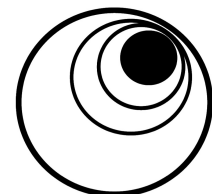


2.5.2022



Tapiolan Voimistelijat

Hei,

Toukokuun jäsentiedotteessa:

1. Kunta-alan lakko
2. Kevätnäytös 4.5.
3. Joukkuevoimistelun kokeilutilaisuudet
4. Kilometrikisa 2022
5. Unelmien liikuntapäivä 10.5.
6. Kesäjummat
7. Kesäleirit
8. Syksyn tuntiohjelmat
9. Avoimuus
10. SeuraPicnic
11. Maskisuositus
12. Hyödyllisiä linkkejä

1. KUNTA-ALAN LAKKO

Laaja kunta-alan lakko alkaa näillä näkymin huomenna tiistaina 3.5.2022 ja jatkuu 9.5.2022 saakka. Toistaiseksi meitä ei ole tiedotettu, että koulujen salit olisivat kiinni lakon aikana tai, että lakolla olisi vaikutuksia esim. keskiviikon kevätnäytökseen. Menemme siis sillä oletuksella, että toimintamme jatkuu normaalisti. Ainakin koulujen omavalvontavuorot pyörivät normaalisti myös lakon aikana. Mikäli poikkeuksia tulee, tiedotamme niistä mahdollisimman nopeasti sähköpostitse, nettisivuillamme sekä ryhmäliikunna whatsappissa.

2. KEVÄTNÄYTÖS 4.5.

Seuramme kevätnäytös on ensi keskiviikkona 4.5.2022 Espoon kulttuurikeskuksen Tapiolasalissa klo 18.00. Tervetuloa ihastelemaan voimistelijoiden kilpaohjelmia ja harrasteryhmien näytösesityksiä! Lipunmyynti käynnissä Lippuautomaatin kautta, lisätietoja [nettisivuillamme](#).

Valokuvaajaksi näytökseen?

Etsimme vielä vapaaehtoista valokuvaajaa kevätnäytökseen. Valokuvaaja tarvitsee oman järjestelmäkameran ja kuvat tulevat seuran omaan käyttöön mm. facebook, nettisivut jne. Mikäli voisit toimia näytöksen valokuvaajana, ilmoittaudu mukaan [täältä](#).

3. JOUKKUEVOIMISTELUN KOKEILUTILAISUUDET

Tervetuloa kokeilemaan joukkuevoimistelua! Kevään 2022 joukkuevoimistelun kokeilutilaisuudet vuosina 2012-2017 syntyneille järjestetään Espoon kristillisen koulun tiloissa seuraavasti:

- Kide-ikäluokka (2012-2013 syntyneet): Ma 9.5. klo 17:15-18:45
- Esivalmennus-ikäluokka (2016-2017 syntyneet): Ke 11.5. klo 16:00-17:00
- Aava-ikäluokka (2014-2015 syntyneet): Ke 11.5. klo 17:30-19:00

Ilmoittautuminen [nettisivuillamme](#) sunnuntaihin 8.5. mennessä. Tilaisuuteen osallistuminen ei vielä sido mihinkään!

4. KILOMETRIKISA 2022

Tule mukaan [kilometrikisaan](#) Tapiolan Voimistelijoiden kanssa! Kilometrikisassa 2022 osallistujat merkitsevät pyöräilykilometrejä ylös ajanjaksolla 1.5.2022 – 22.9.2022. Kisa on leikkimielinen ja maksuton, mutta luvassa on hyviä palkintoja. Kilometrikisassa kerätään joukkueen yhteisiä pyöräiltyjä kilometrejä ja ylös saa kirjata työmatkojen lisäksi myös pyöräillyt vapaa-ajan matkat. Tapvon joukkueeseen voivat tulla mukaan kaikki jäsenet, ohjaajat, valmentajat, työntekijät, luottamushenkilöt ja muut toimijat! Pyöräillään yhdessä lisää hyvinvointia! Kisaan voi osallistua myös sähköpyörällä.

Miten osallistua?

1. [Rekisteröidy](#) Kilometrikisan nettisivuilla
2. Liity joukkueeseemme koodilla **tapvo2022**
3. Aloita kilometrien kirjaaminen!

