



HELSINGIN TARMO NYRKKEILY

Mäkelänkatu 52 B | Vuodesta 1931

JÄSENTIEDOTE

WWW.HELSINGINTARMO.FI/NYRKKEILY

17 ELOKUU, 2026



**Kaikkiin ryhmiin
ilmoittaudutaan
Helsingin Tarmon
MyClubissa.**

**Löydät kurssin
ilmoittautumisen
nettisivuiltamme.**

**Kun olet
ilmoittautunut
kurssille, sinulle
lähetetään
viitteellinen lasku
sähköpostiisi.**

SYYSKAUDEN ILMOITTAUTUMINEN AVATTU 9.6.2026

NYRKKEILYKOULU (10 - 16 -VUOTIAILLE)

MA JA PE KLO 17 - 18

170 EUR/SYKSY 17.8. - 12.12.2026

KUNTONYRKKEILYN ALKEISKURSSI

AIKUISILLE

LA KLO 12.30 - 14

110 EUR/KURSSI 22.8. - 10.10.2026 (8 kertaa)

KUNTONYRKKEILYN JATKORYHMÄ

AIKUISILLE

TI ja TO KLO 18.30 - 20 (Kuny I) TAI

KE KLO 18.30 - 20 ja LA 11 - 12.30 (Kuny II)

265 EUR/SYKSY 18.8. - 19.12.2026

NAISTEN KUNTONYRKKEILY

KE KLO 17 - 18.30

170 EUR/SYKSY 26.8. - 16.12.2026

SIKAJUMPPA

MA KLO 18.30 - 20.30

130 EUR/SYKSY 10.8.-21.12.2026

Ilmoittautumalla enemmän kuin yhdelle kurssille saat edullisemman kurssin 60% hintaan! Ota yhteyttä sähköpostilla kun olet ilmoittautunut enemmän kuin yhdelle kurssille osoitteeseen
nyrkkeily@helsingintarmo.fi

Nyrkkeilyjaosto tarjoaa kaikki kurssit eläkeiän saavuttaneille -30%!

Nyrkkeilyjaosto tarjoaa myös perhealennuksen samassa taloudessa asuville. Tarjoamme edullisemman laskun -15%!

Nyrkkeilyjaoston jäsenmaksuun sisältyy Helsingin Tarmon jäsenmaksu 25 €/jäsen/kalenterivuosi. Ilmoittautuminen on sitova ja lasku tulee maksaa eräpäivään mennessä. Jos laskua ei näy, kannattaa tarkistaa roskaposti.

Sinulla tulee olla voimassaoleva lisenssi, jotta voit ilmoittautua treeniryhmään. Nyrkkeilyliiton sääntöjen mukaan kaikkien liiton jäsensseuroissa harrastavien henkilöiden tulee olla lissensioituja. Lissenssin voit hankkia SuomiSportista. Valitse lissenssiseuraksi Helsingin Tarmo.

Huom! Lissenssi ei sisällä kuitenkaan vakuutusta, vaan siitä tulee jokaisen harrastajan itse huolehtia. Kuntonyrkkeilijälle vakuutus ei ole pakollinen.

NYRKKEILYLIITON LISENSSIMAKSUT VUONNA 2026:

HARRASTELISENSSI 15 €
KILPAILULISENSSI 45 €
TOIMITSIJALISENSSI 20 €
**KUNTONYRKKEILYVAKUUTUS
(AIKUISET) 55 €**
**KUNTONYRKKEILYVAKUUTUS
(ALAIKÄISET) 45 €**



Helsingin Tarmo Nyrkkeilyn kausimaksun voi maksaa työnantajan tarjoamalla Epassi-liikuntaedulla. Toistaiseksi Helsingin Tarmo Nyrkkeilyn maksuja ei voi suorittaa Epassin puhelinsovelluksen kautta. Maksu suoritetaan Epassin verkkosivuilla.

