



Tulevat tapahtumat

- Seurakisat La 3.12.
 - Seurakisat järjestetään harjoitusten aikaan Myllypuron liikuntahallissa! Lisäinfoa lähetetään lähempänä kilpailuja!
- Joulutauko 20.12.2022-3.1.2023

Tulevista kilpailuista tiedotetaan myöhemmin!

Kauden 2022-2023 ilmoittautuminen on auki!

Uuden kauden ilmoittautuminen on auki nettisivuillamme!

Voit valita ikäryhmän ja harjoitusmäärän klikkaamalla ikäryhmää. Ilmoittautumaan pääset Suomisportin kautta ja valitsemaan haluamasi harjoituskerrat per viikko. **HUOM!** Harjoitusmaksuun sisältyy automaattisesti 30 euron jäsenmaksu.

Uutuuna tulevalle kaudelle tarjolla myös seiväshyppyrhythmi sekä kestävyysjuoksuryhmä.

Mikäli tarvitset apua tilisi aktivoinnin kanssa, ole yhteydessä osoitteeseen: suomisport@olympiakomitea.fi

Uusi harjoituskausi alkoi tiistaina 4.10. Myllypuron liikuntahallilla. Muista ilmoittautua ajoissa uudelle kaudelle ja varmista samalla paikkasi harjoitusryhmiin!

Mikäli et ole vielä ilmoittautunut, voit tehdä sen nettisivuillamme kauden alkamisen jälkeenkin!

Ilmoittautuminen kaudelle 2022-2023



The image shows the Suomisport Seurapalvelu logo, which consists of a stylized white cross with four smaller crosses at its ends, positioned above the text 'SUOMISPORT SEURAPALVELU' in white on a blue background. Below the logo is the tagline 'SUJUVAMPAA SPORTTIARKEA'. To the right of the logo is a stack of three smartphone screens displaying the app's interface. The top screen shows a user profile for 'Wivi Aho' with a photo and statistics. The middle screen shows a list of teams and their details. The bottom screen shows a calendar or schedule view. The app interface is clean and modern, with a blue and white color scheme.

Palvelun tarjoaa
Suomen Olympiakomitea +

Tilaa uudet seuravaatteet Intersportista kaudelle 2022-2023!

Uusi seuravaatetilaus tulee tehdä marraskuun aikana 2022! Näin saamme kilpailuasut tuleviin hallikilpailuihin. Toimituksissa on ollut viivettä, mutta tilausaikataulu on nyt selvitetty Craftilta ja toiveena tuli tehdä tilaus nyt marraskuun aikana!

Seuramallistosta löydät kokoja niin aikuisille kuin lapsille.

Voit tilata tuotteet postipakettina, suoraan kotiisi tai noutaa ne Intersport Suomenojalta osoitteesta:

Intersport Espoo Suomenoja, Isonniitynkuja 2, 02270 Espoo

[09-887 4150](tel:09-8874150)
suomenoja@intersport.fi

Seurakauppa
09- 887 415 80
seuratilaus.suomenoja@intersport.fi

Seurakaupan yhteyshenkilö:
Juha Remes
050 350 1602
juha.remes@intersport.fi

Klikkaa alla olevasta painikkeesta ja tilaa itsellesi uudet Craft-seuravaatteet!

Craft seuramallisto



Aikuisten urheilukoulu

Aikuisten harrastajaryhmä

Ryhmän toiminta on tarkoitettu kaikille yleisurheilusta kiinnostuneille aikuisille ikään, sukupuoleen tai kuntotason katsomatta. Treenit ovat kattaus fysiikka- ja lajiharjoittelua. Yleisurheilulajeja käydään monipuolisesti läpi, ja kunnon kohoaminen on taattua! Ryhmässä on myös mahdollisuus painottaa omaa harjoittelua erityisesti pika- ja kestävyysjuoksuun.

Kaikilla ryhmään osallistuvilla on oikeus osallistua seuran omaiin kilpailuihin ja alueen mestaruuskilpailuihin. Kaikilla yli 30-vuotiailla on myös mahdollisuus osallistua Suomen Aikuisurheiluliiton (SAUL) kilpailuihin. SAUL:n kisoissa on omat osallistumismaksunsa jotka eivät sisälly harrasteryhmän maksuun.

