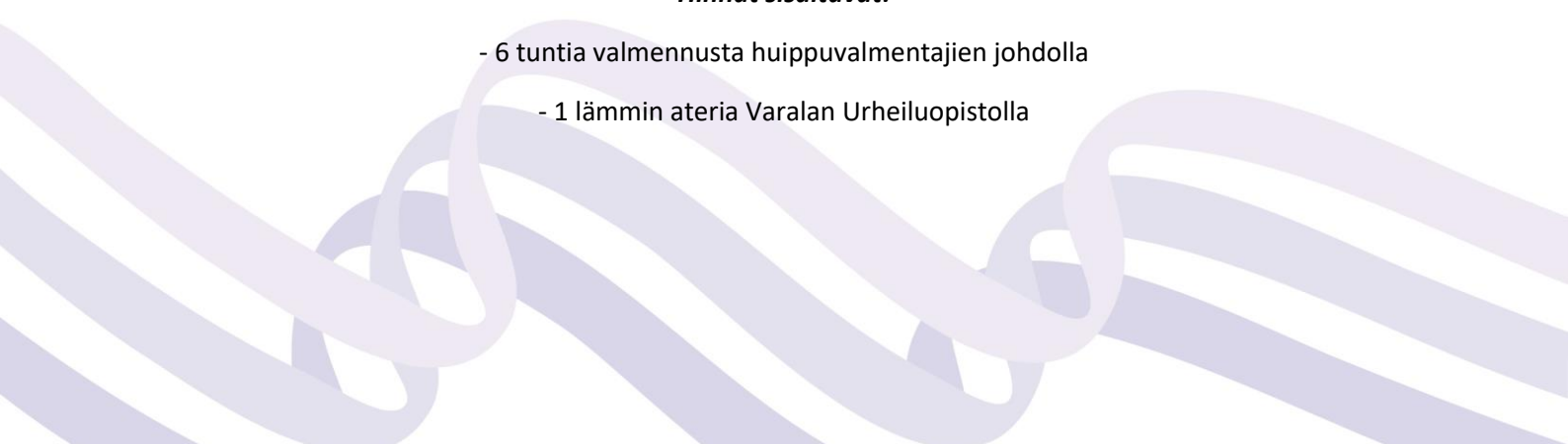
- 65€/urheilija

- 50€/valmentaja

Hinnat sisältävät:

- 6 tuntia valmennusta huippuvalmentajien johdolla

- 1 lämmin ateria Varalan Urheiluopistolla



VVS KILPA-INFO 7.9.

VVS järjestää kilpalajien yhteisen infon tiistaina 7.9. klo 19 alkaen. Info toteutetaan Zoomin kautta, jotta osallistuminen olisi jokaiselle mahdollisimman helppoa ja turvallista. Laitathan päivämäärän ylös kalenteriin, toivomme osallistumista jokaisen urheilijan perheeltä.

Joukkuekohtaisista vanhempainpalavereista ilmoitetaan erikseen elokuun aikana ja myös ne tullaan toteuttamaan Zoomin kautta.

VVS SEURAVAATTEET

PIRUETIN SEURATILAUS

Jokaisella VVS:n kilpa-aerobiccaajalla tulisi olla Piruetin tummansininen toppi (väri: Navy). Seuratilauks on auki 9.8. - 26.8. ja tämän tilauksen toimitus on vko 39.

Seurakauppaan pääset tällä linkillä (aktiivointikoodi: uomarinne10):

<https://piruetti.fi/seurat>

FACEBOOK-KIRPPIS

Käytettyjä seuravaatteita voit myydä ja ostaa myös aktiiviselta facebook-kirppikseltä. Löydät sen facebookista hakusanalla "VVS jumppakirppis".

Kilpa-aerobicin urheilijoille on myös oma facebook-kirppis, jossa myydään myös kisapukuja ja kisakenkiä. Tämän löydät hakusanalla "Kilpa-aerobic KIRPPIS"

MUUT SEURAVAATTEET & TARVIKKEET

Seuran toimistolla on myynnissä muutamia kokoja VVS:n craft-mallin huppareista sekä hyppynaruja. Voit olla näistä yhteydessä joko ryhmän vastuuvallmentajaan tai suoraan seuran toimistoon sähköpostitse: toimisto@vantaanvoimisteluseura.fi



SYKSYN 2021 KILPAILUT

Syksyn kilpailukalenteri tullaan käymään ryhmäkohtaisesti läpi vanhempainpalavereissa. Järjestettävät kilpailut löydät tiedotteen alussa olevasta tapahtumakalenterista. Vielä emme osaa sanoa järjestetäänkö kilpailut etäkisoina vai pääsemmekö kilpailemaan livenä. Infoamme tarkemmin kilpailuista heti, kun saamme järjestäviltä seuroilta lisätietoja.



