



Ohjeisto junioriryhmien harrastajien vanhemmille

Ilmoittautuminen ryhmiin

Keväällä huhti-toukokuussa ilmoittautuminen kesäkauden ryhmiin tapahtuu ilmoittautumislinkkien kautta. Samoin elo-syyskuussa ilmoittautuminen talvikauden ryhmiin tapahtuu ilmoittautumislinkkien kautta. Ryhmiin voi liittyä myös muina aikoina kesken kauden mukaan. Tällöin nuorisovalmennuspäällikkö ottaa ilmoittautumiset vastaan sähköpostitse.

Ilmoittautuminen on lähtökohtaisesti voimassa toistaiseksi. Tämä tarkoittaa sitä, että harrastajan ei tarvitse ilmoittautua uudelleen kausien vaihtuessa, vaan tämä säilyy ryhmän listoilla, kunnes ilmoittaa harrastuksen lopettamisesta. Kesäkauden ilmoittautumisissa on myös valinta ”ilmoittaudun vain kesäkaudeksi”, jolloin harrastaja automaattisesti poistetaan ryhmän listoilta kesäkauden päätyttyä.

Liikuntaleikkikoululaisten pitää kuitenkin ilmoittautua ryhmiin kausittain.

Harjoituspäivien valinta

Ryhmien harjoitusajoissa tapahtuu muutoksia harjoituskausien vaihtuessa. Vanhojen harrastajien harjoituspäivävalinnat kerätään tiedoksi sisä- ja ulkoarjoituskausien vaihtuessa kyselylinkin kautta.

Valituissa harjoituspäivissä tulee pitäytyä. Erityisen tärkeää tämä on 7-9v ikäluokassa, jossa harrastajamäärä on suurimmillaan. Satunnaisissa tarpeissa poikkeaminen normaalista harjoituspäivästä voi kysyttäessä olla mahdollista.

Harrastuksen lopettaminen

Harrastuksen lopettamisesta pitää aina ilmoittaa nuorisovalmennuspäällikölle, ensisijaisesti sähköpostitse.

Viestintä

Harrastusta koskevat tiedotteet välitetään ilmoittautumisen yhteydessä annettujen yhteystietojen perusteella, ensisijaisesti sähköpostitse. Joskus lähetetyt ryhmäviestit saattavat jäädä sähköpostien roskapostisuodattamiin. Jos lähetettyä viestiä ei löydy, tarkasta ensimmäisenä roska- ja mainospostikansiot. Merkitse tarvittaessa lähettäjä luotettujen osoitteiden joukkoon.

Harjoitusryhmillä on käytössään myös whatsapp-tiedotusryhmät. Harrastajien vanhemmat voivat liittyä whatsapp-ryhmiin alkuinfon yhteydessä lähetettävällä kutsulinkillä. Tärkeimmät tiedotteet lisätään myös seuran kotisivujen uutispalstalle. Ajantasaiset harjoitusajat ovat näkyvissä harjoitusryhmien omilla alisivuilla.

Juniorien tiedotusasioista vastaa seuran nuorisovalmennuspäällikkö. Lisäksi ryhmien valmentajat hoitavat osansa tiedotusasioista, sovittuun työnjaon mukaisesti. Yksittäistä harjoituskertaa koskevissa akuuteissa kysymyksissä ottakaa yhteyttä ryhmän valmentajaan. Laskutusasioissa, lopettamisissa,

harjoituspäivävalinnoissa ja muissa vastaavissa kysymyksissä olkaa yhteydessä nuorisovalmennuspäällikköön.

Yksittäisistä harjoituksista poissaoloista ei ole välttämätöntä ilmoittaa. Mahdollisista poissaoloista voi kuitenkin lähettää tiedon suoraan ohjaajalle, jotta whatsapp-ryhmä ei täyty poissaoloilmoituksista.

Yleisurheilulisenssit ja vakuutukset

Kaikille 7-13v-sarjojen harrastajille hankitaan yleisurheilulisenssi, johon liittyy [vakuutusturva](#).

