

15.10.2014

KOHTI KAUTTA 2014-15!

Talvikausi on saatu kivasti käynnistettyä nyt kaikkien ryhmien osalta niin urheilukoulun kuin valmennusryhmien puolella.

Illatkin pikkuhiljaa pimenevät ja silloin on erityisen tärkeätä muistaa näkyminen niin treeni- kuin koulu- ja työmatkoilla. Tulemme jakamaan kaikille ryhmille Vantaan Salammat –heijastimet syksyn aikana, laitetaan salamalaiset näkymään sitäkin kautta!

Heijastimien käytöstä muistuttaa myös yhteistyökumppanimme LähiTapiola, jolla on jäsenistöllemme myös houkutteleva tarjous mm. henkivakuutuksen muodossa. Kannattaa tutustua tarjoukseen.

Tässä tiedotteessa vedetään myös vähän mennyttä kautta yhteen valmennuspäällikön toimesta. Kohti talvea ja tulevaa kautta lähdetään paitsi treenaamalla, myös mm. vuosikokouksen siivittämänä. Tulettehan mukaan!

Rita Huttu, toiminnanjohtaja, rita.huttu@vantaansalamat.net, p.045 1130 373

LÄHITAPIOLAN TARJOUS VANTAAN SALAMAT -JÄSENILLE

Yhteistyökumppanimme LähiTapiola tarjoaa uusille asiakkaille 50 % alennuksen Loistokaskon ja henkivakuutuksen ensimmäisen vuoden maksuista. Nykyisiäkin asiakkaita ei ole unohdettu!

Tutustu yllämainittuihin sekä muihin tarjouksiin täällä: www.vantaansalamat.net/140 ja ole yhteydessä LähiTapiolan yhteyshenkilöihin saadaksesi seuran jäsenistölle tarkoitetut tarjoukset käyttöösi.

SEURAN SÄÄNTÖMÄÄRÄINEN VUOSIKOKOUS TORSTAINA 6.11.

Seuran sääntömääräinen vuosikokous järjestetään torstaina 6.11. seuran toimistolla Myyrmäen yleisurheilukentällä. Merkitsethän päivän jo nyt kalenteriisi!

Kokouksessa käsitellään sääntömääräiset vuosikokousasiat; valitaan mm. seuran puheenjohtaja sekä hallituksen jäsenet. Tervetuloa vaikuttamaan! Tilaisuuteen ei tarvitse ennakoilmoittautua.

Salama Tiedote 10/2014

- Kohti kautta 2014-15!
- LähiTapiolan tarjous Vantaan Salammat – jäsenille
- Seuran sääntömääräinen vuosikokous torstaina 6.11.
- Yksi kausi jälleen takana – kohti kautta 2014-15
- Valmennusryhmien treenijat [www-sivuilla](http://www.vantaansalamat.net)
- Syksyn yhteislenkit jatkuvat
- Kuukauden salamalainen


TUE seuraasi...

@VantaanSalamat



15.10.2014

YKSI KAUSI JÄLLEEN TAKANA - KOHTI KAUTTA 2014-15

SM-mitaleita, Kalevan Kisojen edustus, lukuisia piirin- ja aluemestaruusmitalisteja, Vattenfall Seuracupin finaali, uusia seuraennätyksiä, lukuisia omia ennätyksiä, uusia harrastajia...

Näistä koostui kausi 2013-2014, joka oli menestyksellisesti seurallemme iso harppaus eteenpäin. Tästä ensimmäisenä on kiittäminen kaikkia teitä, jotka olette mukana toiminnassa. Urheilijoille kiitos sinnikkäästä ja motivoituneesta otteesta harjoitteluun, valmentajille kiitos laadukkaasta ja osaavasta valmennuksesta, vanhemmille kiitos ”kotikoutseina”, ”kuskeina” ja toimitsijoina toimimisesta.

Kauden 2013-2014 kohokohdiksi nousee hallikauden osalta ehdottomasti Tampere Indoor Junior Gamesit, joissa seurastamme kävi bussilastillinen porukkaa kisailemassa, kisakokemus oli varmasti kaikille mahtava, tulevana vuonna lähdetään vielä isommalla jengillä liikkeelle.

