

MäVin jäsentiedote 2/2021

LATURETKIVIKKO 2021

Tänä vuonna Laturetki järjestetään viikon mittaisena 21.-28.2.. Voit kirjata hiihtolenkkisi Laturetkiviikon aikana joko Kisalan luota lähtevän latuverkoston varrella oleviin paperivihkoihin (Suopellon mehuasema, Uutelan laavu ja Kisalan lähtöpisteen karttataulu) tai kunnan sivuille tulevalle sähköiselle lomakkeelle, ja osallistua samalla Laturetki-arvontaan. Latukirkko järjestetään striimattuna sunnuntaina 21.2. klo 10. Jumalanpalvelusta voi seurata Mäntyharjun seurakunnan nettisivujen kautta.

MULTISPORT LIKUTTAA TALVILOMALLA

Multisport-liikuntakerhoa järjestetään talvilomaviikolla kolmena päivänä 1.-3.3.2021 klo 9-14 Kisalassa ja ulkoliikuntapaikoilla. 1.-6.luokkalaisille suunnatussa lomakerhossa liikutaan sisällä ja ulkona pelailemalla, leikkimällä ja välineitä hyödyntäen. Tule viettämään kiva talviloman aloitus!

- Ma: pallopelejä ja mäenlaskua
- Ti: leikkejä ja luistelua, omat luistimet mukaan!
- Ke: mailapelejä ja hiihtoa, omat sukset mukaan!

- klo 9-11 toimintaa sisällä
- klo 11-11.45 lounastauko, huom. omat eväät mukaan!
- klo 12.00-14 toimintaa ulkona

Multisport-liikuntakerho järjestetään, jos osallistujia on vähintään 6. Liikuntakerhoon mahtuu max .15 osallistujaa. Ilmoittaudu mukaan 24.2.2021 mennessä

Hinta: 10 €/päivä tai 25 €/3 päivää.

HARRASTAMISEN SUOMEN MALLIN MAKSUTTOMAT LIKUNTAKERHOT

MäVi on mukana Mäntyharjun Harrastamisen Suomen mallissa, jonka kautta toteutetaan koulupäivään kytkeytyviä maksuttomia kerhoja Yhtenäiskoulun liikuntasalissa. Kerhotoiminta on käynnistynyt tällä viikolla ja kaikkiin kerhoihin voi vielä ilmoittautua mukaan.

Pelataan! -palloilukerho 1.-4. luokkalaisille ke klo 14.30-15.15

- Palloilukerhossa pelataan hauskoja sovellutuksia erilaisista pallopeleistä.

Freegym 5.-9. luokkalaisille ke klo 15.15-16.30

- Freegymissä tempuillaan yhdistellen parkouria, voltteja, voimaharjoittelua ja voimistelua.

Kepparitanssi 1.-6. luokkalaisille pe klo 12.45-13.30

- Erilaiset rytmit, musiikki ja luova liikkuminen ovat olennainen osa Kepparitanssia. Keppareiden ja tanssin ystävät pääsevät kokemaan liikunnan iloa hauskesti ja innostavasti.

Ryhmiin tulee ilmoittautua oheisen linkin kautta: <http://bit.ly/mju-hsm2021>

JÄSENMAKSU 2021

Olet saanut jäsenmaksulaskun sähköpostiisi. Mikäli laskussa on huomautettavaa tai yhteystietosi ovat muuttuneet, otathan yhteyttä sari.karppi@virkistys.fi. Laskusähköpostiin vastaamalla viesti ei välity meille.

Jäsenkorttien toimitus tapahtuu ensisijaisesti harrasteryhmien kautta. Jäsenkortin mukana saat listan vuoden 2021 voimassa olevista jäseneduista. Muista koko seuraa koskevista, sekä jaostokohtaisista jäseneduista tiedotetaan erikseen.

POP-UP TUNNIT EDULLISEMMIN JÄSENILLEMME

Ropeskiipping-naruhyppelytunnit aikuisille ti 16.2. ja 23.2. klo 19-20 Yhtenäiskoulun liikuntasalissa. Haasta itsesi ja kokeile uutta! Mukaan tarvitet hyppimiseen sopivat kengät, vesipullon ja pikkupyhkeen.

Hinta: 6 € jäsenille, muille 9 €.

Ilmoittaudu mukaan: <https://virkistys.sporttisaitti.com/multisport-mavi/ilmoittautuminen-aikuiset/>

Pilates Alkeet '60

la 13.2. klo 13-14 lukion pieni sali

Haluatko syventää oppia Pilateksesta? Pilates Alkeet '60 keskittyy harjoittelun perusteisiin. Tunnin aikana teemme Pilateksen valmistavia liike- ja hengitysharjoituksia ja pyrimme löytämään uusia näkökulmia harjoitteluun. Varustaudu tunnille lämpimillä vaatteilla ja pienellä, pään alle asetettavalla pyyhkeellä.

"Pilateksen perusteisiin syventyminen innostaa minua siksi, että lähes joka kerta oivallan uutta siitä mikä oppimisessa auttaa", Somatic Pilates -ohjaaja Mervi Arsiola.

Hinta: 6 € jäsenille, muille 9 €.

Ilmoittaudu mukaan: go.hoika.net

TALOUDELLISTA TUKEA LIIKUNTAHARRASTAMISEEN

Myös kevätkaudella on hyödynnettävissä tuki lasten liikuntaharrastusten kausimaksuihin. Mikäli perheellänne on tarvetta saada tukea lapsenne kevään kausimaksuun, voitte ottaa yhteyttä MäVin toimistoon sari.karppi@virkistys.fi tai 0442101386. Vaihtoehtoisesti yhteydenoton voi hoitaa Essoten sosiaalityöntekijöiden kautta.

Aurinkoisia pakkaspäiviä toivottaen,

Sari Karppi, kehittämisspäällikkö

sari.karppi@virkistys.fi, 0442101386

Instagram: [@mjuvirkistys](https://www.instagram.com/mjuvirkistys)

Facebook: www.facebook.com/MantyharjunVirkistys

www.virkistys.fi