Sarjojen 14-15v ja vanhemmille harrastajille hankitaan yleisurheilulisenssit vain, jos he osallistuvat kilpailutoimintaan. Suomen Urheiluliiton syksyllä 2018 voimaan astuneessa lisenssiuudistuksessa lisenssivakuutus on poistunut 14v- ja vanhempien sarjojen urheilijoilta. Näin ollen näissä sarjoissa jää harrastajan tai tämän huoltajien vastuulle huolehtia, että voimassa on myös urheiluharrastuksen kattava vakuutus. Yleisurheilulisenssiin voidaan harrastajan pyynnöstä liittää OP Pohjolan [Sporttiturva](#), jonka kausihinta on 25€ sarjoissa 14-17v ja 36€ 19-sarjassa.

Liikuntaleikkikoululaisilla ei ole yleisurheilulisenssejä mutta heidät on vakuutettu harjoitusten ajaksi erillisellä IF vakuutuksella.

Kilpailut

Seura järjestää ympärivuotisesti kilpailutapahtumia. Seuran omat kilpailut ovat maksuttomia harrastajilleen. Kilpailuihin ilmoittautuminen toimii [kilpailukalenteri.fi/](#) -palvelun kautta. Kilpailuihin tulee ilmoittautua ennakkoon annetun ilmoittautumisajan puitteissa.

Pääsääntö on, että niinä päivinä, kun seura järjestää junioreille suunnatun kilpailun, tuolloin ei järjestetä päällekkäisesti harjoituksia. Tulevista kilpailuista tiedotetaan harjoituksissa ja eri viestintäkanavissa. Tietoja seuran järjestämistä kilpailuista päivitetään nettisivuille kohtaan [kilpailut](#).

Muiden seurojen järjestämiin kilpailuihin osallistuvat vastaavat itse ilmoittautumisesta ja ilmoittautumismaksuistaan. Seura kuitenkin maksaa ilmoittautumismaksut Helsingin seudun yleisurheilun (Helsyn) 9-13-vuotiaiden piirinmestaruuskilpailuihin, seuracupeihin ja seuraotteluihin sekä viestikilpailuihin.

Laskutus

Laskutus tapahtuu sähköpostilaskulla viisi kertaa vuodessa ilmoittautumisen yhteydessä annettuun sähköpostiosoitteeseen ja tehtyjen harjoituspäivävalintojen perusteella. Loma-ajat huomioidaan laskutuksissa, ei kuitenkaan yksittäisiä pyhäpäiviä. Terveystilasta syistä johtuvat yli kaksi viikkoa kestävät poissaolot voidaan huomioida laskutuksessa. Vamman tai sairauden aiheuttamasta poissaolosta on ilmoitettava heti poissaolajakson alkaessa. Myös ennalta ilmoitetut yli kaksi viikkoa kestävät lomamatkat voidaan huomioida. Jälkikäteen ilmoitettuja poissaolajaksoja ei huomioida.

Seura laskuttaa vain ryhmien harrastusmaksut. Ryhmissä mukana olevilta junioreilta ei peritä erillisiä jäsenmaksuja.

Loma-ajat

7-13-vuotiaiden ryhmien harjoituksista pidetään taukoa koulujen syys-, joulun-, talvilomien mukaisesti. Myös pääsiäisen ja juhannuksen pyhinä harjoituksista pidetään vapaata. Vanhempien juniorien ryhmissä ilmoitetaan erikseen loma-aikojen harjoittelusta.

Liikuntaleikkikouluissa noudatetaan pääsääntöisesti samoja loma-aikoja. Joulutauko on kuitenkin pidempi, ja kevät- ja kesäkausien sekä kesä- ja syyskausien taitteessa voi olla taukoviikkoja.

