

ELOKUUN SEURATIEDOTE

Syyskausi 2016

Syksyn jumpat alkavat maanantaina 22.8.2016 ja jatkuvat 9.12.2016 asti
Tuntilistat löytyvät seuran kotisivuilta www.tapiolanvoimistelijat.fi

Koulujen remonttien takia olemme joutuneet alkusyksystä evakkoon Aarnivalkean ja Sefon koulusta. Myös Haukilahden monitoimitalo on remontissa ainakin syyskuun ajan.

Muutoksia

Aikuisten tunteihin tulee seuraavat muutokset alkusyksyn osalta (ensi alkuperäinen paikka ja nuolen jälkeen missä tunti pidetään remonttien valmistumiseen asti).
Vaikka Jousenkaari on remontissa, niin sali on edelleen iltakäyttäjien käytössä.

Tiistai Aarnivalkea Kahvakuula ja Helppoa ja kevyttä jumppa ---> keskiviikko Jousenkaari
klo 18.00-20.00.

UUTTA!! Tiistai Kilon koulu ajalle 23.8.-25.10.2016 klo 18.00-19.00 Lavisjumppa.
Lavis on hauska, helppo ja hikinen liikuntamuoto, joka perustuu lavatanssiaskeleiden ja jumpan välimuotoon. Tunnilla tanssitaan tuttuja lavatanssilajeja kuten humpapa, jenka, rock/jive, cha cha ja samba. Lavista tanssitaan yksin, joten paria ei tarvita.

Torstai Sefon koulu 18.45-20.00 Body Välineillä ---> torstai Jousenkaari klo 18.00-19.00.

Torstai Aarnivalkea 19.00-20.00 Zumba ----> aloitetaan vasta kun Aarnivalkea tulee käyttöön eli marraskuun alussa.

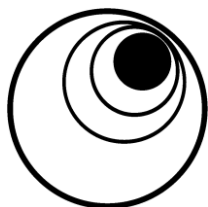
Torstai Haukilahden monitoimitalo Seniorijumppa klo 10.00-11.00 ----> Aloitetaan vasta kun remontti valmistunut eli todennäköisesti lokakuussa.

Perjantai Aarnivalkea 17.00-18.00 Pilates edistyneet ----> Perjantai Vindängens skola
klo 17.00-18.00

Perjantai Aarnivalkea 18.00-19.00 Muokkaus ----> Perjantai Jousenkaari klo 18.00-19.00

Lauantaijumppa aloitetaan vasta 3.9.2016 (koulu tarvitsee salia omaan käyttöönsä 27.8.)
Sunnuntaijummat alkavat 4.9. iltatunnilla ja 11.9. SyysSpurtilla. Normaalien aikataulun mukaan sunnuntaijummat alkavat 18.9.2016

Lasten tuntien muutoksista on infottu ryhmäkohtaisesti.



Pahoittelemme paikkamuutoksia heti syyskauden aluksi ja ilmoitamme, kun pääsemme pitämään jumppia tunti- ja ryhmäliikunnan mukaisille kouluille. Päivitämme muutoksia seuran kotisivuille kohtaan Ajankohtaista sekä lähetämme tietoa sähköpostilla.

Koulujen sisäänkäynnit

Seuramme sivuille on koottu tietoa koulujen sisäänkäynneistä sekä aikuisten että lasten otsakkeiden alta.

<http://www.tapiolanvoimistelijat.fi/aikuisten-ryhmaliikunta-espoossa/harjoituspaikat/>

Yhä enemmän kouluja tulee omavalvonnan piiriin, joten kouluilla ei ole vahtimestareita vaan ohjaaja avaa ovet. Toivommekin, että tunneille tullaan ajoissa, sillä ovia ei saa jättää auki tuntien ajaksi.

Tapiolan koulu

Tapiolan koulun remontti on valmistunut ja koulu on siis jälleen käytössä. Koulu on omavalvontakoulu, joten sisäänkäynti on yhdessä ohjaajan kanssa.

Tapiolan kouluun mennään sisään pukuhuoneiden ovista. Tapiolan koulun osoite on siis Opintie 1 ja koulu on Espoon kulttuurikeskuksen vieressä.

Liikuntaseteleiden vastaanottoa

Syksyn jumppamaksun voi jälleen maksaa Smartumin liikunta- ja kulttuuriseteleillä, Virikeseteleillä, Tyky-seteleillä ja Ticketin Mind&body kortilla. Vastaanottopaikkoja lisäämme seuran kotisivuille pikkuhiljaa

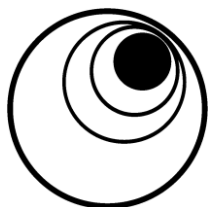
Tällä hetkellä seuraavat ajat on vahvistettu:

ma 22.8.2016	klo 17.30-18.00	Mankkaan koulu
ti 23.8.2016	klo 17.30-18.00	Mankkaan koulu

Jumppaturvavakuutus

Pohjolan ja Voimisteluliiton Jumppaturvavakuutus on harrastejumppareiden tapaturmavakuutus. Vakuutus korvaa esim. ryhmäliikuntatunneilla, esiintymisissä ja näytöksissä sattuneet tapaturmat ajalle 1.9.2016 - 31.8.2017. Vakuutuksen hinta on 4,00 euroa ja sen voi ottaa jäsenpalveluohjelmasta.

Kaikkia seuran jäseniä ei ole siis vakuutettu vaan vakuutuksen ottaminen on vapaaehtoista. Vakuutuksen voi ottaa 31.8.2016 asti.



Tapiolan Voimistelijat ry

22.8.2016

Tulevia tapahtumia

Seuran syyskauden tulevia tapahtumia ovat mm.

su 4.9.2016 klo 10.00-12.00	Perhepäivä	Mankkaan koulu
su 11.9.2016 klo 10.00-13.00	Aikuisten SyysSpurtti	Mankkaan koulu
su 11.9.2016 klo 16.00-18.00	Nuorten tanssin workshop	Mankkaan koulu
ke 26.10.2016	JV kisakatselmus	Espoonlahden halli
su 30.10.2016	Stara tapahtuma	Opinmäki
ke 7.12.2016	Gaalanäytös	Espoon kulttuurikeskus
to 8.12.2016	Satunäytös	Espoon kulttuurikeskus

Lisätietoa tapahtumista päivitetään seuran kotisivuille www.tapiolanvoimistelijat.fi

Seuran toimisto

Seuran toimisto on pääsääntöisesti avoinna ma-to klo 9.30-15.00. Aina emme tosin istu toimistolla, joten jos olet tulossa käymään, niin varmistathan että olemme paikalla.

Toimistoon saat yhteyden seuran sivujen kautta Yhteydenottolomakkeella
<http://www.tapiolanvoimistelijat.fi/seura/toimisto/yhteydenottolomake/>

Mukavaa jumppasyksyä!

Tapiolan Voimistelijat ry