



JUNNUTIEDOTE



Helmikuu 2015

Vuosi on vaihtunut ja harjoitukset ovat lähteneet reippaasti käyntiin. Iso joukko uusia lapsia on myös löytänyt yleisurheilusta vuoden vaihtuessa uuden harrastuksen eli olemme saaneet uusia vahvistuksia VU:n juniorijoukkoon. Kaikki ovat sydämellisesti tervetulleita mukaan! ☺

Paljon on myös tapahtumia ja kilpailuja. Tammikuun aikana on jo kilpailtu menestyksekkäästi Junnuviesteissä sekä Seuraottelussa. Suuri kiitos kaikille mukana olleille vanhemmille, ohjaajille ja urheilukoululaisille!

Uusi vuosi on tuonut mukanaan myös haasteita. Tällä kertaa ne ovat osuneet pieneen miehityspulaan ohjaajien osalta. Ennen vuoden vaihdetta tuli muutamia lopettamisia, ja uusien korvaavien henkilöiden löytäminen on ollut vaikeaa. Olemme joutuneet käyttämään sijaisia ja yhdistämään ryhmiä eri harjoituskertoina. Tärkeintä on, että harjoitukset saadaan toteutettua ja lapset pääsevät urheilemaan ja liikkumaan. Nyt tilanne näyttää kuitenkin paremmalta, ja pääsemme taas takaisin hyvään harjoittelurytmiin. Tältäkin osin kiitos kaikille kärsivällisyydestä!

Harjoituksiin liittyvä tärkeä asia on myös harjoituksissa oleminen ja käyttäytyminen. Olette varmasti huomanneet, että tiistai on todella kiireinen ilta hallilla. Meidän lisäksemme harjoituksia vetävät samaan aikaan Tapanilan Erä sekä Helsingin Suunnistajat. Ennen VU:n vuoroa on aikuisyleisurheilijoiden vuoro, joka päättyy klo 17.30 eli juuri ennen omia harjoituksiamme. Pienehkössä tilassa on siis paljon erilaisia ja eri-ikäisiä urheilijoita muutaman tunnin aikana. Tämän takia on erittäin tärkeää liikkua hallilla rauhallisesti, katsoa eteensä ja seurata, missä tapahtuu ja varoa, ettei kävele juoksevan urheilijan eteen.

Ennen klo 17.30 hallin tiloissa (radalla) ei saa juosta ja toivomme, että kokoontuminen katsomoon tapahtuu hyvässä järjestyksessä muut urheilijat huomioiden. Helsingin Suunnistajien kanssa on sovittu, ettei VU käytä klo 18.30 jälkeen kiertävän radan kahta sisintä rataa. Ja samat ohjeet pätevät myös lauantaisin, eli ennen klo 13.00 alkavia harjoituksia liikutaan hallin tiloissa rauhallisesti ja muut huomioiden.

Jos on ollut alkuvuosi kiireinen, kiire ei tunnu loppuvan kuun vaihtuessaakaan. ☺ Tulevia tapahtumia ja kilpailuja järjestellään jo kovalla tohinalla. Tärkeimmät tapahtumat ovat mm. Tampereella maaliskuussa järjestettävät Tampere Indoor Junior Games -hallikilpailut sekä huhtikuun Pajulahden harjoitusleiri. Myös varusterintamalla tapahtuu. Nonamen tilatut tuotteet saapuivat, ja olen jakanut niitä jo suurimmalle osalle. Voit kysyä omaa tilaustasi harjoituksissa minulta tai ryhmän ohjaajalta.

Talvisin terveisin,

Sanna Saarman

[sanna.saarman\(at\)viipurinurheilijat.fi](mailto:sanna.saarman(at)viipurinurheilijat.fi)

Yleisurheiluleiri Pajulahdessa 17.–19.4.2015

Pajulahden leiriä koskien otetaan helmikuun aikana sitovat ilmoittautumiset. Pajulahteen on siis tehty alustava varaus.

Huhtikuun leiri 2vrk

Hinnat 2015 täysihoito iltapaloin, opistotason huoneissa:

Juniorit 70,30€/hlö/vrk => 140,60€/hlö

Aikuiset 76,25€/hlö/vrk => 152,50€/hlö

Kokonaishinta on lapsille 140,60€ ja aikuisille 152,50€.

Hinta sisältää kahden yön opistotason majoituksen, ruoat (aamiainen, päiväruoka, iltapala), suorituspaiikkojen käytön, kuntosalin ja rantasaunan. Pajulahdessa on erittäin kattavat urheilumahdollisuudet, eli mukaan lähteville vanhemmille on myös tarjolla ohjelmaa (osa urheilulajeista saattaa olla lisämaksullisia).

Seuran puolesta paikalla on ohjaajia koko leirin ajan. Leiri on omakustanteinen, mutta seura maksaa bussikuljetuksen opistolle. Vanhemmat ovat toivottuja ja tervetulleita mukaan etenkin nuorimpien seurassa. Viime vuoden kokemusten perusteella vanhemmille tulee myös joitain valvontaan ja harjoitusten avustamiseen liittyviä tehtäviä. Alle 10-vuotiaiden kanssa pitää olla huoltaja tai muu vastuuhenkilö mukana leirillä.

