

ARCTIC CHEER ALL-STAR HARRASTE JOUKKUEET 2021-2022

ILMOITTAUDU MUKAAN
WWW.ARCTICHEER.FI



Tärkeää tietoa

- Harrastejoukkueet on suunnattu uusille aloittajille, lajin pariin palaaville ja niille jotka eivät syystä tai toisesta voi sitoutua kilpajoukkueen harjoitteluun.
- Harrasteet harjoittelevat kerran viikossa Jäähallilla, osoitteessa Hallitie 9.
- Kausi alkaa 9.8
- Joukkueeseen ilmoittaudutaan myClub tapahtuman kautta (myös olemassa olevat jäsenet)
- Ilmoittautuminen avataan kesäkuun lopulla
- Uudet jäsenet voivat tutustua lajiin maksutta kaksi kertaa
- Kausimaksu 190 euroa ja jäsenmaksu 30 euroa. Jäsenmaksu maksetaan kerran vuodessa. Maksut ovat useammassa erässä.

UUDET URHEILIJAT

- Ilmoittaudu harjoitukseen myClub tapahtuman kautta.
- Mikäli ilmaisten kokeilukertojen jälkeen ei halua jatkaa muistathan ilmoittaa siitä kotisivujen kautta löytyvällä eroamislomakkeella tai sähköpostitse miia.norvapalo@hotmail.com
- Harrastuksen voi aloittaa kesken kauden
- Tutustu seuran maksuehtoihin [Kustannukset | Arctic Cheer All-Star ry](#)
- Urheilijalla tulee olla oma cheerleadingin kattava vakuutus, seura ei erikseen vakuuta jäseniään

HARRASTE JOUKKUEET 2021-2022

- MIKROT ICE INDIGO 2015-2017 SYNTYNEET
- MINIT ICE ATTITUDE 2009-2014 SYNTYNEET
- MINIT ICE ADORE 2009-2014 SYNTYNEET
- JUNIORIT ICE INFINITY 2006-2009 SYNTYNEET
- TANSSI JUNIORIT ICE WIND 2006-2009 SYNTYNEET
- AIKUISET ROUTA 2000 TAI AIEMMIN SYNTYNEET

IKÄRYHMÄT

- 2009 SYNTYNEET VOIVAT HARJOITELLA SEKÄ MINIEN ETTÄ JUNIOREIDEN IKÄRYHMÄSSÄ
- 2000-2005 SYNTYNEET UUDET ALOITTAJAT VOIVAT ALOITTA A HARRASTUKSEN ICE BRILLIANT KILPAJOUKKUEESSA HARRASTEJÄSENEENÄ

ICE INDIGO

- MIKROT 2015-2017
- HARJOITUKSET KERRAN VIIKOSSA 1 TUNTI
- HARJOITTELEE LAJIN PERUSTAITOJA ELI KEHONHALLINTAA, AKROBATIAA, NOSTOJA JA JOUKKUEESSA TOIMIMISTA
- ANTAA HYVÄN POHJAN HARRASTE MINI JOUKKUEISIIN
- VALMENTAJA MIIA NORVAPALO JA
VALMENTAJAHARJOITTELIJA AADA HEIKKILÄ

ICE ATTITUDE

- MINIEN ALKEET, UUSILLE LAJIIN VASTA TUTUSTUVILLE
- HARJOITTELEE KERRAN VIIKOSSA 1 H 30 MIN
- KAUDEN AIKANA KÄYDÄÄN MONIPUOLISESTI LÄPI LAJIN PERUSTEET ELI NOSTOT, AKROBATIA, KEHONHALLINTA JA JOUKKUEESSA TOIMIMINEN
- ANTAA HYVÄN POHJAN KILPAJOUKKUEESEEN
- VALMENTAJA MIIA NORVAPALO JA VALMENTAJAHARJOITTELIJA IINA MISIKANGAS JA TINJA TELKKÄLÄ

ICE ADORE

- LAJIN PARISSA JO HARRASTANEILLE
- TASO 1-2
- KERRAN VIIKOSSA 1 H 30 MIN
- HARJOITELLAAN HAASTAVAMPIA NOSTOJA JA AKROBATIAYHDISTELMIÄ
- VALMENTAJA MIIA NORVAPALO JA VALMENTAJAHARJOITTELIJA AMALIA TERVANIEMI

ICE INFINITY

- JUNIORIT 2006-2009 SYNTYNEET
- SOPII ALOITTAVALLE SEKÄ JO HARRASTANEELLE
- HARJOITUKSET KERRAN VIIKOSSA 2 H
- HARJOITTELEVAT MONIPUOLISESTI NOSTOJA, HEITTOJA, AKROBATIAA SEKÄ KEHONHALLINTAA PARANTAVIA TAITOJA.
- VALMENTAJAT TERESA JOKIMÄKI JA SANDRA KULPPI

ICE WIND

- TANSSI JUNIORIT 2006-2009 SYNTYNEET
- HARJOITTELEE KESKUSKENTÄN MUSIIKKILIIKUNTASALISSA KERRAN VIIKOSSA 2 H
- HARJOITTELEE CHEER TANSSIN PERUSTEITA KUTEN TANSSITEKNIKKAA, KEHONHALLINTAA, TANSSIHYPPYJÄ

ROUTA

- UUSILLE HARRASTAJILLE JA NIILLE JOTKA OVAT AIEMMIN HARRASTANEET MUTTA EIVÄT VOI SITOUTUA KILPAJOUKKUEESEEN
- 2000 TAI AIEMMIN SYNTYNEET
- HARJOITUKSET 1 H 30 MIN
- HARJOITUKSISSA TEHDÄÄN MONIPUOLISESTI KEHONHALLINTA HARJOITTEITA, NOSTOJA, HEITTOJA JA OMAN TASON AKROBATIAA
- JOUKKUE KILPAILEE HALUTESSAAN
- VALMENTAJA MIIA NORVAPALO