

12.5.2014

KESÄKAUSI VAUHDIKKAASTI KÄYNTIIN!

Kesäkausi on saatu käyntiin nyt kaikkien ryhmien osalta. Yleisurheilukoulussa ja valmennusryhmissä liikkuu yhteensä n. 350 lasta ja nuorta. Kun mukaan lisätään monilajikerholaiset, lajikoululaiset, juoksukoulu juniorin osallistujat sekä aikuisliikkujat juoksukoulussa ja yleisurheilukoulussa, päästään jo yli 400:n liikkuvan osallistujan määrään. Se on hieno luku tälle kesälle! Kesä tuo mukanaan myös paljon kisoja, niin omalla kentällä kuin muuallakin. Tässä tiedotteessa lisää oman kentän tapahtumista. Toivotan kaikille mukavaa tulevaa yleisurheilukesää.
Rita Huttu, toiminnanjohtaja, rita.huttu@vantaansalamat.net, p.045 1130 373

MYYRMÄEN URHEILUPUISTON PARKKIALUE

Huomioitahan, että Myyrmäen yleisurheilu-kentän parkkialueella vaaditaan nykyisin parkkikiekko. Alueella pysäköiviä voidaan sakottaa, joten muistatthän kiekon käytön (4 h:n alue).

KESÄKAUDEN LASKUTUS

Kesän 2014 laskutus tapahtuu toukokuun aikana ja lasku lähetetään ilmoittamaanne sähköpostiosoitteeseen. Huolehdittehan, että yhteystiedot ovat ajan tasalla. Muutaman kerran voi käydä tutustumassa toimintaan ennen laskutusta. Muistatthän kuitenkin ilmoittaa toimistolle mikäli harrastus ei jatku. Näin vältymme turhalta laskutukselta.

SILJA LINE SEURAKISAT 28.5., 30.7. ja 28.8.

Silja Line Seurakisassa ikäluokat 9-15 kilpailevat matalan kynnyksen kisoissa. Jokaisessa kisassa on 2-3 -lajia.

Lue lisää: www.vantaansalamat.net/132

Jokaisesta lajiosallistumisesta saa tarran kisapassiin. Kaikki vähintään kahteen kisaan osallistuneet saavat mitalin (jaetaan aikaisintaan 30.7.).

Lajit 28.5.

T/P9 40m, pituus
T/P13 60m, kuula

T/P11 60m, korkeus
T/P15 300m, seiväs

Seurakisa on avoin myös muille, kuin oman seuran jäsenille.

Huom! Silja Line Seurakisat eivät ole tilastokelpoisia.

Kisoissa noudatetaan alle 13-vuotiaiden sääntöjä.

Kisojen toimitsijoina toimivat seuran vanhemmat urheilijat sekä lasten huoltajat. Tervetuloa mukaan!

Ilmoittautuminen: www.vantaansalamat.net/lomake.html?id=35

Salama Tiedote 5/2014

- Kesäkausi vauhdikkaasti käyntiin!
- Myyrmäen urheilupuiston parkkialue
- Kesäkauden laskutus
- Silja Line seurakisat 28.5., 30.7. ja 28.8.
- Pikkujätti Cup – Salama Cup I, 2.6.
- Päiväurheilukoulussa vielä tilaa
- Nuorisokansalliset Sinettikisat ti 3.6.
- Juoksukoulu Junior ja lajikoulu
- Kilpailuista kiinnostuneet aikuiskuntoilijat
- Toimitsijakoulutus 1-taso, pe 23.5.
- Kuukauden salamalainen


TUE seuraasi...

@VantaanSalamat



12.5.2014

PIKKUJÄTTI CUP - SALAMA CUP I, MA 2.6.

Salama Cup on seuran sisäinen leikkimielinen kisa, jossa mitataan tulos, mutta lapsia ei laiteta paremmuusjärjestykseen, eikä palkintoja jaeta.

Kesän 2014 Salama Cup -kisat Myyrmäen kentällä: 2.6. ja 4.8.

