**Sisu Leijona-kiekkokoulu 2018-19**

**Tervetuloa mukaan Sisu Hockeyn toimintaan!**

Kiekkokoulu on tarkoitettu 4-10-vuotiaille tytöille ja pojille. 2011-syntyneille ja sitä vanhemmille lapsille Sisusta löytyy myös joukkuetoimintaa. Lapset voivat olla syyskauden kiekkokoulussa ja siirtyä kevätkaudella jo joukkueeseen, jos perheet niin haluavat. Toimimme joustavasti ja kiekkokoulussa voi harrastaa jääkiekkoa useamman vuoden.

Vakiovuorot ovat maanantaisin klo 18.15-19.05 ja lauantaisin klo 10.00-10.50 (pukukopissa varusteet päällä valmiina 10 min ennen harjoituksia). Joskus lauantain vuoro peruuntuu jäähallissa olevien tapahtumien vuoksi ja siitä tiedotetaan erikseen.

Joukkueilla on omat Nimenhuuto-sivut, josta löytyvät harjoitusajat ja muut tiedotteet.

Leijona-kiekkokoulu: [www.sisukiekkokoulu.nimenhuuto.com](http://www.sisukiekkokoulu.nimenhuuto.com)

Pelaaja voi kokeilla ilmaiseksi kaksi harjoituskertaa, sen jälkeen on ilmoitettava jatkaako ryhmässä. Ristikollinen kypärä kannattaa ostaa lapselle uutena, jotta se on turvallinen ja lapsen päähän sopiva. Vanhat perintökypärät eivät suojaa lapsen päätä eivätkä täytä Jääkiekkoliiton sääntömääräyksiä.

**Kiekkokoulun pakolliset varusteet:**

* luistimet (hoitakaa teroitus urheiluliikkeessä ennen aloitusta!) ja luistinsuojat (kankaiset on helpoimmat käyttää)
* ristikollinen hyväksytty oikea jääkiekkokypärä (pelaajan etunimi kypärän otsaan esim. kontaktimuovilla)
* kaulasuojus
* maila (pelaajan koko ja ikä huomioita)
* hanskat (jääkiekkohanskat tai vahvat ulkoiluhanskat)

Pakollisten varusteiden lisäksi kannattaa hankkia polvisuojukset suojaamaan lapsen polvia ja sääriä.

**Muu vaatetus/varustus jääharjoituksissa:**

* Seura lainaa pelaajalle harjoituspaidan kauden ajaksi (paita palautetaan kauden päättyessä pestynä ja hyväkuntoisena takaisin)
* Alin vaatekerros on hyvä olla hengittävä urheilukerrasto, sen päälle ulkoiluhousut ja pusero
* Luistimiin kunnolliset urheilusukat (ei villasukkia), mieluiten polvipituiset niin eivät pääse hankaamaan
* Iso kassi varusteille

Pienten lasten jääkiekkovarusteet eivät kulu käytössä, joten kannattaa myydä pieneksi jääneet varusteet eteenpäin. Liika kasvunvara hankaloittaa lapsen liikkumista jäällä, samoin liian paksu tai lämmin vaatetus.

**Sisu Leijona-kiekkokoulun yhteystiedot:**Rehtori Outi Pohjanvirta, [outi.pohjanvirta@mouseout.fi](mailto:outi.pohjanvirta@mouseout.fi), 045-1531 340

Vastuuvalmentaja Pekka Pohjanvirta