

Jäsentiedote 2012

www.haukiputaanheitto.fi
Liity faniksi facebookissa!



EDUT JA ALENNUKSET JÄSENKORTILLA 2012:

Vesi-Jatulin perheuintivuorot

Seuran jäsenenä voit käyttää uimahallissa Heiton perhevuoroja la ja su klo 17.00-20.00. Hintaan sisältyy myös Jatulin kuntosalin käyttö. Kertamaksut: alle 16-v. maksuton, aikuiset 2 e, eläkeläiset 1 e. **Huom!** Jäsenkortti on esitettävä joka kerta vuorolle tultaessa, ilmoitus jäseneksi liittymisestä ei riitä.

Intersport Rintamäki

Alennukset alkuperäisistä hinnoista: -30% salibandymailat ja -tarvikkeet, sisäpelikengät, juoksukengät ja juoksuasut, hiihtoasut, jumppa-asut, uima-asut, hiihtotarvikkeet ja voiteet. -25% painikengät. -20% huoltajatarvikkeet. Seuranettohinnoin sukset, siteet, monot, sauvat.

Haukiputaan Värisilmä

Alennukset normaalihintaisista tuotteista: -5-12% maalit, -15% tapetit, -10% työkalut. Pyydä tarjous lattiatuotteista ja laatoista.

Kelloliike Kylmäaho

-5% normaalihintaisista tuotteista (paitsi Nomination, Kalevala-koru). Alennus ei koske työsuorituksia.

Kimallus ja välke

-10% normaaleista kampaamo- ja parturitöistä (ei erikoistöitä eikä tuotteista). Voimassa ma-pe klo 9-17. Ei voi yhdistää muihin alennuksiin.

VIISI HELPPOA TAPAA TUKEA SEURAN TOIMINTAA

Arina

Osuuskauppa Arina on yksi Heiton pääyhteistyöyrityksistä. Täyttämällä lomakkeen osoitteessa http://www.haukiputaanheitto.fi/seuran_esittely/arina-yhteisty/ suostut siihen, että S-ryhmän asiakasomistajana tekemäsi ostokset kartuttavat samalla Heiton sponsoribonustiliä. Omat bonuksesi kertyvät, kuten ennenkin. Tiedot ovat luottamuksellisia ja niitä käytetään vain tähän tarkoitukseen.

Veikkaus

Pelaamalla Veikkauspelisi Heiton sivujen kautta tuet seuran toimintaa. Linkki löytyy seuran etusivulta sekä jokaisen lajin etusivulta. Jokaisesta näiden kautta pelatusta Veikkauksen pelistä myös seura hyötyy taloudellisesti!

HotSport - urheiluväen oma kanta-asiakaskortti

Bonusta sekä kortin haltijalle että hänen seuralleen! Mikäli sinulla jo on YkkösBonus-kortti, voit liittää korttiisi lisäksi HotSport-ominaisuuden ja omat bonuksesi kertyvät normaalisti vanhalle tilillesi. Lisätiedot: http://www.haukiputaanheitto.fi/seuran_esittely/hotsport-yhteisty/

DNA-liittymällä tukea seuran toimintaan

Tule Haukiputaan DNA Kauppaan ja avaa DNA-liittymä (koskee DNA mokkula- ja DNA - matkapuhelinliittymiä lisäpalveluineen). Operaattori tilittää Heitolle jokaisesta avatusta liittymästä 15 euroa rahaa! Riittää kun liittymän avaaja mainitsee tilauksen yhteydessä "Heitto".

Klikkaa banneria

Heiton kotisivujen www.haukiputaanheitto.fi yläreunan mainosbanneria klikkaamalla kilahtaa kolikko seuran kassaan joka klikkauksesta! Klikkaaminen ei vielä velvoita sinua mihinkään.

Jäsentiedote 2012

www.haukiputaanheitto.fi
Liity faniksi facebookissa!



LAJIEN YHTEYSHENKILÖT

Toimintaa muksusta mummoon ja vauvasta vaariin!

