

HELMIKUUN JÄSENTIEDOTE

Tässä jäsentiedotteessa:

- Kevätkauden tärkeät päivämäärät
- Loppukausi alennettuun hintaan -50 %
- Kevään kurssit aikuisille ja perheille
- Seurakatselmus 16.3.

Kevätkauden tärkeät päivämäärät

- Pääsiäisenä 18.-21.4. ei pidetä tunteja, mutta lauantain 19.4. ryhmäliikuntatunnit pidetään normaalisti.
- Vappuna 30.4. ja 1.5 ei pidetä tunteja.
- Kevätkausi päättyy 4.5.
- Kevätnäytös järjestetään keskiviikkona 7.5. Kerttulan liikuntahallilla. Tiedotamme tarkemmin kevätnäytöksestä kauden edetessä.

Valmentajat tiedottavat erikseen valmennusryhmien loma-ajan harjoitusvuoroista, jos niissä ilmenee muutoksia.

Loppukausi alennettuun hintaan -50 %

Loppukevään tunnit NYT -50 % !

Ryhmäliikunta:

60 € / rajaton (norm. 120 €)

Lasten tunnit:

45 € / 1 krt / vko (norm. 89 €)

Tarjoushinnat ovat voimassa maanantaista 24.2. alkaen. [Ilmoittaudu mukaan](#) ja nappaa paikka alehinnalla! Muistathan myös [liittyä seuran jäseneksi](#) ennen ryhmään ilmoittautumista.

Kevään kurssit aikuisille ja perheille

Vauva-taaperosirkus 6 kk-2 v. kurssi

Vauva-taaperosirkus on suunnattu 6kk-2-vuotiaille vauvoille ja taaperoille sekä heidän huoltajalleen. Kurssi koostuu kahdeksasta (8 krt) harjoituskerrasta.

Tunnilla tehdään mm. sirkusalkeita, temppuja, loru- ja laululeikkejä, kehitetään motorisia taitoja ja perusliikuntataitoja jokaisen oman ikätason mukaan. Tietysti myös nautitaan yhteisestä liikunnallisesta vuorovaikutuksellisesta ajasta lapsen kanssa.

Mukaan kannattaa ottaa jumppamatto, juomapullo, lapselle jarrusukat tai sisätossut ja vauvalle riepu.

Vauva-taaperosirkus 6 kk-2 v. kurssi

3.3.2025-28.4.2025 (pääsiäismaanantaina 21.4 ei harjoitusta)

Ma 15:30-16:15, Kerttulan liikuntahallin voimistelusal

Ohjaajana Tanja Siltanen

Kurssin hinta: 55 €

Ilmoittautuessa kurssille, tee ensin sekä itsellesi että lapsellesi Suomisport-tili. Tämän jälkeen **ilmoita lapsesi tälle kurssille**. Kurssimaksu sisältää yhden lapsen ja yhden aikuisen osallistumisen. Kurssille osallistuminen ei edellytä seuran jäsenyyttä.

ILMOITTAUTUMINEN

Aikuisten voimistelun perusteet- kurssi

Voimistelu on loistava harrastus myös aikuisille!

Oletko kiinnostunut parantamaan liikkuvuuttasi, kehittämään kehonhallintaa ja oppimaan uusia taitoja kannustavassa ympäristössä? Voimistelun perusteet -kurssi on matalan kynnyksen toimintaa ja se sopii kaikille yli 16-vuotiaille taitotasosta riippumatta. Taitoja opetellaan monen tasoisilla harjoitteilla, joten aloittelijat sekä kokeneemmat henkilöt ovat tervetulleita kurssille.

Kurssi koostuu kahdeksasta (8 krt) harjoituskerrasta. Kurssilla opetellaan voimistelun keskeisiä liikkeitä kuten kuperkeikkoja, kärrynpyöriä, käsilläseisontaa, siltaa sekä erilaisia hyppyjä. Kurssilla

tutustutaan myös telinevoimistelun alkeisiin. Jokaiseen harjoitukseen kuuluu toiminnallinen alkuverryttely, taitojen harjoittelua sekä telineillä että ilman sekä loppuverryttely.

Aikuisten voimistelun perusteet kevät 2

26.03.2025 - 28.05.2025

(Vappuaattona 30.4 & seuran kevätnäytöspäivänä 7.5 ei harjoituksia)

Ke 19:20-20:15, Kerttulan liikuntahallin voimistelusal

Ohjaajana Pihla Tiensuu

Kurssi toteutuu, kun osallistujia on vähintään 6.

Kurssin hinta:

Ei-jäsenille 59 €

Jäsenille 39 €

[ILMOITTAUTUMINEN](#)

Seurakatselmus 16.3.

Raision Jumpparit järjestää avoimen katselmuksen sunnuntaina 16.3. klo 10.00–13.00 Kerttulan liikuntahallissa. Katselmuksessa esiintyvät seuran kilpailevat joukkuevoimistelijat, tanssijat, kilpa-aerobicarit ja cheerleaderit kevätkauden kilpailuohjelmin. Tarjolla on siis taatusti upeita taidonnäytteitä!

Tapahtumassa on buffet, jonka tuotto menee tällä kertaa Usva-valmennusryhmien hyväksi.

Tapahtumaan on vapaa pääsy. Tervetuloa!

Raision Jumpparit ry.:n puolesta:

Laura Häkkinen

Toiminnanjohtaja

Pihla Tiensuu

Valmennuskoordinaattori

www.raisionjumpparit.fi

www.facebook.com/raisionjumppari

www.instagram.com/raisionjumpparit

Hyvässä seurassa on ilo liikkua®