Ohjelmassa on yleisurheilua mahdollisimman monipuolisesti, pelejä ja leikkejä, saunomista, leffailtaa, yhdessäoloa sekä ohjelmaa myös vanhemmille. Reissuun lähdetään perjantaina iltapäivällä (n. 14 aikaan), ja paluu on sunnuntaina iltapäivällä noin klo 14.

Lisätietoja voit kysyä Sannalta. Sitovat ilmoittautumiset leirille tulee tehdä 28.2. mennessä Sannalle: [sanna.saarman\(at\)viipurinurheilijat.fi](mailto:sanna.saarman(at)viipurinurheilijat.fi).

Pajulahden tarjontaan voit tutustua osoitteessa <http://www.pajulahti.com/>.

Hiihtoloman harjoitukset vko 8

Hiihtolomalla pidetään harjoitukset normaalisti Myllypuron liikuntahallissa. Poikkeuksena tähän on Puotilan ala-aste, jonka harjoitukset on peruttu eli torstaina 19.2 ei pidetä treenejä. Puotilan ryhmään kuuluvat voivat halutessaan tulla tiistaina 17.2. tai lauantaina 21.2. Liikuntamylllyn harjoitukseen klo 13.00-14.30. Tästä olisi hyvä kuitenkin ilmoittaa etukäteen linkistä löytyvällä lomakkeella.

Teimme nettisivuille kyselyn harjoituksiin osallistumisesta. Etusivulla on linkki, josta pääset vastaamaan Kyllä tai Ei eri harjoituspäivien kohdalle. Näin saamme tietää lomien aikana harjoituksiin osallistuvien määrän.

<http://www.viipurinurheilijat.fi/juniorit/hiihtoloman-harjoitukset/>

Tampere Indoor Junior Games 7.-8.3.2015

Tampereella järjestetään 10–15-vuotiaiden junioreiden hallikauden suurin tapahtuma Tampere Indoor Junior Games 7.-8.3.2015.

Ilmoittautuminen kilpailuihin tulee hoitaa itse. Viimeinen ilmoittautumispäivä on 1.3.2015 ja maksu 8 euroa/laji. Kilpailu on omakustanteinen. Viestijoukkueista ollaan lähtijöiden osalta yhteydessä. Järjestäjillä on tarjota myös erilaisia passivaihtoehtoja, joihin sisältyy mm. majoitus, ruokailut ja kilpailuihin osallistumisen.

Tutustukaa siis jo etukäteen lajeihin ja passi-vaihtoehtoihin ja miettikää, onko teillä kiinnostusta lähteä mukaan kilpailuihin.

Kilpailuinfo: <http://www.kilpailukalenteri.fi/?cs=16&nid=13710>

Aikataulu: <http://www.kilpailukalenteri.fi/?cs=17&nid=13710>

Järjestäjien sivut: <http://tampereenpyrinto.fi/yleisurheilu/tiig-2015/>

Kisapassit:

A-passi 70 euroa (koulumajoitus pe-su, 2xlämmin ruoka, 2xaamiainen, os.oikeus neljään lajiin)

B-passi 60 euroa (koulumajoitus pe-la / la-su, 2xlämmin ruoka, 1xaamiainen, os.oikeus neljään lajiin)

Huoltajapassi 45 euros (koulumajoitus pe-su, 2xlämmin ruoka, 2xaamiainen)
10.A-kisapassi veloituksetta

Osa junioreista ja heidän vanhemmistaan on yöpymässä kylpylähotelli Rantasipi Edenissä Nokialla, mutta Tampereen lähistöllä on tietysti runsaasti myös muuta hotellitarjontaa. Nämäkin varaukset pitää hoitaa ja maksaa itse. Kisoihin voi toki halutessaan osallistua vain yhtenä päivänä. Vanhempien pitää hoitaa myös kuljetukset kilpailuihin, mutta esimerkiksi treenien aikaan voi tiedustella autokyytiä.

Muut tulevat kilpailut

Arenakävelyt, 8.2.2015, Esport Ratiopharm Arena, Espoo

Kilpailu on omatoiminen ja omakustanteinen. Ilmoittautuminen, lajit sarjoittain ja lisätiedot osoitteessa: <http://www.kilpailukalenteri.fi/?cs=16&nid=13792>

Ilmoittautuminen 5.2.2014 mennessä.

10€ / laji, jälki-ilmoittautuminen 20 € / laji.

Junnuhallit, 14.–15.3.2015, Liikuntamyly, Helsinki

Kilpailu on Helsyn piirin järjestämä ja päähallikisa junioreillemme. Kilpailuissa on ohjaajia paikalla, ja seura kustantaa osallistumismaksut. Lajikattaus on laaja, ja kisoihin toivotaan mahdollisimman paljon osallistujia junioreistamme.

Ilmoittautumisesta tullaan informoimaan tuonnempana. Pistäkää päivät kuitenkin jo kalenteriin ylös.

14.03. klo 15:00 alkaen:

P15: 60m, 800m, 60m aj, korkeus, seiväs, pituus, 3-loikka, kuula

T15: 60m, 800m, 60m aj, korkeus, seiväs, pituus, 3-loikka, kuula

P13: 60m, 1000m, 60m aj, korkeus, pituus, kuula

T13: 60m, 1000m, 60m aj, korkeus, pituus, kuula

15.03. klo 15:00 alkaen:

P11: 60m, 1000m, korkeus, pituus, kuula

T11: 60m, 1000m, korkeus, pituus, kuula

P9: 40m, 1000m, pituus, kuula

T9: 40m, 1000m, pituus, kuula