HIIHTO

www.haukiputaanheitto.fi/lajit/hiihto
Tanja Jaakola: tanja.jaakola@haukiputaanheitto.fi, p. 050 442 9157

LENTOPALLO

www.haukiputaanheitto.fi/lajit/lentopallo
Pirkko Vahtola: pirkko.vahtola@haukiputaanheitto.fi, p. 040 764 9561

PAINI

www.haukiputaanheitto.fi/lajit/paini
Jouni Huttunen: jouni.huttunen@haukiputaanheitto.fi, p. 040 704 5403

SALIBANDY

www.haukiputaanheitto.fi/lajit/salibandy
Jenni Kivari: jenni.kivari@haukiputaanheitto.fi, p. 044 032 5153

SULKAPALLO

www.haukiputaanheitto.fi/lajit/sulkapallo
Ilkka Kurttila: ilkka.kurttila@haukiputaanheitto.fi

SUUNNISTUS

www.haukiputaanheitto.fi/lajit/suunnistus, www.hahe.fi/suunnistus
Jaana Ervasti: jaana.ervasti@hahe.fi, p. 040 564 7471

UINTI

www.haukiputaanheitto.fi/lajit/uinti
Hannu Saikanmäki: hannu.saikanmaki@haukiputaanheitto.fi, p. 045 657 8987

VOIMISTELU

www.haukiputaanheitto.fi/lajit/voimistelu
Irene Kenttälä: irene.kenttala@haukiputaanheitto.fi, p. 050 360 2590

YLEISURHEILU

www.haukiputaanheitto.fi/lajit/yleisurheilu
Tanja Jaakola: tanja.jaakola@haukiputaanheitto.fi, p. 050 442 9157

VIERIVÄT KIVET

www.haukiputaanheitto.fi/lajit/vierivat_kivet
pj Aarno Ervasti: p. 050 505 1690, aarno.ervasti@haukiputaanheitto.fi
siht Sirpa Ervasti: p. 050 553 2464, sirpa.ervasti@haukiputaanheitto.fi

Katso lisätiedot esim.
ryhmien vapaista
paikoista lajin
nettisivulta.

Suunnistuskoulut
alkavat toukokuussa,
lisätiedot aikanaan
osoitteesta
www.hahe.fi/suunnistus

Jäsentiedote 2012

www.haukiputaanheitto.fi
Liity faniksi facebookissa!



LIIKUNTAA AIKUISILLE

www.haukiputaanheitto.fi/liikuntaa_aikuisille/

KAHVAKUULAN ALKEISKURSSI

12.1.-9.2. torstaisin klo 17.30-18.30 Heiton talolla

Tehokasta, monipuolista ja mukavaa liikuntaa! Kuulan saat talolta lainaan. Kurssimaksu 30 euroa. Lisätiedot ja ilmoittautumiset: Tinja Repo p. 044 352 4852, tinja.repo@haukiputaanheitto.fi

KAHVAKUULARYHMÄT

A: tiistaisin klo 19.30-20.30 Heiton talolla

B: torstaisin klo 17.30-18.30 Heiton talolla

Ryhmät tarkoitettu kuulailun perusasiat hallitseville. Kuulan saat halutessasi talolta lainaan. Kausimaksu 44 euroa, torstain ryhmä Heiton alkeiskurssin käyneille 34 euroa.

Lisätiedot ja ilmoittautumiset: Tinja Repo p. 044 352 4852, tinja.repo@haukiputaanheitto.fi

KEHONHUOLTO

torstaisin klo 18.30-19.30 Heiton talolla

Ryhtiä rankaan ja liikettä niveliin! Entistä vaihtelevampi kehonhuolto on pehmeää täsmäliikuntaa, jonka tavoitteena on parempi lihastasapaino. Venytystä kireille ja vahvistusta heikoille lihaksille. Sopii mainiosti myös liikuntaa aloitteleville! Kausimaksu 44 euroa. (Huom! Alennettu hinta 30 euroa Heiton Sporttiklubin, uinnin harrasteryhmän, kuntolentopallon kuntopainin, kahvakuulan tai kuntosählyn kausimaksun maksaneille sekä Vieriville Kiville).

Lisätiedot ja ilmoittautumiset: Tinja Repo p. 044 352 4852, tinja.repo@haukiputaanheitto.fi

AIKUISTEN UINNIN YKSITYISOPETUS

Opetusta alkeisiin ja uintitekniikkaan. 20 e (1-2 hlö)/45 min + uimahallin sisäänpääsymaksut. Kysy lisää: Tinja Repo p. 044 352 4852, tinja.repo@haukiputaanheitto.fi

KUNTOSÄHLY

perjantaisin klo 19.00-20.00 Kirkonkylän yläkoululla

Pelaamista kunnon vuoksi - tosissaan muttei vakavissaan! Kausimaksu 44 e.