JOJOT & RAHASTONHOITAJAT

Jokaiselle ryhmälle tullaan valitsemaan joukkueenjohtaja sekä rahastonhoitaja vanhempainpalaverin aikana. Voitte jo valmiiksi pohtia ketkä voisivat sopia kyseisiin tehtäviin. Jojo ja rahis toimivat korvaamattomana apuna meille valmentajille kauden aikana.

Jojon tehtävät:

- Auttaa valmentajia käytännön asioiden hoidossa tarvittaessa
- Hoitaa mm. talkootöiden organisointia, varainkeruuta sekä delegoi erilaisia joukkueen toimintaan liittyviä tehtäviä muille vanhemmille (esim. tapahtumat, kisamatkat, majoitukset)

Rahiksen tehtävät:

- Vastaa joukkueiden omista kuluista ja hallinnoi joukkueen omaa tiliä
- VVS rahis laskuttaa vanhemmilta joukkue-/ryhmäkohtaiset joukkuemaksut, esim. hankinnat, kisamatkakulut yms.
 - Joukkueen tilille kerätään rahaa ennakoon siten, että kululaskun tullessa rahastonhoitaja pystyy maksamaan laskun
- Rahis saa vastuvalmentajalta kaudeksi luodun budjetin, joka käydään läpi ja hyväksytään yhdessä ensimmäisessä vanhempainpaliksesssa

VVS 45V JUHLAVUOSI

VVS viettää 45v juhluvuotta tänä vuonna ja sen vuoksi tuleva syksy sisältää muutamia tapahtumia juhlavuoteen liittyen.

VVS SYYSKIPINÄ 28.8.

Lauantaina 28.8. VVS Temppiksen (Vetokuja 1B) sekä lähiympäristön valtaa liikunnan riemu ja yhteisöllisyys kun polkaisemme syyskauden käyntiin sekä juhlimme tänä vuonna jo 45 vuotista seuraamme.

Tapahtumassa luvassa:

- klo 9-12 OpenTemppis: Vapaata tempuilua VVS Temppiksellä! (Alle kouluikäiset huoltajan seurassa)
 - klo 9-15 Näyttely 45 vuotiaan VVS:n historiasta VVS Temppiksellä
 - klo 10-13 Liikunnallisia pisteitä Lounaniityn hiekkentällä (Usvatie 15)
 - klo 14-17 Aikuisten jumppamaraton VVS Temppiksellä

VVS 45v JUHLAILLALLINEN 6.11.

VVS järjestää yhdessä Wandas-ravintolan kanssa juhlaillallisen, johon voi ostaa illallislippuja. Tässä mainio idea vaikka voimisteluvanhempien virkistysillaksi! 😊 Tästä lisäinfoa lähempänä.

VVS GAALA 11.12.

Juhlavuosi huipentuu gaalaan lauantaina 11.12. Energia Areenalle. Luvassa on upea tarinan ympärille rakennettu voimisteluelämys koko perheelle. Kilpa-aerobiccaajat esiintyvät gaalassa sitä varten luodulla yhteisohjelmalla sekä Junnujen Aerodance-ohjelmalla. Yhteisohjelmaa harjoitellaan syksyn 2021 aikana.



YHTEYSTIEDOT

- Sanni Mäntykivi

sanni.mantykivi@vantaanvoimisteluseura.fi / 045-2686770

- KA päävalmentaja
- Jojo- & rahis-yhteyshenkilö
- Prennut-tiimien yhteyshenkilö
- Sennut-tiimien vastuvalmentaja
- Avoimet ryhmät yhteyshenkilö

- Maija Keurulainen

maija.keurulainen@vantaanvoimisteluseura.fi / 040-0343493

- Minit vastuvalmentaja
- Junnut Elite vastuvalmentaja

- Liinu Oikari

liinu.oikari@vantaanvoimisteluseura.fi / 044-2749450

- Junnut Talent vastuvalmentaja

- Olivia Huiko

olivia.huiko@vantaanvoimisteluseura.fi

- Prennut Talent vastuvalmentaja

- Teresa Kortelainen

teresa.kortelainen@vantaanvoimisteluseura.fi

- Avoimet ryhmät vastuvalmentaja

- Susanna Pakarinen

- Fysioterapeutti

- Ajanvaraus netti osoite:

<https://outlook.office365.com/owa/calendar/VVSFYSIO@elitefysio.fi/bookings/>

- Puhelin: 040 867 9514

- Vesa-Pekka Virtanen

- Hieroja

- Ajanvaraus puhelimitse: 040 862 0260

- VVS sopimushinta urheilijoille

- Vastaanotto Temppiksellä
- 