Jos et halua näkyä osallistujalistassa koko nimelläsi tai käyttäjätunnuksellasi voit rekisteröitymisen jälkeen määritellä oikeasta nimestäsi tai käyttäjätunnuksestasi erillisen nimimerkin, jolla näyt muille käyttäjille. Nimimerkki on eri asia kuin käyttäjätunnus, jota käytät vain kirjautumiseen. Saadaksesi nimimerkin käyttöösi, toimi seuraavasti:

1. Kirjautu sisään
2. Vie hiiri oikeaan ylänurkkaan tunnuksesi päälle
3. Valitse "Omat tiedot"
4. Kirjoita haluamasi nimimerkki ja klikkaa Tallenna

Kilometrikisa on leikkimielinen kisa, ei siis tarvitse ottaa paineita kilometrien kirjaamisesta, vaan tarkoitus on kasvattaa yhteishenkeä ja samalla lisätä arkiliikuntaa!

Lisätietoja voi kysellä seurakoordinaattori Maijalta: seurakoordinaattori.tapvo@gmail.com, 050 383 4433.

5. UNELMIEN LIIKUNTAPÄIVÄ 10.5.

Koko Suomen yhteistä liikkumisen juhlapäivää, Unelmien liikuntapäivää, vietetään tiistaina 10.5.! Unelmien liikuntapäivä on kaikenlaisen liikkumisen päivä, johon kuka tahansa voi osallistua.

Unelmien liikuntapäivän kunniaksi aikuisten tunneilla pidetään avoimet ovet tiistaina 10.5. ja lapsille on luvassa QR-koodi suunnistusta Mankkaalla. Lue lisää [täältä](#).

6. KESÄJUMPAT

Kesäjumppa-aikataulut on julkaistu ja löydät ne [nettisivuiltamme](#)! Kesän puistojummat ovat kaikille avoimia, ei etukäteisilmoittautumista. Jumppia pidetään maanantaisin ja torstaisin Tapiolan asukaspuistolla sekä keskiviikkoisin Pattistenpellolla Haukilahdessa. Hinnat 5 € kerta tai 40 € koko kesän kattava kesäjumppakortti.

7. KESÄLEIRIT

Mankkaan harrastekesäleireillä 6.-10.6.2022 ja 13.-17.6.2022 on vielä muutama paikka vapaana!

Temppuilupainotteisilla leireillä päästään muun muassa testaamaan taitoja erilaisilla tempuradoilla, opettelemaan akrobatiaa ja tutustumaan freegymiin. Lisäksi viikon aikana kokeillaan muitakin urheilulajeja ja leikitään ja liikutaan monipuolisesti sekä sisällä että ulkona. Tärkeintä on liikunnan ilo, lasten viihtyminen sekä tietenkin turvallinen liikkuminen!

[Lisätietoja ja ilmoittautuminen.](#)

8. SYKSYN TUNTIOHJELMAT

Syksyn tuntiohjelmat on nyt julkaistu nettisivuillamme:

- [Lasten ja perheliikunnan tuntiohjelma](#)
- [Aikuisten ryhmäliikunnan tuntiohjelma](#)

Vanhojen jäsenten ennakoilmoittautuminen alkaa tiistaina 10.5. klo 9.00 ilmoittautumispalvelu Hoikan kautta. Ennakoilmoittautumisessa voi ilmoittautua mihin tahansa sopivan ikätason ryhmään. Voit siis ilmoittautua muuhunkin kuin siihen ryhmään, mihin olet tänä keväänä osallistunut.

Uusia jäseniä otetaan mukaan ti 24.5. klo 9.00 alkaen. Jos siis haluat varmistaa paikkasi myös syksyn tunneilla, kannattaa ilmoittautuminen tehdä ennen tiistaita 24.5.

Syyskausi alkaa maanantaina 22.8.2022.

Huom. LouhenNaisten harjoitusajat löytyvät jatkossa Valmennusryhmien alta [Tanssillisen voimistelun sivulta](#).

9. AVOIMUUS

Syksyllä 2021 päivitettiin seuran arvot: *avoimuus, inhimillisyys, yhteisöllisyys, laadukkuus ja liikunnan ilo*. Kevään aikana olemme avanneet arvoja ja kuukauden teemana on yksi arvo kerrallaan.

