Raision Jumpparit

Tammikuun jäsentiedote



Tässä jäsentiedotteessa:

- **Tervetuloa uudelle kevätkaudelle**
- **Kevätkauden tärkeät päivämäärät**
- **Taitoryhmäläisten ilmoittautuminen kevätkaudelle 2026**
- **Mehiläisen OmaUrheilu - etuja sinulle ja perheellesi & bonusta seurallesi**
- **Toimiston aukioloajat**

Tervetuloa uudelle kevätkaudelle

Aikuiset

RaJun kevään ryhmäliikunta-aikataulussa on tarjolla monipuolinen kattaus vauhdikkaan tehokkaita tunteja sekä rauhallista kehonhuoltoa ja joogaa. Jollet ole vielä tutustunut tunteihimme, tee se nyt ja innostu!

Ilmoittaudu **aluksi Suomisportin kautta mukaan kaudelle** valitsemalla mieleisesi, joko kymmenen harjoituskerran kortti tai kausimaksu. Lasku muodostuu ilmoittautuessasi. Meillä voit maksaa myös työnantajan tarjoamilla liikuntaeduilla. Toimita siinä tapauksessa kuitti maksusta osoitteeseen toimisto@raisionjumpparit.fi, jolloin tiedämme kirjata laskusi maksetuksi.

Ilmoittautumisen jälkeen pääset varaamaan paikan haluamaltasi tunnilta. Tarkemmat ohjeet paikkasi varaamiseen löydät täältä.

Ryhmäliikuntatunnille saavuttaessa ohjaajalle tulee esittää jäsenkortti tai 10 kerran kortti. 10 kerran kortti tulee noutaa toimistolta ennen tunneille osallistumista ja se on voimassa yhden kauden ajan. Kertoja ei voi siirtää seuraavalle kaudelle ilman painavaa syytä (esim. sairastuminen). Kausikortti löytyy Suomisportin sovelluksesta.

Hinnat:
Kausikortti**: 120 euroa**
10 kerran kortti**: 80 euroa**

Kevätkauden jälkeen alkaa ryhmäliikunnan kesäjumppakausi, jolle otamme mielellämme uusia ideoita ja toiveita vastaan teiltä jumppareilta.

Pienten lasten perheet

Perheliikunnasta on iloa koko perheelle. Perheliikunnan tärkeimmät tavoitteet ovat lapsen liikunnasta saama ilo ja elämykset sekä onnistumisen kokemukset yhdessä äidin, isän tai muun läheisen kanssa. Perheliikuntatunneilla on nyt kova kuhina - vielä muutama paikka on vapaana – tartu tilaisuuteen!

Lisätietoa Perheliikunnasta

Lapset ja nuoret

Kevään tuntitarjonnasta löytyy varmasti jokaiselle oma kiva harrastus tai useampikin. Myös monta upeaa ja hyödyllistä tuntia sopivat oheistreeniksi mm. futareille, lätkänpelaajille, uimareille ym. Kilpalajien taito- ja valmennusryhmiin voit innostua mukaan harrasteryhmien kautta.

Lisätietoa lasten harrastetunneista

Kevätkauden tärkeät päivämäärät

Hiihtolomaviikolla (vko 8) eli 16.2.-22.2. ei pidetä lasten harrastetunteja ja ryhmäliikunnassa on poikkeusaikataulu, josta tiedotamme myöhemmin

- Pääsiäisenä 3.4.-6.4. ei pidetä tunteja, mutta lauantain 4.4. ryhmäliikuntatunnit pidetään normaalisti
- Vappuna 30.4. ja 1.5 ei pidetä tunteja
- Kevätkausi päättyy 10.5.

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

Taitoryhmäläisten ilmoittautuminen kevätkaudelle 2026

Raision Jumppareissa voi syventyä harrastamaansa lajiin taitoryhmissä. Taitoryhmät ovat lisätreeniä niille jumppareille, jotka haluavat lisää haastetta harrastukseensa. Ryhmiin saatetaan tarvittaessa määritellä lajikohtaisia ikärajoja.

Kiinnostuitko? Ota rohkeasti yhteys lempilajisi harrastetunnin ohjaajaan tai lajin valmentajaan ja tiedustele lisää. Kaikkiin ryhmiin otetaan mukaan lisää uusia, innostuneita, tavoitteellisesta harjoittelusta kiinnostuneita jumppareita.

Taitoryhmät kevätkaudella 2026:

Telinevoimistelu 9-14v
Ma klo 19.00-20.10, Kerttula
Ohjaajat: Milla ja Johanna / milla.m.lindo@gmail.com

Kilpa-aerobic 8-12v.
Ti klo 19.00-20.00, Kerttulan voimistelusali
Ohjaaja: Erika / tamminen.erika08@gmail.com

Tanssi 6-9v.
Ke klo 16.45-17.45, Tahvion koulu
Ohjaaja: Salla / salla.pylkkonen@gmail.com

Cheerleading 10-14v.
La klo 11.00-13.00, Kerttula
Ohjaaja: Vera / veralehtinen8@gmail.com

Mehiläisen OmaUrheilu - etuja sinulle ja perheellesi & bonusta seurallesi

OmaUrheilu -yhteistyöstä Mehiläisen kanssa kertyy bonusta Raision Jumppareille. Jokainen Raision Jumppareiden jäsenen tai perheenjäsenen käynti Mehiläisessä kerryttää markkinointibonusta seuran kassaan. Markkinointibonuksen takaamiseksi seuran jäsenien ja heidän perheenjäsentensä tulee aktivoida OmaUrheilu Mehiläisen sovelluksessa. Lisätietoa **Mehiläisen nettisivuilta** ja **tästä**.

- Omien tietojen hallinta yhdessä paikassa
- Seuran oma hoitotiimi kaikkien käytettävissä
- Ohjeita ensihoitoon ja sisältöjä treenaamisen tueksi
- Rahanarvoisia etuja
- Asiointi Mehiläisessä kerää seuralle tukipottia

Toimiston aukioloajat

Ma klo 9.00-15.00
Ti klo 11.00-16.30
Ke klo 9.00-15.00

Jos haluat vierailla toimistolla, sovithan siitä ystävällisesti etukäteen. Olemme avoinna myös muina aikoina sopimuksen mukaan.

Maksaessasi liikuntaseteleillä voit myös tiputtaa ne postilaatikkoomme yhteystietojen kera.

Tervetuloa mukaan kevätkaudelle!

Raision Jumpparit ry.:n puolesta:

Laura Häkkilä
Toiminnanjohtaja

Pihla Tiensuu
Valmennuskoordinaattori

www.raisionjumpparit.fi
www.facebook.com/raisionjumppari
www.instagram.com/raisionjumpparit

Hyvässä seurassa on ilo liikkua®