Salama Cup pidetään omalla harjoitusajalla ja oman ryhmän kanssa. *Huom! Kivistön ryhmät ja monilajikerholaiset voivat tulla mukaan valitsemansa ryhmän mukaan joko klo 17.30 tai klo 18.45. Soveltavan urheilukouluryhmän lapset oman ikäryhmänsä mukaan.*

Toimitsijoina toimivat vanhemmat, toivomme mahdollisimman monen aikuisen olevan lapsensa mukana tapahtumassa.

Pikkujätti Cup 2.6. lajit:

4-5 v.	pallo	6-7 v.	40 m
8-9 v.	kuula	10-11 v.	keihäs
12 ja vanh.	korkeus	Soveltava ja monilajikerho	40 m

Ilmoittautumisia aletaan ottaa vastaan 15 min. ennen oman ryhmän alkua! Mukana kentällä myös Pikkujättikoira! Tervetuloa mukaan!

PÄIVÄURHEILUKOULUSSA VIELÄ TILAA

Päiväurheilukoulu 7-12-vuotiaille kesälomalaisille
2.-18.6. ja 4.-8.8.2014 ma - pe klo 10.00-14.00.

Vielä muutamia paikkoja vapaana: www.vantaansalamat.net/50

NUORISOKANSALLISET SINETTIKISAT TI 3.6.

Salamat järjestää perinteiset Nuorisokansalliset Sinettikisat **tiistaina 3.6. klo 17.30 alkaen.**

Lajit ja sarjat:

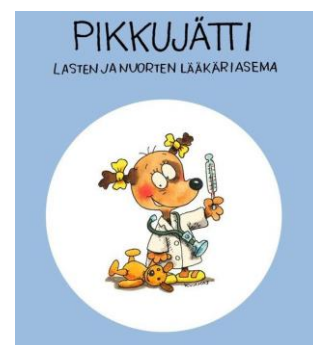
T/P9: 40m, pituus, kuula
T/P11: 60m, korkeus, kuula
T/P13: 60m, 1000m, korkeus, kuula
T/P15: 100m, 800m, keihäs, pituus (T15), 3-loikka (P15)
N17: 100m, 800m, 3-loikka
M17: 100m, 2000m ej, kuula
N19: 100m, 3000 m ej, 3-loikka
M19: 100m, 3000m, kuula

Ilmoittaudu 1.6. mennessä: www.kilpailukalenteri.fi/?cs=16&nid=11311

Maksuton osallistuminen ennakkoon ilmoittautuneille Salamalaisille, joten kannattaa tulla kisailemaan. Ilmoittautuminen mahdollista myös paikan päällä, mutta kehotamme kaikkia ilmoittautumaan ennakkoon.

Salama Tiedote - sivu 2

Vantaan Salammat ry
www.vantaansalamat.net



12.5.2014

JUOKSUKOULU JUNIOR JA LAJIKOULUT

Juoksukoulu Junior on viiden harjoituskerran paketti lapsille ja nuorille, jotka haluavat tutustua juoksemiseen harrastuksena:

www.vantaansalamat.net/103

Lajikoulut on tarkoitettu 10-15 -vuotiaiden urheilukoululaisten ja valmennusryhmäläisten lisäharjoituksiksi. Myös muut kiinnostuneet ovat tervetulleita: www.vantaansalamat.net/138

Juoksukoulu: monipuolista juoksuharjoittelua; juoksutekniikan, kestävyuden ja kimmoisuuden harjoittelua

Heittokoulu: heittolajien tekniikoiden harjoittelua

Seiväskoulu: seiväshyppyn harjoittelua

KILPAILUISTA KIINNOSTUNEET AIKUISKUNTOILIJAT

Kiinnostaako kuntoilumielessä kilpaileminen? Mukaan haetaan kaiken tasoisia juoksijoita mm. aluemestaruusviesteihin ja yli 30-vuotiaiden SM-viesteihin!

Aikuis- ja veteraaniurheilusta lisää täällä: www.vantaansalamat.net/86. Sivulla myös aikuisliikkujien kisakalenteri.