Harjoituspaikat

Seuran ulkoharjoituskauden harjoituspaikkoina ovat Hiekkaharjun ja Hakunilan urheilukentät, myös ympäröivää maastoa voidaan käyttää harjoituksissa. Hiekkaharjun urheilukentän osoite on urheilutie 15 ja Hakunilan luotikuja 2. Harjoitusryhmät kokoontuvat urheilukenttien katsomoissa ennen harjoitusta. Hiekkaharjussa lyhin matka kokoontumispaikalle on kentän pikkuportin kautta, joka sijaitsee keltaisen varastorakennuksen vierustalla.

Sisäharjoituskauden pääharjoituspaikkana on Hakunilan kalliosuoja osoitteessa Harmotie 1. Ryhmät kokoontuvat 5-10 minuuttia ennen harjoituksen alkua kalliosuojan sisäänkäynnille, missä ryhmän valmentaja on päästämässä urheilijat sisään. Kalliosuojan ovista pääsee sisään vain vuoroon liittyvällä ovikoodilla.

Lisäksi harjoituksia on Varia Hiekkaharjun liikuntasalissa. Sisäänkäynti Varian liikuntasaliin tapahtuu koulun sisäpihan perältä, jonne kuljetaan Vehnäkujan kautta. Ryhmän ohjaaja päästää urheilijat sisään 5-10 minuuttia ennen harjoituksen alkua. Muina aikoina ovi on lukittuna.

Liikuntaleikkikoulujen talvikauden harjoitustilana on Jokiniemen koulun kauratien opetuspisteen liikuntasali osoitteessa kauratie 2, jonka tunnistaa punatiilisenä rakennuksena. Käynti tapahtuu koulun sisäpihan kautta.

Sääolosuhteet

Ulkoharjoituksissa ei ole käytössä varsinaista säävarausta. Harjoituksia ei peruta ennakoivasti sääennusteen perusteella. Mikäli välittömästi ennen harjoituksen alkua tai harjoituksen aikana vallitsee poikkeuksellinen sääolosuhde, joka estää harjoitusten läpiviennin, kuten ukkosmyrsky tms., voidaan harjoitukset joutua keskeyttämään tai perumaan. Tämän kaltaisista lyhyen aikavälin muutoksista ilmoitetaan ensisijaisesti whatsapp-ryhmissä. Vaihteleviin sääolosuhteisiin tulee varautua sähän sopivalla liikuntavarustuksella.

Muut poikkeukset

Vuosittain Hiekkaharjun urheilupuistossa järjestettävä Tikkurila-festivaali aiheuttaa heinäkuussa poikkeusjärjestelyjä seuran harjoituksiin. Tikkurila-festivaalin ja sen valmistelujen ajaksi kaikki harjoitukset siirtyvät Hakunilan urheilukentälle.

Mikäli seuran vakiovuoro liikuntasaleissa tai urheilukentillä otetaan tilapäisesti muuhun käyttöön, johtuen esimerkiksi koulun juhlista, harrastaja voi mennä käymään korvaavalla kerralla viikon muina harjoituskertoina, jos tämä on mahdollista. Liikuntaleikkikouluissa mahdolliset korvaavat kerrat pyritään lisäämään kauden loppuun.

Mikäli seuran harjoitustoiminta keskeytyy ylivoimaisen esteen takia, seuralla ei ole velvollisuutta palauttaa jo maksettuja harjoitusmaksuja. Ylivoimaisen esteen voi muodostaa esimerkiksi laajalle levinnyt tartuntatauti, suuronnettumus, sotatila tai muu vastaava tapahtuma.

Tietojen säilytys

Harrastajien tietoja säilytetään jäsenrekisterissä lajiliiton tarjoamassa yleisurheilupalvelussa. Harrastajien tiedot poistetaan rekisteristä harrastuksen päättämisen ja avoimien laskujen suorittamisen jälkeen. Rekisteriä voivat käyttää seuran päätoimiset työntekijät, seuran taloudenhoitaja, puheenjohtaja tai muut seuran hallituksen valtuuttamat henkilöt. Ryhmän valmentajilla on käytettävissään oman ryhmänsä yhteystiedot.

Nuorisovalmennuspäällikkö Eemeli Kaartinen

nuoriso.ku58@gmail.com

045 160 0541

Päivitetty 25.5.2021