Ohje Epassilla maksamiseen:

- varmista ensin maksettava summa esim. saamastasi MyClub-laskusta. Halutessasi voit maksaa osan kausimaksusta liikuntaedulla ja loput erikseen (esim. tilisiirtona).
- kirjaudu Epassin nettisivuille työnantajasi ohjeiden mukaan:
<https://services.epassi.fi/ui/login>
- valitse Verkkomaksut

1. Aloita kirjoittamalla hakukenttään palveluntarjoaja:

Helsingin Tarmo ry - Nyrkkeily / Helsingin Tarmo ry

2. Valitse Helsingin Tarmo ry - Nyrkkeily alasvetovalikosta ja klikkaa "Seuraava"

3. Täytä tiedot:

Kirjoita kurssimaksusi summa, esim. 292

Kirjoita Palvelun kuvaus eli oma kurssisi, esim. Kuny I kevät 2026

Kirjoita sähköpostiosoitteesi

4. Klikkaa "Maksa"

5. Vahvistettuasi maksun, kyseinen summa vähennetään saldostasi saman tien. Saat tekemästäsi maksusta vahvistuksen tekstiviestillä tai sovellukseen sekä kuitin sähköpostiisi. Kuitti on voimassa 2 viikkoa maksupäivästä.

6. Toimita sähköpostiin saamasi kuitti osoitteeseen:

nyrkkeily@helsingintarmo.fi

Nettisivujemme Jäsentiedotteet ja

Infot -välilehti antaa

ajankohtaisinta tietoa salin

tapahtumista, joten ota sivu

seurantaasi! Tiedotamme myös

tapahtumista ja muutoksista

MyClubin kautta.

Salillamme on mobiili kulunhallintajärjestelmä ja maksun suoritettuasi sinulle koodataan treeniryhmäsi treeniajoille kulkuoikeudet.

Huom.! Salille ei saa päästää ulkopuolisia ja perustamasi tili on henkilökohtainen.

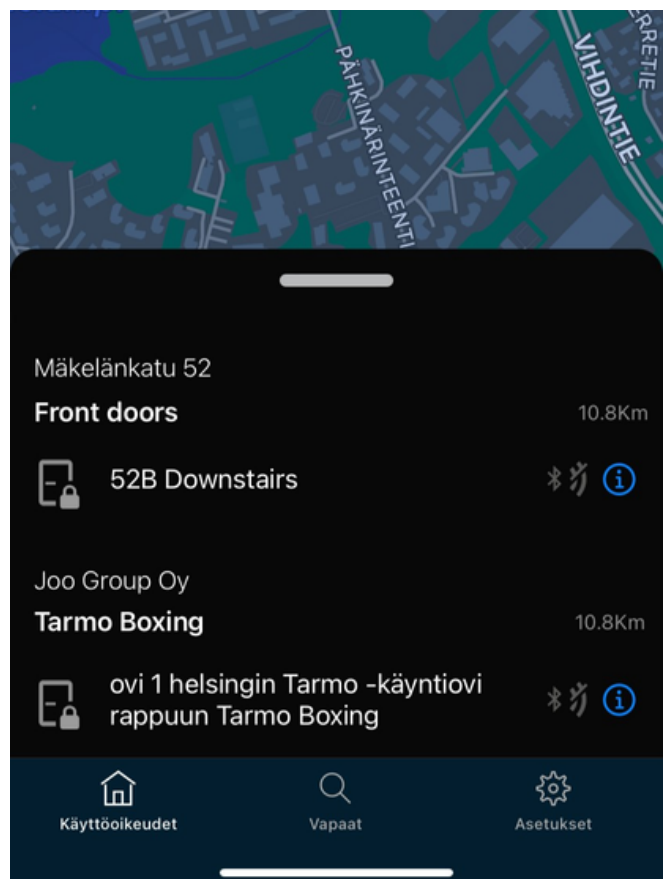
Oven avaamiseen käytetään Securitas Flow-sovellusta, jonka voit ladata älypuhelimeesi puhelimesi sovelluskaupasta. Tarvitset puhelimen, jossa on Bluetooth-valmius, koska järjestelmä käyttää puhelimen Bluetooth-yhteyttä oven avaamiseen.

