

7.10.2019

TALVIKAUSI ON KÄYNNISTYNYT!

Talvikausi on saatu käyntiin yleisurheilukoulujen ja valmennusryhmien osalta. Tervetuloa kaikille uusille harrastajille mukaan toimintaan. Uuden toimintakauden aloittaa tutusti Vantaan Maraton 12.10. Syksyllä vuorossa myös seuran kauden päätösjuhla ja samalla vuosikokous; merkitsethän päivämäärän tiistai 12.11. jo nyt kalenteriisi.

Mukavaa syksyn jatkoa kaikille!

Sanna Neuvonen, toiminnanjohtaja, sanna.neuvonen@vantaansalamat.fi, p.045 1130 373

YLEISURHEILUKOULUJEN TALVIKAUSI ALKOI 30.9.

Yleisurheilukoulujen talvikausi järjestetään 30.9.2019 – 19.4.2020. Ryhmien harjoitusajat, ilmoittautumisohjeet sekä hinnat löytyvät osoitteesta www.vantaansalamat.fi/FI/Yleisurheilukoulut

HUOM! Soveltavan ryhmän harjoitukset alkavat 4.11.

Muistathan ilmoittautua mukaan, mikäli haluat jatkaa harrastamista.

4-7-vuotiaat harjoittelevat kouluilla tai Myyrmäki-hallissa/ulkona, kaikki yli 8-vuotiaat harjoittelevat talvella Myyrmäki-hallissa 4.11. alkaen (sitä ennen ulkoharjoitukset).

LISENSSIN VAKUUTUSOSA-ASIAA

Kaikille urheilukoululaisille ja valmennusryhmäläisille toimintamaksun hintaan kuuluu yleisurheilulisenssi. Lisenssi tarvitaan, jotta voi osallistua kilpailutoimintaan. Alle 14-vuotiailla lisenssin kuuluu myös vakuutus. **HUOM! jatkossa lisenssiin ei enää kuulu vakuutusta kuin alle 14-vuotiaille, muiden tulee hankkia vakuutus itse.**

SUL tarjoaa yhteistyökumppaninsa OP Vakuutuksen (Sporttiturva) kautta mahdollisuuden ottaa vakuutuksen lisenssiin liittyen myös yli 14-vuotiaille:
2006–2003-synt.: 20 euroa C-vakuutus
2002–2001-synt.: 29 euroa B-vakuutus
2000 ja aiemmin synt.: 120 euroa A-vakuutus

Tarkkaile siis postiasi, tulemme tiedottamaan asiasta vielä sähköpostitse ja kysymään halukkuutta ottaa vakuutus.

VANTAAN MARATON LAUANTAINA 12.10.

Vielä voi ilmoittautua mukaan toimitsijaksi maratonille! Maratonin järjestelyiden sujuvuudesta hyötyvät tavalla tai toisella kaikki seuran jäsenet, sillä tapahtumalla on suuri merkitys seuran varainhankinnassa! Tehtäviä on laidasta laitaan ja kaikille löytyy varmasti sopivia tehtäviä. Luvassa mukava päivä kivassa porukassa! Ilmoittautumiset talkoolaiseksi toimistolle Sannalle tai Mikolle (mikko.viilo@gmail.com) tai Arille (ari.jyrala@elisa.fi).

Valmennusryhmäläisten perheistä odotamme tapahtuman toimitsijoiksi vähintään yhtä henkilöä perheestä.

Salama Tiedote 10/2019

- Talvikausi on käynnistynyt!
- Yleisurheilukoulujen talvikausi alkoi 30.9.
- Lisenssin vakuutusosa-asiaa
- Vantaan Maraton lauantaina 12.10.
- Vantaan Salamats -huppureiden uusintatilaukset
- Aikuisten yleisurheilukoulu talvikaudella 2019-20
- Kauden päätöstilaisuus
- Kuukauden salamalainen



7.10.2019

VANTAAN SALAMAT-HUPPAREIDEN UUSINTATILAUS

Keväällä tilauksessa olleet Vantaan Salamats-hupparit saavuttivat suosion, joten niiden osalta tehdään uusintatilaus. Hupparissa on edessä Vantaan Salamats -logo ja takana teksti Vantaan Salamats. Lisäksi selkään on mahdollista saada nimipainatus.



Hupparin hinta on 45 € ja se laskutetaan toimistolta jälkikäteen.

