

Gymnaestrada Joensuu 2026 infokirje 2

Hei taas kaikki Gymnaestradaan lähtijät!

Tässä infokirjeessä tärkeää asiaa mm. Vantaan yhteisharjoituksesta.

Kenttäohjelmien harjoitukset ovat hyvässä vauhdissa sekä aikuisten ja nuorten Sulamispiste – ohjelmalla että lasten Nyt Pelataan –ohjelmalla. Seuraavaksi odottaakin Vantaalla la 18.4. kaikkien voimisteluseurojen yhteinen yhteisharjoitus, johon on erittäin tärkeää osallistua, jotta päästään isolla porukalla harjoittelemaan kuvioita, siirtymisiä ja oman paikan löytämistä satojen muiden voimistelijoiden joukossa.

### **Viikkoharjoitukset**

Kenttäohjelmien harjoitukset pyörivät whatsappissa ohjeistetun aikataulun mukaisesti. Molempien ohjelmien yhteiset paikkamerkkiharjoitukset ovat seuraavan kerran su 12.4. klo 16-18 Sorrilan koululla. Lasten ohjelman välineenä olevat lötköpötkät ovatkin jo tulleet ja jaettu lapsille. Muistattehan ottaa ne mukaan Sorrilan koululla oleviin harjoituksiin sekä Vantaan yhteisharjoitukseen. Kenttäohjelmien asut saamme Vantaan yhteisharjoituksessa.

### **Yhteisharjoitukset la 18.4. Vantaalla**

Sekä Sulamispisteen että Nyt pelataan –kenttäohjelman yhteisharjoitus on lauantaina 18.4. Vantaalla (Myyrmäkihalli, osoite Rappavuodenkatu 10, 01610 Vantaa). Ilmoitathan kenttäohjelman ohjaajille mikäli et pääse osallistumaan yhteisharjoitukseen (lasten ohjelman ohjaajat Milla ja Hertta, aikuisten ohjelma Hanna K, Anna N ja Eeva N). Osallistuminen harjoitukseen on erittäin tärkeää.

Yhteisharjoituksen aikataulu:

Lasten Nyt pelataan ohjelman harjoitus on Vantaalla klo 9.00-11.30. Matkaan lähdetään Valkeakosken linja-autoasemalta Ilovuoren pikkubussilla klo 7.20 eli olethan paikalla hyvissä ajoin, viimeistään klo 7.15. Bussi lähtee täsmällisesti.

Harjoitukseen tulee pukeutua mustaan pitkähihaiseen paitaan sekä mustiin pitkiin housuihin. Hallissa on myös viileää, eli kannattaa varautua kerrospukeutumisella (kaikkien vaatteiden oltava mustia). Harjoitusten alustana on tekonurmi, jossa harjoitellaan sukkasillaan. Varaathan huonommat sukat, joiden likaantuminen/pilaantuminen tekonurmella ei haittaa.

Pakkaathan mukaan ehdottomasti myös lötköpötkön ja sen lisäksi hyvät eväät, joilla pärjää päivän. Paluu kotiinpäin lähtee hetimiten harjoituksen jälkeen ja ohjaaja Hertta ilmoittelee matkan varrelta aikataulua. Bussi palaa linja-autoasemalle, alustavasti viimeistään klo 13.00-14.00. Harjoituksissa on todella paljon ihmisiä eli nimikoitathan vaatteet ja pakatkaa mukaan vain välttämättömät. Esiintymisasut jaetaan seuroille yhteisharjoituksessa mutta lapset eivät käytä esiintymisasuja harjoituksissa.

Sulamispisteen harjoitukset Vantaalla ovat klo 11.30 – 14.30 . Näihin harjoituksiin kuljetaan viikkoharjoituksissa sovittujen kimppakyytien mukaisesti. Eeva organisoii kimppakyytejä. Esiintymisasut saadaan yhteisharjoituksissa ja Sulamispiste-ohjelma harjoitellaan puvut päällä. Haastavampi rooli: Harjoituksen alussa esiintymisasun päällä on musta yläosa (esim. pitkähihainen, huppari, t-paita). Musta yläosa riisutaan koreografin niin ohjeistaessa. Harjoitus aloitetaan perusblokeista, eli kuviosta, jossa kaikki ovat tulleet kentälle. Varaathan myös esim. paperinpalan ja kynän, johon voit tehdä muistiinpanoja harjoituksen aikana. Harjoituksissa on sukat jalassa ja alustana tekonurmi eli varaathan huonommat sukat, joiden pilaantuminen ei haittaa.

### **Esiintyminen näytöksessä 3.5.**

Molemmista kenttäohjelmista on tarkoitus esittää lyhyt pätkä VaVon kevätnäytöksessä su 3.5. eli laitattehan esiintymispäivän jo kalenteriin.

**Laskutus**

Gymnaestradan laskutuksen toinen erä on tullut ja laskutamme seuraavan kerran huhtikuulla.

**Joensuu 4.-7.6.**

VaVo on varannut Joensuuhun kulkemiseen oman tilausajobussin, joka starttaa Valkeakoskelta torstaina 4.6. aamusta. Palaamme tapahtumasta myöhään sunnuntai-iltana 7.6. Laitamme tarkemmat aikataulut tapahtumasta myöhemmin keväällä lähempänä tapahtumaa.

Lämpimästi tervetuloa mukaan Gymnaestrada-voimistelumatkalle!

Kaikissa Gymnaestradaan liittyvissä asioissa voit olla yhteydessä VaVon Gymppi Johanna Sundströmiin:

johanna(at)johanon.fi / puhelin: 040 199 3357

osoitelähde: Valkeakosken Voimistelijoiden jäsenrekisteri, Gymnaestradaan ilmoittautuneet