Rekisteröidy Securitas Flow-sovelluksen käyttäjäksi esim. Unohtunut salasana-toimintoa käyttäen. Käytä samaa sähköpostiosoitetta kuin ilmoittautumisesi yhteydessä MyClubissa.

Sovelluksen asennuksen jälkeen voit kirjautua sovellukseen antamallasi sähköpostilla ja luomallasi salasanalla.

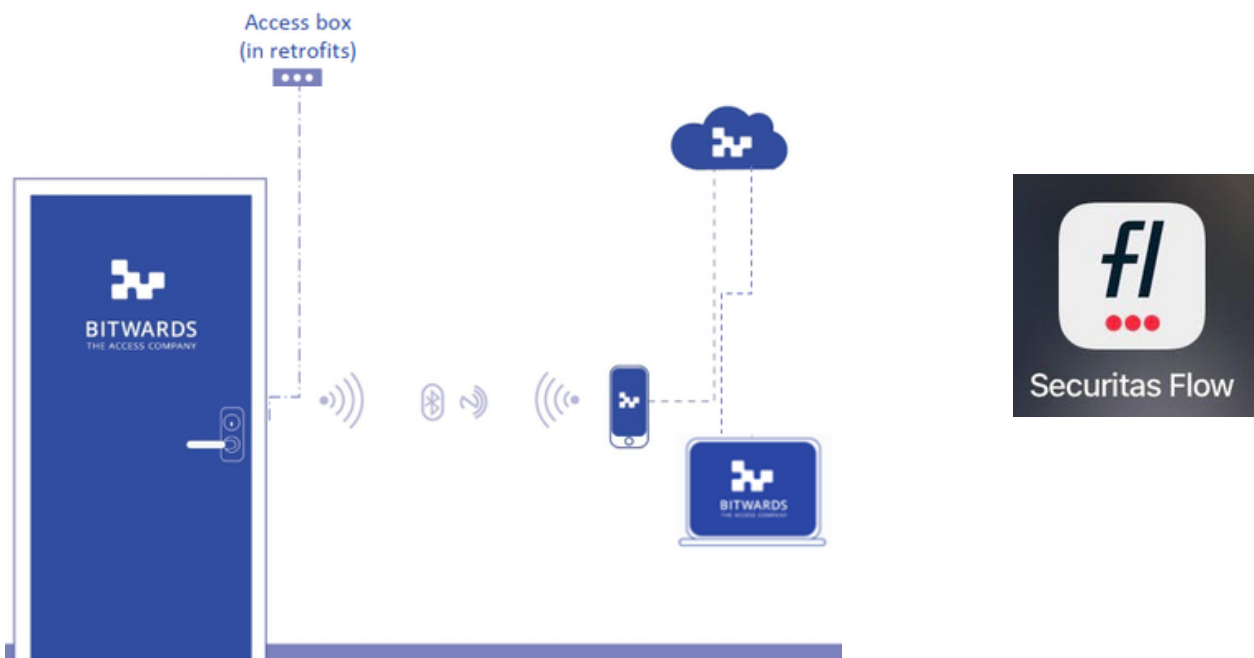
Rekisteröitymisesi jälkeen, Helsingin Tarmo Nyrkkeilyn kulunhallintavastaava koodaa sinulle ryhmäsi mukaisen kulkuluvan parin viikon sisällä.

Kulkuoikeutesi näet sovelluksen Käyttäjäoikeudet-välilehdeltä (kts. Kuva alla). Jokaisella Helsingin Tarmo Nyrkkeilyn jäsenellä kuuluu näkyä kulkuoikeudet alaoveen (52B Downstairs) ja yläoveen (ovi 1 helsingin Tarmo-käyntiovi rappuun Tarmo Boxing).