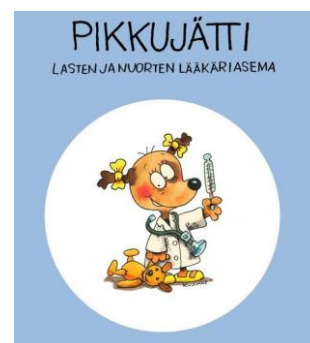
Kesäkauden avasivat maantie- ja maastajuoksun pm- ja am-kisat huhti-toukokuussa, joista mm. Simeon Rissanen pokkasi seuralle kauden ensimmäisen aluemestaruuden. Aluemestaruusmitaleita kertyi kauden aikana kokonaisuudessaan 9 kappaletta, joka on jo hieno saavutus. Junioriurheilun osalta ensimmäinen voimannäyte Salamien osalta oli toukokuussa järjestetyt junnuviestit, joihin saatiin mukaan 21 joukkuetta (kolmanneksi eniten koko piirissä HKV:n ja Espoon Tapioiden jälkeen!). Menestystäkin viesteistä tuli viiden piirinmestaruusmitalin ja seitsemän seuraennätyksen verran. Alkukesän kilpailukauden huipensivat yli 14-vuotiaiden osalta Lahdessa käydyt SM-viestit, joissa seurastamme oli mukana runsaasti joukkueita. Parhaasta menestyksestä vastasi N19 sarjan 3*800m joukkue juoksemalla kuudenneksi. Viesteistä tuli myös useita muita pistesijoja, joten tästä on hyvä lähteä kohti ensi kesän SM-viestejä, potentiaalia porukassa on!

Elokuussa kisailtiin vuoden odotetuimmat kisat eri puolilla Suomea. Kalevan Kisoissa Kuopiossa Jessica Mäki edusti seuraamme hienosti juoksemalla 400m aitojen alkuerissä (Jessicalla vasta vuosi kunnan harjoittelua takana!). Nuorten sarjoissa nähtiin hienoa nostetta seuramme osalta kun 19-vuotiaiden SM-kisoissa Olivia Leino juoksi viidenneksi 5000m kilpailussa, Arttu Turunen oli kuudes 17-vuotiaiden SM-kilpailuissa 2000m esteissä ja 14-15-vuotiaiden SM-kisoista tuliaisina oli kokonaiset neljä mitalia, jotka toivat Sanni Kilpeläinen (kultaa kiekosta, hopeaa keihäästä ja pronssia keihään joukkuekilpailusta), Henna Hiltunen (pronssia keihään joukkuekilpailusta) ja Nico Agard (hopeaa 300 metrin juoksusta). Tämä on aika mahtavaa luettavaa seuramme osalta.

Nuoremmat salamalaiset pitivät seuran mainetta yllä piirinmestaruuskilpailuissa. 9-13-vuotiaiden piirinmestaruusmitaleita kertyi junnuhuipentumasta huimat 21 kappaletta. Mestareiksi tänä vuonna tiensä selvittivät Roberta Normour, Kalle Mäkinen, Kasper Viramäki, Anni Yrjälä ja Jenna Vakkilainen.

Salama Tiedote - sivu 2

Vantaan Salamats ry
www.vantaansalamats.net



15.10.2014

Kun lasketaan koko kauden aikana kertyneet piirinmestaruusmitalit yhteen 9-15-vuotiaiden sarjoista, päästään niinkin kovaan lukemaan kuin 40. Seurassamme on siis paljon tulevaisuuden kovia yleisurheilijoita nuoremmissa sarjoissa.

Yksi kauden kohokohdista seuralle oli ehdottomasti Vattenfall Seuracup-finaali, jossa joukkueemme suoriutui erityisen hyvin! Kilpailukanttia löytyy, josta osoituksena yli 10 henkilökohtaista ennätystä kyseisessä kisassa.

Kokonaisuudessaan menneen kauden 2013-2014 perään voidaan laittaa iso plus-merkki jokaisen urheilijan kohdalle, tästä on hyvä ponnistaa kohti uusia haasteita! Työ kohti kauden 2014-2015 kilpailuja on jo aloitettu, tsemppiä kaikille treeneihin!

Olli-Pekka Mykkänen, valmennuspäällikkö

VALMENNUSRYHMIEN TREENIAJAT WWW-SIVUILLA

Www-sivuille valmennuksen osioon on nyt lisätty valmennusryhmien harjoitusajat ja -paikat, osalla ryhmistä kuukausikalenterin muodossa: www.vantaansalamat.net/79

Lisätietoa valmennusajoista ja -paikoista valmennuspäälliköltä.

