

JOULUKUU 2024



Joulukuun kuukausitiedotteessa tietoja joulun ajan harjoittelusta, mini-ikäisten valmentajakoulutuksesta ja harjoitteluun!

vinkkejä omatoimiseen

Neulamäen koulun salivuorot peruttu 10.12.-20.12.2024 välisenä aikana

Neulamäen koulun liikuntasali on koulun omassa käytössä 10.12.-20.12.2024. Kaikki harjoitusvuorot ovat siis peruttu Neulamäen koululta kyseisellä aikavälillä. Kaikille joukkueille on etsitty korvaavia salivuoroja eri kouluilta. Varmistathan vielä oman joukkueesi valmentajalta joulun ajan treeniaikataulut!

Mini-ikäisten treenit tauolla viikoilla 52 ja 1

Lentisliikkari sekä F-D –ikäisten junioreiden harjoitusvuorot ovat tauolla viikoilla 52–1 (23.12.2025-5.1.2025). Rauhoitumme mini-ikäisissä joulun aikaan ja käännämme katseet uuteen vuoteen.

Lentopallotreenit alkavat normaalisti pyöriä viikosta 2 eteenpäin.

Maksuttomat tekniikkavuorot vähemmän pelanneille D-tytöille sunnuntaisin

D-tyttöjen tekniikkatunnit järjestetään Neulamäen koulun liikuntasalissa joulukuun sunnuntaina **1.12. ja 8.12. klo 17.45–19.00**. Lämmittelyt aloitetaan aulassa klo 17.45, josta päästään saliin klo 18.00. Tekniikkatunti on maksuton joukkueuiminnassa jo mukana oleville pelaajille.

Tekniikkakouluun ovat tervetulleita kaikki D-tytöt, jotka kaipaavat lisäharjoittelua ja hiomista lentopallon perustekniikoihin. Tekniikkatunnit vetää seuravalmentaja Petra Kasper. Ilmoittautuminen tekniikkatunnille tapahtuu myClubin kautta, jotta valmentaja osaa varautua osallistujien määrään.

Tekniikkatunnit jatkuvat tammikuussa sunnuntaisin, **12.1., 19.1. ja 26.1.** klo 17.45–19.00. Ilmoittautuminen myös näihin tapahtumiin tapahtuu myClubin kautta.

Maksuton mini-ikäisten valmentajakoulutus sunnuntaina 8.12.2024 Neulamäen koululla

Mini-ikäisten (F-D-juniorit) valmentajille suunnattu koulutus järjestetään sunnuntaina 8.12.2024, Neulamäen koululla klo 12.30–14.30. Tervetuloa mukaan!

Koulutukseen ovat tervetulleita kaikki mini-ikäisten harjoituksissa mukana olevat aikuiset ja nuoret: Olipa roolisi vastuu- tai apuvalmentaja, apuna häärivä vanhempi juniori tai vaikkapa palloa palauttava vanhempi, tämä koulutus tarjoaa helpon tutustumisen lajin perusasioihin ja pelaamisen kehittämiseen ja lisäämiseen. Koulutus on maksuton.

Koulutuksessa käydään läpi mini-ikäisten valmennuksen perusasioita ja opitaan peluuttamisesta, pelivalmennuksesta sekä pelaamisen kehittämisestä sekä pelaamaan innostamisesta. Koulutuksen tarjoaa Idän alue. Lisätietoja Antti Remekseltä [antti.remes\(a\)lentopalloliitto.fi](mailto:antti.remes(a)lentopalloliitto.fi) tai Maarit Viljakaiselta [maarit.viljakainen\(a\)puijowolley.fi](mailto:maarit.viljakainen(a)puijowolley.fi)

Koulutukseen **ilmoittautuminen 7.12. mennessä**. Ilmoittautumislinkki löytyy täältä: [Maksuton valmentajakoulutus mini-ikäisten valmentajille – Itä-Suomi](#)

Joulun ajan omatoiminen harjoittelu

Joulun aikana hengähdetään lentopalloharjoittelusta. Vaikka lentopallotreenit ovatkin tauolla, muistetaan silti pysyä aktiivisesti liikkeessä. Monipuolinen liikkuminen ja harjoittelu tukevat myös lentopallotaitojen ja liikunnallisten taitojen ylläpitoa kaikilla lapsilla ja nuorilla.

Hyödynnetään siis joulutauon aikana talvisia ulkoilmoja; luistellaan, hiihdetään, uidaan, ulkoillaan ja venytellään! Näin joukkueet pääsevät palautumaan syksyn harjoituskaudesta ja suuntaamaan katseet kohti alkavaa kevätkautta.

Uuden pelaajan lopettamisilmoitukset ilmoitettava vuoden loppuun mennessä

Entä jos lentopalloharrastus ei kolahtanutkaan? Uuden pelaajan lopettamisilmoitus tulee tehdä 31.12. mennessä valmentajalle ja toiminnanjohtajalle. Mikäli ilmoitusta lopettamisesta ei ole tullut määräaikaan mennessä, katsotaan harrastus jatkuneeksi myös keväällä.

Tukea harrastamiseen

Seuralla on oma rahasto, josta jaamme tukea, jotta harrastuksen kustannukset eivät olisi este lentopalloharrastukselle Kuopiossa. Rahaston tarkoitus on tukea perheitä harrastusmaksuissa niissä tilanteissa, kun taloudelliset tai sosiaaliset haasteet kuormittavat perhettä, ja uhkaavat keskeyttää tai estää lapsen ja nuoren harrastamisen.

Jaettavan tuen määrä on max. 50 €/kk, kuitenkin siten, että tilikauden aikana tukea voidaan maksaa enintään 150 €/hakija. Tukea myönnetään ainoastaan seuran laskuttamiin kausimaksuihin (myös lisäkausimaksut). Jo erääntyneisiin kausimaksuihin ei voi hakea tukea. Tukea ei myönnetä matkakustannuksiin, väline- tai varustehankintoihin.

Vapaamuotoiset hakemukset käsitellään luottamuksellisesti kuukausittain ja päätöksestä ilmoitetaan hakijalle henkilökohtaisesti. Hakemuksen käsittelijöinä toimivaan työryhmään kuuluvat toiminnanjohtaja, seuravalmentaja ja seuran puheenjohtaja. Tuki jaetaan

harkinnanvaraisesti ja tapauskohtaisesti siten, että mahdollisimman montaa harrastajaa pystytään tukemaan. Tukea voivat hakea kaikki seuran alle 18-vuotiaat pelaajat. Hakemuksen voi lähettää toimisto(a)puijowolley.fi.

Hyvää joulun odotusta! Muistathan yhteistyökumppanimme ja jäsenedut

Muistathan, että Puijo Wolleyn jäsenenä saat käyttöösi monipuolisia jäsenetuja! Hyödynnä jäsenedut joululahjojen hankinnassa.

Tarkista kaikki jäsenedut täältä, ja inspiroidu lahjaideoita varten:

<https://www.puijowolley.fi/seura/jaseneksi/jasenedut/>

Puijo Wolleyn menossa mukana



KUOPION SÄHKÖVERKKO OY





HAIR&BEAUTY
LOFT



joupet.com
Kuopion Kortti-Piste