Lisätiedot ja ilmoittautumiset: Tinja Repo p. 044 352 4852, tinja.repo@haukiputaanheitto.fi

SPORTTIKLUBI

yhteislenkki keskiviikkoisin klo 18 + salivuoro maanantaisin klo 18.00-19.30 Länsituulesa

Liikuntaansa aloitteleville sekä maraton-kuntoisille - oman tasoista seuraa löytyy jokaiselle!

Lisätiedot: Tarja Huru p. 044 322 7728

SULKAPALLON STARTTIKURSSIT

la 14.1. klo 9-11 ja la 14.1. klo 12-14 Jatulissa

Sulkapallon starttikurssilla käydään pelinomaisesti läpi sulkapallon ydinasioita. Kurssilla opit jalkatyötä, lyöntitekniikoita ja oheisharjoitteita. Kurssi on tarkoitettu lajia aloitteleville mutta sopii kertauksena myös harrastajille. Kurssimaksu 30€/hlö, sis. kenttävuokrat ja valmennuksen.

Lisätiedot ja ilmoittautumiset: Ilkka Kurttila, ilkka.kurttila@haukiputaanheitto.fi

SULKAPALLON KILPAVUORO

maanantaisin klo 18.00-19.30 Länsituulen koululla, täynnä

Lisätiedot: Ilkka Kurttila, ilkka.kurttila@haukiputaanheitto.fi

Jäsentiedote 2012

www.haukiputaanheitto.fi
Liity faniksi facebookissa!



UINNIN HARRASTERYHMÄ

perjantaisin klo 19.15-20.30 Vesi-Jatulissa
Ryhmässä saat ohjausta ja vinkkejä oikeaan uintitekniikkaan sekä kuntoa kohottavaan suoritukseen.
Kausimaksu 80 e. Lisätiedot: ale.luokkanen@haukiputaanheitto.fi

KUNTOLENTOPALLON SEKAJOUKKUE

tiistaisin klo 20.00-21.30 Takkurannan koululla
perjantaisin klo 18.00-19.30 Aseman koululla
Lisätiedot: Arja Viholainen p. 044 0474 307

KUNTOLENTOPALLON MIESTEN JOUKKUE

keskiviikkoisin klo 18.30-20.00 Aseman koululla
lauantaisin klo 15.30-17.00 Aseman koululla
Kausimaksu 80 euroa. Lisätiedot: Veli Salmela p. 050 422 4561

VESIJUMPPA

sunnuntaisin klo 17.45-18.15 Vesi-Jatulissa Heiton vuorolla

KÄVELYSÄHLY

maanantaisin klo 11-12 Heiton talolla
Laji, joka sopii kaikille, myös kuntoliikuntaa aloitteleville aikuisille sekä ikääntyneille. Mailan saat tarvittaessa lainaan.
Kausimaksu 30 euroa (Heiton Vieriville Kiville maksuton).
Lisätietoja ja ilmoittautumiset: Tinja Repo p. 044 352 4852, tinja.repo@haukiputaanheitto.fi

VIERIVÄT KIVET

kävelysähly maanantaisin klo 11-12 Heiton talolla
jumppaa ja muuta monipuolista liikuntaa keskiviikkoisin klo 12-13 Heiton talolla
kokous joka toinen keskiviikko (parittomat viikot) klo 10-12 Heiton talolla
kuntotanssit joka toinen tiistai 10.1. alkaen (parilliset viikot) klo 13-16 Heiton talolla

HENKILÖKOHTAINEN LIIKUNTANEUVONTA

Tarvitsetko apua liikunnan aloittamiseen tai liikkumistapojesi kehittämiseen? Kertaneuvonta 15 e, kolmen kerran paketti 40 e (tapaamiset noin kerran kuussa). Pitkäkestoinen neuvonta sovitaan erikseen. Lisätiedot: Tinja Repo p. 044 352 4852, tinja.repo@haukiputaanheitto.fi

Maksuvälineinä aikuisten liikunnassa käyvät myös:



PERHELIIKUNTA TOUHULA

sunnuntaisin klo 17.30-18.30 Jatulin liikuntasalissa (15.1. alkaen, ei 29.1., 5.2., 12.2.)
Tilaa ja välineet touhuta ja temmeltää, lisäksi mm. sählyä ja tempurata. Noin alle kouluikäisille lapsille vanhempineen. Lapset liikkuvat vanhempiensa kanssa ja vastuulla. 5e/perhe/kerta tai 30e/perhe/kausi. Ei ennakoilmoittautumista. Lisätiedot: Tinja Repo p. 044 352 4852, tinja.repo@haukiputaanheitto.fi