SYKSYN YHTEISLENKIT JATKUVAT

Syksyn myötä järjestämme yhteislenkkejä kaikille harrastajille ja kuntoilijoille, jotka kaipaavat seuraa ja tsemppiä pimenevien iltojen lenkkeihin! Lenkkejä noin kahden viikon välein ja lenkit vetää Anu Koskenkorva. Lähtö Myyrmäen yleisurheilukentän porteilta.

Seuraavat yhteislenkit:

Ma 20.10. klo 18.00

Ma 10.11. klo 18.00

Tervetuloa mukaan!

LOKAKUUN VINKKI:

Oletko tutustunut jo

Salama-bloggaajaan

”Pakkomielteinen

lenkkeilijä” ?

Pääset lukemaan bloggaajan

uusimmat kuulumiset täällä:

[http://pakkomielteinenlenk-](http://pakkomielteinenlenkkeilija.blogspot.fi/)

[eiliija.blogspot.fi/](http://pakkomielteinenlenkkeilija.blogspot.fi/)



15.10.2014

KUUKAUDEN SALAMALAINEN

Lokakuun salamalaisena esitellään valmennusryhmässä urheileva Kristian Jauhiainen.

Kuka ja minkä ikäinen olet?

Olen Kristian Jauhiainen, 14 vuotta.

***Milloin ja miten olet päätenyt Vantaan Salamiin eli kauan olet harrastanut yleisurheilua?***

Kun Usain Bolt juoksi maailmanennätykset 100 ja 200 metrillä vuonna 2009, päätin, että minustakin tulee pikajuoksija. Kävimme kesäisin Myyrmäen yleisurheilukentällä pikkuveljen kanssa kisaamassa. Vantaan Salamissa aloitin vuonna 2010 kesällä.

Harrastatko muita lajeja?

En tällä hetkellä.

Mikä yleisurheilussa on kiinnostavinta ja miksi se kiehtoo lajina?

Yleisurheilu on siitä hieno laji, että se on niin monipuolista. Omaa lajia ei ole pakko päättää heti vaan voi rauhassa tutustua kaikkiin lajeihin. On myös tosi hieno tunne, kun kovan harjoittelun tuloksena pystyy parantamaan omaa ennätystään. Kisoissa on aina tosi positiivinen ja iloinen tunnelma. Rankatkin treenit sujuu mukavasti kivojen treenikavereiden ja kannustavien valmentajien kanssa.

Onko oma lajisi jo löytynyt ja mitkä ovat tavoitteesi yleisurheilun suhteen tulevana kautena ja myös myöhemmin?

Pikajuoksija-haaveista huolimatta kiinnostukseni on enemmän kääntynyt hyppylajeihin, etenkin kolmiloikka on ollut viime aikoina etusijalla. Tarkoitus oli lähteä Raisioon SM-kisoihin, mutta selkäongelmien vuoksi jouduin jättämään ne tänä vuonna väliin. Nyt odotan toiveikkaana talvikautta ja ensi kesää. Toivon saavani hyviä tuloksia, jotta saisin uuden mahdollisuuden kokea SM-kisat. Jonain päivänä olisi hienoa päästä siellä myös palkintopallille.

Mitä muuta kuuluu alkavaan syksyyn?

Hyvää, vaikkakin kiireistä. Tälläkin viikolla meillä on neljät kokeet ja lisäksi musiikkiharrastus ottaa oman aikansa. Konsertteja on tulossa syyslukukaudella ainakin neljä.

VANTAAN SALAMAT RY**Yhteystiedot**

Toimisto:
Myyrmäen yleisurheilukenttä
Raappavuorentie 8-10
01600 Vantaa
toimisto@vantaansalamat.net

Postiosoite:
PL 14, 01601 Vantaa

Toiminnanjohtaja:
Rita Huttu, p. 045 1130 373
rita.huttu@vantaansalamat.net

Valmennuspäällikkö:
Olli-Pekka Mykkänen,
p. 045 1466 711
olli.mykkanen@
vantaansalamat.net

Puheenjohtaja:
Sami Kilpeläinen,
p. 040 5520 646

www.vantaansalamat.net