Securitas Flow-sovelluksen käyttäminen ja oven avaaminen:

1. Käynnistä Securitas Flow-sovellus ja kirjaudu sovellukseen. Rekisteröityminen käyttäjäksi tapahtuu tilin Unohtunut salasana-toiminnon kautta.
2. Luo yhteys järjestelmään laittamalla puhelimesi Bluetooth päälle.
3. Voit nyt nähdä sovelluksen löytämät ovet näytöllä. Sovellus ilmoittaa WiFi -palkeilla kuinka kaukana olet ovesta.
4. Klikkaa valitsemasi ovi ja ovi aukeaa muutaman sekunnin kuluttua.



Helsingin Tarmon seuran sääntömääräisen syyskokouksen päivämäärä ilmoitetaan seuran nettisivuilla viimeistään kaksi viikkoa ennen kokousta.

Seuran ajantasaiset säännöt löydät seuran nettisivuilta:
<https://www.helsingintarmo.fi/tarmo/seuran-hallinto/materiaalit/>

Marraskuussa on kuntonyrkkeilyn salikilpailut Pikkujoulujen yhteydessä kuten edellisenäkin vuonna. Tässä hyvä mahdollisuus luoda itselle hyvä kausitavoite! Tapahtumaan pääsee myös ulkopuoliset seuraamaan kisoja ja paikalla on myös kahvila, josta voi ostaa pikkupurtavaa ja juotavaa. Tervetuloa osallistumaan, seuraamaan ja kannustamaan!

Helsingin Tarmo Nyrkkeily järjesti ilmaisen kuntonyrkkeilyn kokeilukerran elokuussa. Syyskauden ajankohdaksi valikoitui 15.8. klo 12 - 13. Seuraava kokeilukerta on taas tammikuussa 2027, joten houkuttele tuttujasi mukaan!

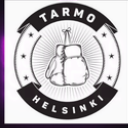


**TULE KOKEILEMAAN
KUNTONYRKKEILYÄ!**

HELSINGIN TARMON NYRKKEILYSAALI | VALLILA
MÄKELÄNKATU 52 B 4. krs



ILMAINEN KUNTONYRKKEILYN ALKEISTUNTI
LA 15.8.2026 KLO 12-13
Kokeilukerran suositusikäraja on yli 16 vuotta.
www.helsingintarmo.fi/nyrkkeily



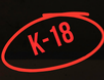
**KuNy-kisat &
PIKKUJOULUT**

Kuntonyrkkeilijöiden salikisat klo 15
(4-6 ottelua)
Pikkujoulut salilla heti perään klo 18

LA 28.11.2026

Kaikki mukaan kannustamaan !

PIKKUJOULUISSA
NYTTÄRIMEININKI JA
SAUNA LÄMPIÄÄ 5.
KERROKSESSA



Ensimmäinen

kuntonyrkkeilyleirimme Solvallaan urheiluopistolla keväällä 2026 sai hyvää palautetta ja innokkaita osallistujia riitti. Vuodelle 2027 on jo seuraava leiri suunnitteilla! Laita leirin päivämäärä 15.5. - 16.5.2027 jo kalenteriisi. Pysy kuulolla ja seuraa ajankohtaista ilmoittelua nettisivuillamme tai salin seinältä.

SOLVALLA
+ folkhälsan

Helsingin Tarmo Nyrkkeily
Hallitus 2026

Puheenjohtaja, tiedotus

Jukka Kortti
puh. 040 527 5153
nyrkkeily.pj@helsingintarmo.fi

Varapuheenjohtaja, sihteeri

Titta Päre

Muut jäsenet

Janne Koskenniemi
Marko Metz
Hanna Paavilainen
Mikko Rannila
Alvari Rantapelkonen
Jesse Vanhanen