



JUNNUTIEDOTE



Joulukuu 2015

Joulu lähestyy ja vuosi lähenee loppuaan. Joulun aikaan on aika hengähtää, jotta jaksaa taas täydellä teholla yleisurheilun parissa kevätkaudella. Syyskausi on alkanut hienosti, harjoitukset sujuvat mainiosti ja kilpailuissa on tullut jo nyt paljon uusia ennätyksiä!

Kausi alkoi ennätysmäärällä urheilukoululaisia ja mukana on paljon uusia yleisurheilijoita. Kiitos jo nyt kaikille mukana oleville, meillä on upea porukka tekemässä työtä lasten liikunnan hyväksi!

Nopeasti joulutauon jälkeen onkin jo junnuviestien aika 16.1.2016 ja silloin toivottavasti saadaan mahdollisimman paljon VU:n väriä kentälle pinkomaan.

Kevätkausi tuo hieman muutoksia ohjaajatilanteeseemme nykyisistä ohjaajista osan elämäntilanteen muuttuessa työn tai armeijan vuoksi. Jokaisella ryhmällä kuitenkin tulee jatkossakin olemaan osaava ohjaaja, joka sopii kyseisen ryhmän vetäjäksi.

Kauan odotetut urheilukoulupaidat ovat vihdoinkin myös tulossa, toivottavasti saamme ne jakoon ennen joulutaukoa.

Hyvää joulun odotusta toivottaen,

Sanna Saarman
Valmennuspäällikkö
sanna.saarman@viipurinurheilijat.fi

Joulujuhla 16.12.2015

Perinteinen junioreiden joulujuhla järjestetään keskiviikkona 16.12.2015 klo 18.00 Karjalatalolla (Käpylänkuja 1).

Luvassa on kaudella 2014-2015 ansioituneiden juniorien palkitsemista, yhteistä ohjelmaa ja jouluista tarjottavaa. Kuulemma joulupukkikin ehtii paikalle!

Kaikki VU:n juniorit perheineen ovat tervetulleita mukaan.

Ilmoittautuminen netin linkin kautta:
<https://viipurinurheilijat-fi.directo.fi/joulujuhla-16-12/>



Joulutauko toimistolla & treeneissä

Treeneissä pidetään joulutauko, joka alkaa viikolla 52. Viimeiset harjoitukset ennen taukoa ovat lauantaina 19.12.

Joulutauko kestää loppiaiseen saakka eli treenit jatkuvat kaikkien ryhmien osalta lauantaina 9.1.2016. Poikkeuksena tähän kilparyhmät, jotka aloittavat jo perjantaina 8.1.2016.

Tauon ajaksi saatte kotiharjoitusohjelmia, joita voitte toteuttaa esimerkiksi ulkona liikkuen. Kilparyhmät saavat ohjaajilta omatoimiseen harjoitteluun ohjelmat ja ohjeet.

VU:n toimisto on lomalla 23.12.2015 – 3.1.2016.

Yleisurheiluleiri Pajulahdessa 15.-17.4.2016

Pajulahden leiri järjestetään ensi keväänä 15.-17.4. Pajulahteen on tehty alustava varaus ja meillä on käytössä Pajulahti-halli sekä toiveiden ja suunnitelmien mukaan muita harjoitustiloja. Leirille voi osallistua kaikki juniorimme ja mukaan voi lähteä, vaikka ei olisi ollut ennen leireilemässä.

Hinnat 2016 :

Opistotaso, täysihoitoateriat, iltapalabuffetit – 2vrk leiri.

Aikuinen 72€ + 5,30€/hlö/vrk = 154,60€

Juniori 6-16v 67€ + 4,35€/hlö/vrk = 142,70€

Hinta sisältää kahden yön opistotason majoituksen, ruoat (aamiainen, päiväruoka, iltapala), suorituspaiikkojen käytön, kuntosalin ja rantasaunan.

Pajulahdessa on muutenkin erittäin kattavat urheilumahdollisuudet, joten jokainen pääsee varmasti toteuttamaan omia mielenkiinnon kohteitaan urheilun saralla (osa urheilulajeista saattaa olla lisämaksullisia). Seura kustantaa viikonlopusta koituvat ohjaajakulut sekä bussikuljetuksen lähtijöille. Lähtijöille koituvien kulujen laskemiseksi on kevään aikana mahdollisuus tehdä varainkeruuta erilaisin keinoin.

Ohjelmaksi on alustavasti suunniteltu tietysti yleisurheilua mahdollisimman monipuolisesti, pelejä ja leikkejä, saunomista, leffailtaa, yhdessäoloa sekä ohjelmaa myös vanhemmille. Mukaan lähtee VU:n edustaja sekä ohjaajia, mutta vanhemmat ovat toivottuja ja tervetulleita mukaan etenkin nuorimpien seurassa.

Reissuun lähdetään perjantaina iltapäivällä (n. 16 aikaan) ja paluu on sunnuntaina iltapäivällä. Tustukaa Pajulahteen osoitteessa <http://www.pajulahti.com/>

Sitovat ilmoittautumiset leirille tulee tehdä 30.1.2016 mennessä Sannalle, sanna.saarman@viipurinurheilijat.fi.

Noname-tilaus ja urheilukoulupaidat

Tavarantoimituksessa on ollut ongelmia sekä Nonamella että urheilukoulupaitoja välittävän tahon puolesta. Postilakko on hankaloittanut tuotteiden kuljetusta merkittävästi. Tästä syystä Noname-seuravaatetilauksen tuotteet tulevat jakoon tammikuussa, heti joulutauon jälkeen. Ilmoitan kun tuotteet ovat saapuneet ja jaan ne harjoituksissa tilaajille.

Jälkimmäinen tilauserä saa Noname-tuotteet helmikuun alussa.

Urheilukoulumaksuun kuuluvat paidat saapunevat ennen joulutaukoa. Sama tavarantoimitusongelma on viivästyttänyt myös tätä tilausta näin loppumetreillä. Paidat tulevat jakoon heti niiden saavuttua harjoitusten aikana ohjaajien toimesta.

Kiitos kaikille kärsivällisyydestä!

Tulevat kilpailut

Junnuviestit 16.1.2016 Helsinki Liikuntamylly

16.01. klo 15:00 alkaen:

P15: 3 x 600m, 4 x 200m

T15: 3 x 600m, 4 x 200m

P13: 3 x 600m, 4 x 200m

T13: 3 x 600m, 4 x 200m

P11: 3 x 600m, 4 x 200m

T11: 3 x 600m, 4 x 200m

P9: 3 x 400m, 4 x 200m

T9: 3 x 400m, 4 x 200m

Seura valitsee joukkueet ja ilmoittaa joukkueet järjestäjille. Mikäli olet halukas juoksemaan viesteissä, ole siitä yhteydessä Sannaan. Isompien sarjoissa joukkueet valitaan tilastoaikojen mukaan, 9-vuotiaiden sarjassa valinnat tehdään harjoitusten perusteella ja keskustelemalla ryhmänohjaajan kanssa. Tarkemmat ohjeet löydät Viestivalinnat 2015-2016 liitteestä.

Viimeinen joukkueiden ilmoittautumispäivä kilpailujärjestäjille on 12.1.

Kilpailuista tietoa osoitteessa www.kilpailukalenteri.fi