

Koronapandemiasta huolimatta VARSY:n lajikouluihin ilmoittautuminen avataan!
Tavoitteena on, että lajikoulutoiminta voidaan käynnistää tammikuun aikana.

Koronaan liittyvät varotoimenpiteet sekä sen hetkinen viranomaisohjeistus huomioidaan kaikessa VARSY:n toimintojen suunnittelussa, järjestelyissä ja toteutuksessa.



Aitakoulu 2021

Aitakoulu on suunnattu aitajuoksusta kiinnostuneille 13 – 16 vuotiaille urheilijoille; mahdollisuus harjoitella lajia turvallisesti asiantuntevassa ohjauksessa.

- ❖ Aitakoulu järjestetään Kupittaaan urheiluhallissa, keväällä kelien salliessa PN-stadionilla
- ❖ Aitakoulun valmentajana toimii Pasi Teini
- ❖ Aitakoulu sisältää kymmenen 90' harjoitusta. Harjoituksissa käydään läpi aitajuoksun tekniikkaharjoittelun ohella, aita- ja pikajuoksulle ominaisia perusominaisuusharjoitteita, sekä aita- ja pikajuoksun osaharjoitteita.
- ❖ Aitakoulu kokoontuu hallikaudella **keskiviikkoisin klo 18:45 – 20:15**. Kokoontuminen kouluttajan ohjeiden mukaan kahden – kolmen viikon välein.
- ❖ Aitakouluun ovat tervetulleita urheilijoiden valmentajat ja huoltajat (hallissa varauksella).
- ❖ Osallistumismaksu on 150€ /urheilija, maksu sisältää kymmenen harjoitusta hallimaksuineen sekä huoltajan/valmentajan hallimaksut!
- ❖ Ilmoittautumiset aitakouluun **10.1. mennessä** sähköisellä ilmoittautumislomakkeella, johon pääset <https://varsy.sporttisaitti.com/valmennus/lomakkeet/lajikoulut/>

Aitakoululaiset otetaan ryhmään ilmoittautumisjärjestyksessä ja ryhmän maksimikoko on n. 10 urheilijaa.

Ryhmä toteutuu, mikäli ilmoittautuneita on vähintään kuusi. Ryhmäläisille ilmoitetaan valinnasta s-postitse ilmoittautumisajan päätyttyä.

Tiedustelut Pasi Teini pasi.teini@gmail.com, p. 040-7302483

