### Tervehdys teille, joogaajat

Yhdistyksen syyskausi on päättymässä ja viimeinen harjoitus on 30.11. Puistokoululla on joogattu 10 kertaa syksyn aikana ja osallistujia on ollut parikymmentä. Saliin mahtuu useampikin ja toivottavasti saamme kevätkaudella enemmän osallistujia. Voitte jollain kerralla tuoda myös ystävän tai perheenjäsenen tutustumaan joogaamme.

### Jooga tekee hyvää - tapahtuma

Järjestämme joogatapahtuman Saarijärven Joogaopiston remontin tukemiseksi lauantaina 11.1.2025 klo 10.15 alkaen. Paikkana on Puistokoulun liikuntasali.

***Ohjelma***:

10.15–10.30 Tapahtuman avaussanat, Suomen joogaliiton pj. Minna Lahdenperä; Jyväskylän seudun joogayhdistyksen pj. Marjaana Lehto  
10.30–10.50 Marjaana Lovénin harjoitus  
11.00-11.45 Minna Lahdenperän luento, teemana Hellittäminen  
11.45-12.15 tauko (smoothie, banaani yms. tarjolla)  
12.15-13.30 Minnan harjoitus  
13.30-13.45 Tapahtuman päätössanat

Osallistumismaksu on 15 €, ja maksut tilitetään Suomen Joogaopiston remontin rahoittamiseksi.

Ilmoittautuminen joogayhdistyksen sähköpostiin [jkl.joogayhdistys@gmail.com](mailto:jkl.joogayhdistys@gmail.com) viimeistään la 4.1.2025. Maksa mieluiten OP:n tilille FI15 5290 0220 120651 (viitenumero 301). Voit maksaa myös paikan päällä käteisellä tai MobilePaylla.

Tapahtuma on tarkoitettu ensisijaisesti yhdistyksen jäsenille, mutta on avoin myös muille joogasta ja yhdistyksen toiminnasta kiinnostuneille. Toivomme, että kerrot tapahtumasta lähipiirillesi. Puistokoulun liikuntasaliin mahtuu noin 40–45 henkilöä, ja tämän vuoksi tilaisuuteen on ennakkoilmoittautuminen. Luennon aikana salissa on tuoleja ja penkkejä. Tauon aikana siirrämme ne syrjään, jotta kaikki mahtuvat joogaamaan. Joogamattoja koululla ei ole, joten muistathan ottaa oman maton mukaasi.

### Kevätjooga

Kevään joogakurssi alkaa sitten puolivälissä tammikuuta eli seuraavina lauantaipäivinä klo 10.30–11.55:

18.1., 25.1., 1.2., 8.2., 15.2., 22.2., 8.3., 15.3., 22.3., 29.3., 5.4.,12.4. ja 26.4. Kurssilla pääset tutustumaan erilaisiin ohjaustapoihin, koska ohjaajat vaihtuvat kerrasta toiseen. Kaikkien ohjaus nojaa kuitenkin siihen vahvaan perinteeseen, jota Suomen Joogaliiton kouluttamat ohjaajat ovat jo yli puoli vuosisataa tuoneet suomalaisille joogaajille.

Voit ilmoittautua kevään kurssille jo joulukuun aikana yhdistyksen sähköpostiin [jkl.joogayhdistys@gmail.com](mailto:jkl.joogayhdistys@gmail.com). Maksa kurssi (40 €) tilille FI15 5290 0220 1206 51 (viite 39) vasta silloin, kun olet saanut vahvistuksen siitä, onko ryhmässä tilaa.

Vuoden 2025 jäsenmaksu on 15 €, ja se maksetaan samalle tilille (viite 26).

### Uudet nettisivut

Olemme saaneet hallitukseen it-osaajan Jounin, joka on toteuttanut meille uudet, hienot nettisivut. Sivujen osoite on [https://jkljooga.nettisivut.fi](https://jkljooga.nettisivut.fi/) Sivuille on kerätty tietoa yhdistyksestä ja Joogaliitosta. Etusivulta löytyy myös uusin jäsenkirje. Vaikka yhdistyksen nettisivut ja osoite ovat uudistuneet, sähköpostiosoite on pysynyt samana: [jkl.joogayhdistys@gmail.com](mailto:jkl.joogayhdistys@gmail.com)

### Joogatallenteet

Kerroin edellisessä viestissäni Joogaliiton jäsenilleen tarjoamista videotallenteista, ja muistutan teitä vielä tästä edusta. Joogayhdistyksen jäsenyys ei sisällä jäsenyyttä Joogaliittoon, vaan sinne on erikseen liityttävä. Jäsenenä tuet Joogaliiton arvokasta toimintaa. Jäsenyys tuo myös sinulle etuja: saat alennusta Joogaopistolla järjestettävistä kursseista sekä neljä kertaa vuodessa ilmestyvän jäsenlehden ja joogatallenteet remontin aikana.

Jäseneksi voit liittyä seuraavassa osoitteessa:

<https://joogaliitto.fi/joogaliitto/liity-jaseneksi/>

Alla on lainaus Joogaliiton viestistä:

”*Lähetämme joogatallenteita jäsenten käyttöön Joogaopiston uudistöiden ajaksi. Suomen Joogaliiton joogaharjoitukset ovat käytettävissäsi 31.12.2024 saakka. Saat uudet joogatallenteet käyttöösi näiden poistuttua, jotta voit jatkaa ohjattuja joogaharjoituksia.*

*Suositushinta tallenteille on 20 € / 2 kk. Vapaaehtoisen maksun voit suorittaa seuraavalle tilille: FI63 2119 1800 0124 13. Tilinumero näkyy myös tallenteiden alussa. Saatavat varat käytämme Suomen Joogaopiston peruskorjaustyön tukemiseen. Lämmin kiitos tuestasi!”*

### Uusia jäseniä hallitukseen

Edellisessä jäsenkirjeessä kerroin, että etsimme hallitukseen jäseniä. Kolme nykyistä jäsentä on jättämässä hallitustyöskentelyn, ja mikäli emme saa uusia heidän tilalleen, toimintamme uhkaa loppua. Toivon, että mietit, onko sinulla aikaa ja intoa työskennellä yhdistyksen hallituksessa. Vuosikokous on ensi maaliskuussa ja silloin valitaan uudet jäsenet eronneiden tilalle. Kokouksesta tulee vielä erillinen kutsu.

Iloista joulun odotusta yhdistyksen puolesta,

Marjaana Lehto, pj.