

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.



Hyppykoulu 2021

Uutena lajikouluna aloitetaan hyppykoulu, joka on suunnattu 13 – 16v. pituushypyn ja 3-loikan harrastajille (n. tulosraja ikäluokan A- ja B tuloksen puoliväli).

- ❖ Hyppykoulua järjestetään Turussa Kupittaaan urheiluhallissa, keväällä kelien salliessa PN-stadionilla.
- ❖ Hyppykoulun valmentajana toimii Samuli Henriksson.
- ❖ Hyppykoulu sisältää kymmenen 90' harjoitusta.
- ❖ Harjoituksissa käydään läpi hyppytekniikoiden ohella, hyppylajeille ominaisia ominaisuusharjoitteita, ponnistamista ja hyppyjen osaharjoitteita.
- ❖ Hyppykoulu kokoontuu hallissa **torstaisin klo 19:00 – 20:30**. Kokoontuminen kouluttajan ohjeiden mukaan kahden – kolmen viikon välein.
- ❖ Hyppykouluun ovat tervetulleita urheilijoiden valmentajat ja huoltajat (hallissa varauksella).
- ❖ Osallistumismaksu on 150€ /urheilija, maksu sisältää kymmenen harjoitusta hallimaksuineen sekä huoltajan/valmentajan hallimaksut!
- ❖ Ilmoittautumiset hyppykouluun **10.1. mennessä** sähköisellä ilmoittautumislomakkeella, johon pääset <https://varsy.sporttisaitti.com/valmennus/lomakkeet/lajikoulut/>

Hyppykoululaiset otetaan ilmoittautumisjärjestyksessä, ryhmän maksimikoko on n. 12 urheilijaa.

Ryhmä toteutuu, mikäli ilmoittautuneita on vähintään kuusi.

Ryhmäläisille ilmoitetaan valinnasta s-postitse ilmoittautumisajan päätyttyä.

Tiedustelut Samuli Henriksson

samuli.henriksson@live.com p. 050-5247950

