

5.8.2014

ELOKUUN KISAPUTKESSA SAA JÄNNITTÄÄ!

Elokuussa riittää jännitettävää niin omien urheilijoiden, kuin Suomen maajoukkueen urheilijoiden puolesta. Omat urheilijat ovat tulossa mm. nuorten SM-kisoissa ja Vattenfall Seuracupissa. Suomen väreissä taistellaan taas EM-kisoissa ja aina yhtä jännittävässä Ruotsi-ottelussa. Kesäkauden yksi huipennus nähdään ilman muuta 30.8., kun Vattenfall Seuracup Finaali kerää Tera-sarjan parhaan joukkueet omalle kentällemme Myyrmäkeen. Hienon kisapäivän huipentaa kaikkien kisajoukkueiden yhteinen ”kunniakierros” Ruotsi-ottelun yhteydessä Olympiastadionilla.

Tervetuloa mukaan kannustamaan joukkueemme hyviin tuloksiin!

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

SPORTTIA KAIKILLE –YLEISURHEILUILTA 8.8.

Perjantaina 8.8. järjestämme yhteisen *Sporttia kaikille –yleisurheiluillan*, joka on tarkoitettu kaikille alle 16-vuotiaille nuorille. Maksuton tapahtuma järjestetään yhdessä kaupungin liikuntapalveluiden kanssa **Myyrmäen yleisurheilukentällä klo 19.00 - 20.30.**

Tapahtuman yhteydessä myös **Puistojuoksu!** Puistojuoksu on rento tapahtuma koko perheelle, jossa juostaan 3 km joko ajanotolla tai ilman.

Puistojuoksuun osallistuminen on ilmaista, jokainen voi kuitenkin maksaa vapaaehtoisen osallistumismaksun. Kertyneet varat käytetään vähävaraisten harrastusmahdollisuuksien lisäämiseksi seurassamme.

Lue lisää: www.vantaansalamat.net/146 ja Salamien Facebook-sivujen tapahtumat. Tervetuloa mukaan!

SEURAN MESTARUUSKISAT SU 17.8.

Seuran mestaruuskisat järjestetään Myyrmäen yleisurheilukentällä sunnuntaina 17.8.

Sarjat kaikille ikäryhmille, alkaen 4-vuotiaista!

Lajit ja tarkempi aikataulu julkaistaan vielä lähempänä ajankohtaa.

AIKUISTEN YLEISURHEILUKOULU JATKUU

Aikuisten yleisurheilukoulun syysosuus on alkanut. Vielä ehtii loppukesäksi mukaan. Jäljellä 4 tehokasta harjoituskertaa perjantaisin! Luvassa tutustumista eri lajeihin ammattitaitoisten ohjaajien opastuksella.

Ilmoittaudu mukaan: www.vantaansalamat.net/136

Salama Tiedote 8/2014

- Elokuun kisaputkessa saa jännittää!
- Sporttia kaikille – yleisurheiluilta 8.8.
- Seuran mestaruuskilpailut su 17.8.
- Aikuisten yleisurheilukoulu jatkuu
- Kesän viimeinen Silja Line Seurakisa 28.8.
- Vattenfall Seuracup Finaali lauantaina 30.8.
- Suosittu monilajikerho alkaa lokakuussa
- Toimitsijakoulutus 2-taso, ke 20.8.
- Kuukauden salamalainen



VEIKKAUS
TUE seuraasi...



@VantaanSalamat



5.8.2014

KESÄN VIIMEINEN SILJA LINE SEURAKISA 28.8.

Silja Line Seurakisassa ikäluokat 9-15 kilpailevat matalan kynnyksen kisoissa. Jokaisessa kisassa on 2-3 -lajia: www.vantaansalamat.net/132

Jokaisesta lajiosallistumisesta saa tarran kisapassiin. Kaikki vähintään kahteen kisaan osallistuneet saavat mitalin. Kesän aikana kolme kisa.

Lajit 28.8.

T/P9 40m, keihäs T/P11 150m, pituus
T/P13 200m, korkeus T/P15 800m, pituus

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

VATTENFALL SEURACUP FINAALI LAUANTAINA 30.8.

Vantaan Salamats järjestää Vattenfall Seuracupin Finaalin lauantaina 30.8. Myyrmäen yleisurheilukentällä.

Tarkempi kisa-aikataulu täältä: www.vantaansalamat.net/135

Kisajärjestelyt ovat suuri ponnistus järjestävältä seuralta. Tarvitsemme vielä muutamia vapaaehtoisia toimitsijoita kisaan järjestämään.

