



## HELMIKUUN JÄSENTIEDOTE

Tässä tiedotteessa:

1. Kevätkausi 2022 - Hymyssä suin kohti valoisa kevättä ja lämmintä kesää
2. Suositut Parkour-kurssit alkavat jälleen 5.4.
3. Kevätkauden tärkeät päivämäärät
4. Taito- ja Valmennusryhmäläisten ilmoittautuminen kevätkaudelle 2022

\*\*\*

1. Kevätkausi 2022 - Hymyssä suin kohti valoisa kevättä ja lämmintä kesää

Kevätkausi on lasten osalta päässyt jo hyvään vauhtiin! Tällä viikolla pääsimme vihdoin aloittamaan myös kovasti odotetut Perheliikunnan ryhmät sekä aikuisten ryhmäliikuntatunnit.

### Aikuiset:

Jollet vielä ole tutustunut ryhmäliikuntatunteihimme, tee se nyt ja innostu!

RaJun ryhmäliikuntatunneilla pääset liikkumaan edullisesti, tunnit ovat sinua lähellä ja ohjaajat pidettyjä ja osaavia. Ryhmäliikunta-aikataulumme on monipuolinen ja tunnit taatusti tehokkaita!  
10 x jumppakortti 80 eur

Rajaton osallistuminen kevätkaudelle 120 eur

Ilmoittaudu mukaan täällä! <https://www.raisionjumpparit.fi/tunnit-ja-hinnat/ilmoittautuminen/>

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

[www.raisionjumpparit.fi](http://www.raisionjumpparit.fi)  
[toimisto@raisionjumpparit.fi](mailto:toimisto@raisionjumpparit.fi)  
Tasalanaukio 5, 21200 Raisio  
040 1949420



### 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.

**Tänä kevään Perheliikuntatuntien aloitus viivästyi kolmella viikolla. Korvaamme nämä kolme kertaa kauden päätteeksi eli 17.5., 24.5. ja 31.5.**

### 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. Muutamissa harrasteryhmissä on vielä tilaa – tervetuloa kokeilemaan uutta lajia! Kilpalajien taito- ja valmennusryhmiin voi myös tulla mukaan harrasteryhmien kautta.

### 2. Suositut Parkour-kurssit alkavat jälleen 5.4.

Turun Parkour Akatemian kanssa toteuttamamme kurssit järjestetään 5.4.-10.5. Treenit pidetään tiistaisin Vaisaaren koulun ulkotreenipuistossa, jossa on loistavat olosuhteet lajin harjoitteluun.

Parkour kehittää yleiskuntoa, lihaskestävyyttä ja sitkeyttä sekä vahvistaa luustoa. Monipuolisen akrobaattisuutensa vuoksi laji kehittää erityisesti myös koordinaatiokykyä ja muuta keuhonhallintaa. Lajin harrastaja alkaa helposti katsoa vanhoja tuttujaakin ympäristöjä uusin silmin! Tunneille ovat tervetulleita vanhat sekä uudet harrastajat.

#### Parkour 7–9-vuotiaat

Tiistaisin klo 18–19 Vaisaaren koulun ulkotreenipuistossa

#### Parkour 10–13-vuotiaat

Tiistaisin klo 17–18 Vaisaaren koulun ulkotreenipuistossa

**Ilmoittautuminen on nyt auki, joten toimi nopeasti, paikkoja on rajoitetusti. Löydät Parkour-kurssit [ilmoittautumisjärjestelmästä](#)amme, "2022 KEVÄT / Kurssit" takaa. Kurssi toteutuu, mikäli ilmoittautuneita on vähintään 5 hlö/ryhmä.**



### 3. Kevätkauden tärkeät päivämäärät, jotka kannattaa merkitä kalenteriin.

- **Hiihtolomaviikkoa** vietetään Raisiossa totutusti viikolla 8. Hiihtiviikolla lasten ja nuorten harrasteryhmissä on osittain poikkeusaikataulu. Ohjaajat infoavat tarkemmin omia ryhmäläisiään mahdollisista muutoksista. Samaten valmentajat tiedottavat erikseen valmennusryhmien loma-ajan harjoitusvuoroista.
- **Kevätnäytös 14.5.**

Kaikkien Jumpparien yhteistä kevätnäytöstä päästään ihastelemaan Kerttulan liikuntahallille lauantaina 14.5.

- Kevätkausi päättyy lasten harrastetuntien osalta 15.5. Perheliikunnasta päästään nauttimaan 31.5. saakka, kun alkukaudesta pitämättä jääneet tunnit korvataan kauden päätteeksi.

### 4. Taito- ja valmennusryhmäläisten ilmoittautuminen kevätkaudelle 2022

Raision Jumppareissa voi nauttia urheilusta harrastamisen lisäksi myös taitoryhmissä tai kilpatasolla valmennusryhmissä! Kiinnostuitko? Ota rohkeasti yhteys lempilajisi harrastetuntin ohjaajaan tai lajin valmentajaan ja tiedustele lisää. Raision Jumppareissa tarjolla on taito- ja kilpavalmennusta joukkuevoimistelussa, rytmisessä voimistelussa ja telinevoimistelussa, tanssissa sekä kilpa-aerobicissa ja Cheerleadingissä.

Taito- ja valmennusryhmäläiset ilmoitetaan suoraan toimistolta ryhmiin valmentajilta kerättyjen osallistujatietojen perusteella. Mikäli ryhmiin on tullut uusia seuran ulkopuolelta, tulee heidän käydä rekisteröitymässä jäsenrekisteriimme nettisivujemme kautta. Valmennusryhmäläisten osallistuessa harrastetunneille, tulee heidän maksaa ilmoittautumisen yhteydessä lähetetty lasku harrastetunneista. Kyseinen suoritus hyvitetään valmennuksen laskusta. Mahdollisissa ongelmatilanteissa laskutuksessa pyydämme ottamaan yhteyttä toimistollemme.

Tervetuloa mukaan kevätkaudelle!

Raision Jumpparit ry:n puolesta:

Laura Häkkinä  
Seurakoordinaattori

*Hyvässä seurassa on ilo liikkua®*

[www.raisionjumpparit.fi](http://www.raisionjumpparit.fi)   
[toimisto@raisionjumpparit.fi](mailto:toimisto@raisionjumpparit.fi)   
Tasalanaukio 5, 21200 Raisio   
040 1949420 