Jos et ole vielä vastannut jäsenten arvokyselyyn, teethän sen nyt! Arvokyselyyn pääset [tästä](#). Kyselyyn voivat vastata myös lasten huoltajat, vaikka he eivät olisikaan itse seuramme jäseniä. Kaikki vastaukset ovat meille erittäin tärkeitä ja niiden pohjalta kehitämme toimintaamme entistä enemmän arvojamme mukaiseksi sekä jäsentemme näköiseksi.

Jos et vielä ole jäsen, mutta haluat tukea toimintaamme ja liittyä nyt, voit tehdä sen [täällä](#). Aikuisten jäsenmaksu vuodelle 2022 on 20€.

Viimeisenä arvona on vuorossa toukokuun arvo **Avoimuus**: *“Toimintamme on läpinäkyvää ja avointa jokaisella tasolla, niin hallituksen toiminnassa kuin kilpa- ja harrastetoiminnankin saralla. Seuratoimijamme ovat helposti lähestyttäviä. Viestimme läpinäkyvästi ja säännöllisesti. Toiminnan dokumentointi on selkeää ja systemaattista.”*

Tiedotamme säännöllisesti ja ajantasaisesti toiminnastamme. Keräämme myös säännöllisesti ja systemaattisesti palautetta jäseniltämme sekä muilta toimijoilta ja kehitämme toimintaamme palautteiden perusteella. Palautetta voi antaa jatkuvasti yhteydenottolomakkeen kautta tai meihin voi olla myös suoraan puhelimitse tai sähköpostitse yhteydessä. Yhteystiedot ja yhteydenottolomake löytyvät [nettisivuiltamme](#). Lisäksi kevään palautekyselyt ovat tulossa lähipäivinä. Seuraa siis sähköpostiasi (ja muista tarkistaa roskaposti sekä tarjous-kansiot) ja anna palautetta kevään tunteista.

Toimintaamme ovat kaikki tervetulleita mukaan. Järjestämme avoimia tapahtumia kuten jumppastartteja ja tutustumisviikkoja, joiden kautta seuraan tutustuminen on helppoa. Seuran toimintaan voi myös osallistua ja vaikuttaa monilla muillakin eri tavoilla kuten vapaaehtoistehtävissä, hallituksen jäsenenä, joukkueenjohtajana tai osallistumalla jäsenille järjestettäviin tapahtumiin, kuten harrasteliikunnan tapaamisiin. Jos vapaaehtoistoiminta kiinnostaa, ota meihin rohkeasti [yhteyttä!](#)

Tammikuun arvo oli *Yhteisöllisyys*. Lue lisää [täältä](#).

Helmikuun arvo oli *Liikunnan ilo*. Lue lisää [täältä](#).

Maaliskuu arvo oli *Inhimillisyys*. Lue lisää [täältä](#).

Huhtikuun arvo oli *Laavukkuus*. Lue lisää [täältä](#).

10. SEURAPICNIC

Koko seuran yhteistä SeuraPicniciä vietetään tiistaina 14.6. klo 17.00-19.00 Tapiolassa Silkkiniityllä. Luvassa muun muassa puistojumppia ja lapsille voimisteluvälineiden kokeilua. Lisätietoja [nettisivuiltamme](#).

11. MASKISUOSITUS

THL ja pääkaupunkiseudun koronakoordinaatioryhmä ovat muuttaneet [maskisuositustaan](#) ja laajasta maskisuosituksesta on luovuttu. Maskia voi edelleen käyttää oman harkinnan mukaan.

12. HYÖDYLLISIÄ LINKKEJÄ

- [Sijaiset, tuntimuutokset ja peruutukset](#)
- [Ryhmäliikunnan WhatsApp](#) (Mm. peruutukset ja tuntimuutokset, liity klikkaamalla)
- Hae [TET-paikkaa](#) seuralta
- [Yhteydenottolomake](#)
- [Jäsentiedotteet](#)
- [Voimistelijoiden anonyymi palautelomake](#)

Ystävällisin terveisin,

Maija Pelttari
Tapiolan Voimistelijat ry
Seurakoordinaattori
seurakoordinaattori.tapvo@gmail.com
050 383 4433