Ole rohkeasti yhteydessä, mikäli voisit tulla mukaan talkooväkeen!

Valtakunnallisessa yleisurheilun Vattenfall Seuracupissa 11-17 -vuotiaat nuoret kilpailevat ikäluokittain lähes kaikissa yleisurheilulajeissa. Seurojen paremmuusjärjestys muodostuu yksilösuoritusten mukaan lasketuista pisteistä. Yli 50 piirikilpailua sisältävä kilpailusarja huipentuu valtakunnallisiin finaaleihin.

Finaalijärjestäjänä Vantaan Salamats saa joukkueensa mukaan kisaan. Tervetuloa mukaan kannustamaan joukkue hyvään tulokseen!

SUOSITTU MONILAJIKERHO ALKAA LOKAKUUSSA

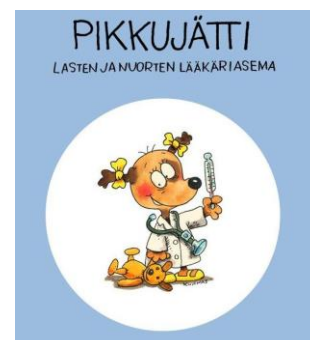
Monilajikerho on tarkoitettu 6-9-vuotiaille tytöille ja pojille, jotka haluavat tutustua eri lajeihin etsiessään harrastusta. Kerhon aikana tutustutaan kuhunkin lajiin (yleisurheilu, salibandy ja paini) 8 kertaa omien erikoisseurojen ohjaajien toimesta. Samalle viikolle voi osua myös kahdet harjoitukset.

Vuoden aikana järjestetään kaksi kerhoa:

Ryhmä 1: aloitus 6.10.2014 Ryhmä 2: aloitus 24.1.2015

Lue lisää ja ilmoittaudu mukaan: www.vantaansalamat.net/47

**ELOKUUN VINKKI:
Penkkiurheilijan elokuva:
Yleisurheilun EM-kisat
Zürichissä 12.-17.8. ja
Ruotsi-ottelu Helsingin
Olympiastadionilla
30.-31.8.!**



5.8.2014

TOIMITSIJAKOULUTUS 2-TASO, KE 20.8.

Järjestämme 2-tason toimitsijakoulutuksen:

Aika: Keskiviikko 20.8. klo 18.00 (kesto n. 2,5 h)

Paikka: Myyrmäen yleisurheilukenttä, huoltorakennus

Voit tulla mukaan ilman ennakkoilmoittautumista. Koulutus on tarkoitettu kaikille vanhemmille sekä muille asiasta kiinnostuneille, joilla on jo suoritettuna 1-tason koulutus tai joilla on ennestään kokemusta kilpailuissa toimimisesta sekä perustiedot yleisurheilun säännöistä.

Toivomme mahdollisimman monen 1-tason suorittaneen osallistuvan koulutukseen; se on hyvä jatko niille 1-tason toimitsijoille jotka ovat kiinnostuneita syventämään osaamistaan lajeista.

Lue lisää: <http://www.vantaansalamat.net/131>

KUUKAUDEN SALAMALAINEN

Elokuun salamalaisena esitellään valmennusryhmässä urheileva Otso Virkki.

Kuka ja minkä ikäinen olet?

Olen Otso Virkki ja olen 10-vuotias.

Kauanko olet harrastanut yleisurheilua?

Olen harrastanut yleisurheilua 2,5 vuotta. Aloitin monilajikerhossa, jonka jälkeen jatkoin urheilukoulussa. Viime vuoden harjoittelin minivalmennusryhmässä, ja tänä keväänä siirryin juniorivalmennusryhmään.



Harrastatko jotain muuta? Harrastan myös salibandya ja karatea.

Mikä on harjoituksissa hauskinta ja mikä on lempilajisi?

Harjoituksissa on kaikki kivaa, ja valmentajat ovat kivoja. Minulla on monta lempilajia. Pidän juoksusta, pituus- ja korkeushypyistä ja keihäänheitosta.

Aiotko käydä vielä loppukesän aikana kilpailuissa?

Aion. Muutamassa.

Mikä on hauskinta tässä kesässä?

Kesäleirillä oli mukavaa. Mökillä on kivaa. Jalkapallon katselu on ollut kivaa.

**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 Mykkanen,
p. 045 1466 711
olli.mykkanen@
vantaansalamat.net

Puheenjohtaja:

Sami Kilpeläinen,
p. 040 5520 646

www.vantaansalamat.net