Mikäli kiinnostuit, voit olla yhteydessä Mikkoon, p. 050-5880109, mikko.viilo@gmail.com ja samalla ilmoittaa itsesi myös aiheeseen liittyvälle postituslistalle.

Lisäksi Vantaan Salamien aikuisliikkujien oma Facebook-ryhmä: <https://www.facebook.com/groups/376665655766377/>

TOIMITSIJAKOULUTUS 1-TASO, PE 23.5.

Järjestämme 1-tason toimitsijakoulutuksen kaikille kiinnostuneille.

Aika: Perjantai 23.5. klo 18.45 (kesto n. 1,5 h)

Paikka: Myyrmäen yleisurheilukenttä, huoltorakennus

Voit tulla mukaan ilman ennakkoilmoittautumista. Koulutusta suositellaan kaikille urheilukoululaisten ja valmennusryhmäläisten huoltajille, valmennusryhmässä urheileville sekä kaikille muille toimitsijatehtävistä kiinnostuneille.

Toivomme mahdollisimman monen osallistuvan koulutukseen, se antaa hyvää perustietoa eri yleisurheilulajeista: www.vantaansalamat.net/131

TOUKOKUUN VINKKI:
Vantaan koululaisten viestikarnevaalit järjestetään perjantaina 16.5. Hiekkaharjun yleisurheilukentällä. Onko sinun koulusi lähdössä mukaan?



12.5.2014

KUUKAUDEN SALAMALAINEN

Toukokuun salamalaisena esitellään ohjaaja Nina Soini.

Kuka olet? Olen Nina Soini.

Milloin ja miten olet päätenyt ohjaajaksi Vantaan Salamiin?

Aloitin ohjaamisen apuohjaajana vielä itse seurassa urheillessani vuonna 2007. Oman harrastamiseni päätyttyä jatkoin ohjaushommia, sillä halusin pysyä lajin parissa ja olla mukana innostamassa lapsia liikkumaan.

Olet toiminut jo monta vuotta ohjaajana eri ryhmissä, lähinnä pienimpien lasten kanssa. Mikä seurassa toimimisessa ja lasten ja nuorten ohjaamisessa kiehtoo?

Itseäni on aina kiehtonut liikunnan ilosanoman levittäminen. Mielestäni on tärkeää, että lapset pääsisivät pienestä pitäen liikkumaan mahdollisimman monipuolisesti. Tähän yleisurheilu tarjoaa mitä loistavimmat puitteet. Pienimpienkin lasten kanssa pyrimme monipuoliseen toimintaan sekä lapsen motoriikkaa eri tavoin haastavien lajien kokeiluun. Parasta ohjaamisessa on mielestäni se, että pääsee näkemään lasten välittömän onnistumisen ilon uusien asioiden oppimisen yhteydessä. Erityisen palkitsevaa on myös ollut nähdä useampien Salamissa 4-5 vuotiaana aloittaneiden lasten ja nuorten yhä jatkavan yleisurheilun parissa.

Mitä muuta kuuluu tulevaan kesään kuin ohjaustyötä?

Tulevan kesän aion viettää liikunnallisissa merkeissä. Salamissa ohjaan tänä kesänä 6-7 vuotiaiden ryhmiä sekä toista kesän päiväleireistä. Tämän ohella työskentelen kuntosalilla sekä myyjänä vaateliikkeessä.

Terveisesi ohjaamisesta kiinnostuneille nuorille ja lasten vanhemmille?

Rohkeasti mukaan, mikäli yhtään innostusta löytyy! Ohjaamisesta on helppo innostua, kun näkee lasten riemun ja huiman kehityksen. Uskon, että ohjaamisesta saa paljon myös itselleen. Omalla kohdallani lasten parissa toimimisesta on ollut apua esimerkiksi sosiaalipsykologian opinnoissani.

VANTAAN SALAMAT RYYhteystiedot

Toimisto:
Myyrmäen yleisurheilu kenttä
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 Mykkanen,
p. 045 1466 711
olli.mykkanen@
vantaansalamat.net

Puheenjohtaja:
Sami Kilpeläinen,
p. 040 5520 646

www.vantaansalamat.net