Täytä tilauslomakkeeseen yhteystietosi, oma kokosi sekä selkään tuleva nimitteksti.

Tee tilaus 20.10. mennessä!

Huom! Yhdellä lomakkeella voit tilata vain yhden hupparin. Jos siis teet perheelle useamman tilauksen, niin täytä jokaisen henkilön kohdalla uusi lomake.

Tilauslomakkeeseen pääset tästä: <https://goo.gl/forms/elzQ9ozirqKmyErP2>

AIKUISTEN YLEISURHEILUKOULU TALVIKAUDELLA 2019-20

Talvikaudella 2019-20 järjestetään yksi aikuisten yleisurheilukoulu -ryhmä. Aikuisten yleisurheilukoulussa harjoitellaan ja tutustutaan eri lajeihin ammattitaitoisten ohjaajien johdolla. Et tarvitse entistä lajikokemusta, into ja halu oppia uutta riittää. Harjoitellaan hyppyjä, juoksua ja heittoja rennolla asenteella.

Myyrmäen yleisurheilukentällä/Myyrmäki-hallissa 2.10.2019 alkaen!

Aika: keskiviikko klo 17.00-18.00 (hallissa alk. 6.11.2019)

Paikka: Myyrmäen yleisurheilukenttä ja Myyrmäki-halli

Hinta: 180 € + seuran jäsenmaksu vuodelle 2019 (vuosikokouksen marraskuussa määrittelemä jäsenmaksu).

KAUDEN PÄÄTÖSTILAISUUS 12.11.

Koko seuravaen yhteistä pikkujoulua ja menneen kauden päätösjuhlaa vietetään marraskuun lopussa tiistaina 12.11. klo 18.00 – 20.00 Wanda's Kitchen & Lounge -ravintolassa (Liesikuja 5)

Palkitaan menneen kauden onnistujia, vietetään yhdessä mukavaa aikaa ja tutustutaan seuravakeen. Tervetuloa kaikille mukaan, myös uudet harrastajat!

Ilta päätetään seuran sääntömääräiseen vuosikokoukseen, jonne toivomme jäsenistöä myös runsaasti paikalle.

Ilmoittaudu mukaan 1.11. mennessä (ilmoittautuminen vaaditaan tarjoilujen vuoksi). Ilmoita lisätietokentässä osallistujien määrä. Ilmoitathan myös mahdolliset ruoka-allergiat.

<https://www.yleisurheilurekisteri.fi/ilmo.asp?g=PNDA7JJ7ND7GQHBQAYKK>

LOKAKUUN VINKKI:
Vantaan Maraton
lauantaina 12.10. Tule
mukaan joko juoksemaan,
katsojaksi tai toimitsijaksi!

KULTAINEN
KEIHÄS



7.10.2019

KUUKAUDEN SALAMALAINEN

Lokakuun salamalaisina esitellään Salla ja Elina Vakkilainen. Salla on mukana yleisurheilukoulussa ja Elina minivalmennusryhmässä.

Kuka/keitä olette ja minkä ikäinen olet?

Salla, 8 v. & Elina, 11 v.

Kauanko olet harrastanut yleisurheilua? Harrastatko jotain muuta?

Salla: 4 vuotta, ja harrastan myös parkouria.

Elina: 7 vuotta, ja harrastan myös muodostelmaluistelua.

Mikä on yleisurheilussa ja harjoituksissa hausointa ja onko sinulla jotain lempilajia?

Salla: Kivat kaverit ja lempilajini on keihäs ja pitkät matkat.

Elina: Kaverit ja juokseminen, lempilaji on varmaan 1000 juoksu, aidat, pituus ja kuula.

Käytte myös paljon kisoissa, mikä niissä on hausointa?

Salla: Ennätysten tekeminen.

Elina: Onnistuneet suoritukset ja kavereiden kannustaminen.

**VANTAAN SALAMAT RY****Yhteystiedot**

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

Postiosoite:
PL 14, 01601 Vantaa

Toiminnanjohtaja:
Sanna Neuvonen,
p. 045 1130 373
sanna.neuvonen@vantaansalamat.fi

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

Nuorisopäällikkö:
Vilma Sydänlammi
p. 045 2495 364
vilma.sydanlammi@vantaansalamat.fi

Puheenjohtaja:
Anne Saarinen,
p. 050 5577 881

www.vantaansalamat.fi