Hinnat kaudelle 2022-2023

1 x viikossa 395,00 euroa + 50,00 Jäsenmaksu
2 x viikossa 460,00 euroa + 50,00 Jäsenmaksu
3 x viikossa 555,00 euroa + 50,00 Jäsenmaksu

Valmentajat:

Hannes Alarotu (tiistai) ja Iiro Hietämäki (lauantai)

Kaikki aikuisten harrastajaryhmään osallistuvat maksavat harjoittelumaksun lisäksi 50 euron jäsenmaksun, joka maksetaan vain kerran harjoitusvuoden aikana. Maksulla saat myös käyttöösi seuran tarjoamat etuudet.

Aikuisten harrastajaryhmään osallistuville hankitaan kaikille SUL:n kilpailulisenssi, mutta se ei sisällä Sporttiturvan vakuutusta. Mikäli haluat vakuutuksen seuran kautta, olethan yhteydessä toimistoomme.

Harjoitusajat

ti 18.00-19.30 Liikuntamyly, Myllypuro
(pe 18.00-19.30 Liikuntamyly, Myllypuro)
la 12.30-14.00 Liikuntamyly, Myllypuro

Ulkokausi:

ti 18.00-19.30 Vuosaari, Heteniityn Urheilukenttä
to 18.00-19.30 Vuosaari, Heteniityn Urheilukenttä
(pe 18.00-19.30 Vuosaari, Heteniityn Urheilukenttä)

Lisätietoja: toimisto@viipurinurheilijat.fi

Tervetuloa kokeilemaan!

[Ilmoittaudu aikuisten urheilukouluun](#)

Länsiväyläjuoksu järjestetään jälleen 23.4.2023!

Syksyllä on loistava keli ulkoilla ja lenkkeillä. Nyt onkin otollinen hetki ottaa tavoitteeksi ensi kevään juoksukauden aloittava tapahtuma ja ilmoittautua mukaan hyvissä ajoin!

Ilmoittautumalla nyt, pääset mukaan todella edullisesti ja ota mukaasi myös ystäväsi ja unohtamatta joukkuekilpailua vaikkapa työporukan kanssa!

Länsiväyläjuoksu juostaan jälleen kerran Espoon kauniissa maastoissa ja lähtöpaikkana toimii perinteisesti Otaniemen urheilukenttä.

Ilmoittautuminen nettisivuiltamme!

<https://www.lansivaylajuoksu.fi/>

Viipurin Urheilijat

[Ilmoittaudu Länsiväyläjuoksuun](#)

Tue VU:ta ja lasten nuorten liikuntaa!



Ole mukana tukemassa yleisurheilua ja autan näin seuraa tärkeässä työssä lasten ja nuorten liikunnan eteen.

Viipurin Urheilijat järjestää yleisurheilun harrastus- ja kilpaurheilutoimintaa pääosin Itä-Helsingin alueella. Vuosittain toiminnassamme on mukana useita satoja lapsia, nuoria ja aikuisia. Olemme pitäneet toiminnan pyörimässä koko korona-ajan, koska on tärkeää, että lapset saavat ohjattua, turvallista ja monipuolista liikuntaa.

Pitkittänyt pandemia on kuitenkin kurittanut kovalla kädellä myös urheiluseurojen toimintaa eivätkä kaikki lapset ole löytäneet takaisin urheiluharrastuksiinsa. Koronatilanteen helpottuessa lapset ja nuoret tarvitsevat nyt entistä enemmän monipuolisia harrastusmahdollisuuksia ja se on mahdollista vain vahvalla taloudellisella panostuksella.

Tähän tarvitsemme teidän tukeanne, sillä seuramme kassa on syöty näiden kahden edlisen koronavuoden aikana.

Voit valita tukisummaksi 2000e, 5000e tai 10000e ja saat mm. nimikkoryhmän urheilukouluryhmistämme sekä logon nettisivuille sekä paljon muuta riippuen tukisumman suuruudesta.

Ennenkaikkea tuet seuraa tärkeässä työssä!

Mukana ovat mm. Intersport Suomenoja, [EcoIT](#) sekä [GemProperty](#).

Kaikkiin kysymyksiin vastaa:

Toiminnanjohtaja Sanna Saarman-Kemppi, sanna.saarman@viipurinurheilijat.fi, 050 550 8553.



GEM



Viipurin Urheilijat Ry
Jauhokuja 3
00920 Helsinki

[Kotisivut](#)

Osoitelähde: Asiakasrekisteri, uutiskirjeen tilaajat.
Jos et halua meiltä enempää postia, [poistu](#) postituslistalta.