

16.6.2017

KESÄKAUSI KOVASSA VAUHDISSA VIILEYDESTÄ HUOLIMATTA!

Lämpimiä säitä vähän vielä odotellaan, mutta kesäkautta mennään hyvää vauhtia. Kultainen Keihäs vietiin läpi sekin vähän viileässä säässä, mutta tapahtuma oli onnistunut kaikin puolin: yleisöä riitti, heittäjät olivat tyytyväisiä ja järjestelyt onnistuivat mainiosti. Pääsylippuja myytiin 890 kpl ja lupauksen mukaisesti on jokaisesta lipusta lahjoitettu 1 € Hope – Yhdessä ja Yhteisesti ry:lle. Kiitos siis kaikille katsojille! Ja iso kiitos vielä kaikille mukana olleille vapaaehtoisille tapahtuman mahdollistamisesta. Ensi vuonna taas jatketaan! Tätä kesää on kuitenkin vielä jäljellä ja tapahtumia ja kilpailuja on tulossa lisää. Seuraava puristus on ensi viikon Sinettikisat, jonne muuten tarvitsemme vielä muutamia toimitsijoita. Lähtisitkö sinä tällä kertaa mukaan?
Rita Huttu, toiminnanjohtaja, rita.huttu@vantaansalamat.fi, p.045 1130 373

URHEILUKOULUJEN HARJOITUSTAUKO 3.-30.7.

Harjoitustauko urheilukouluissa 4-9 -vuotiailla 3.-30.7. Harjoitukset jatkuvat maanantaina 31.7.
Yli 10-vuotiaat sekä valmennusryhmät harjoittelevat myös heinäkuussa.

VANTAAN SALAMAT T-PAIDAT NYT NOUDETTAVISSA

Toimintamaksuun sisältyvän Vantaan Salammat t-paidan voi noutaa nyt toimistolta (Myyrmäen yleisurheilukenttä, huoltorakennus, 2.krs). Paita kuuluu jokaiselle toimintamaksun suorittavalle urheilukoululaiselle tai valmennusryhmäläiselle. Kivistöön toimitamme paitoja myös harjoituksiin.

TOIMISTO LOMAILEE KESÄ-HEINÄKUUSSA

Toimiston väki lomailee kesä-heinäkuussa seuraavalla tavalla:
Rita lomalla 26.6.-23.7. & Olli lomalla 10.-28.7.

10.-23.7 välisenä aikana toimisto siis kokonaan suljettu.

MAANANTAINA 19.6. KAIKKIEN RYHMIEN HARJOITUKSET MAASTOSSA

Maanantaina 19.6. kaikkien ryhmien harjoitukset Myyrmäen yleisurheilukentän lähimaastossa, kentällä järjestettävien Sinettikisojen vuoksi. Ohjaajat tapaavat ryhmät kentän porttien läheisyydessä nurmialueella normaaliin harjoitusaikaan.

Sinettikisoissa sarjoja 9-vuotiasta alkaen, joten kaikki kisailusta kiinnostuneet mukaan!

1-TASON TOIMITSIJAKOULUTUS MAANANTAINA 7.8.

1-tason toimitsijakoulutus järjestetään maanantaina 7.8.
1-tason koulutus on tarkoitettu kaikille toimitsijakoulutuksesta kiinnostuneille.
Kannattaa siis laittaa päivä jo nyt ylös kalenteriin.
Lue lisää toimitsijakoulutuksista: www.vantaansalamat.fi/FI/toimitsijakoulutus

Salama Tiedote 6/2017

- Kesäkausi kovassa vauhdissa viileydestä huolimatta!
- Urheilukoulujen harjoitustauko 3.-30.7.
- Vantaan Salammat t-paidat nyt noudettavissa
- Toimisto lomailee kesä-heinäkuussa
- Maanantaina 19.6. kaikkien ryhmien harjoitukset maastossa
- 1-tason toimitsijakoulutus maanantaina 7.8.
- Sinettikisat maanantaina klo 19.6.
- Silja Line seurakisa keskiviikkona 5.7.
- Päiväurheilukoulu kesälomalaisille myös elokuussa
- Kuukauden salamalainen



VEIKKAUS
TUE seuraasi...



Salama Tiedote - sivu 1

Vantaan Salammat ry
www.vantaansalamat.fi

16.6.2017

SINETTIKISAT MAANANTAINA 19.6.

Seuran omat perinteiset Sinettikisat järjestetään maanantaina 19.6. Myyrmäen yleisurheilukentällä. Lajit alkaen T/P9 sarjoista, aina aikuisiin saakka:

T/P9: 60m, korkeus, kuula	N17: 100m, 800m, korkeus, kiekko
T/P11: 60m, 3-loikka, kuula	M17: 200m, 800m, korkeus, kuula
T/P13: 60m, 800m, 3-loikka, kiekko	M19: Kuula
T15: 100m, 800m, pituus, kiekko	N: 3000m
P15: 100m, 800m, korkeus, kiekko	M: 200m, 5000m, pituus, kuula
	N30: 3000m
	M30: 5000m

Ilmoittaudu mukaan Kilpailukalenterissa 18.6. mennessä:

www.kilpailukalenteri.fi/?cs=16&nid=20351

Ennakkoon ilmoittautuneet salamalaiset kisailevat ilmaiseksi!

SILJA LINE SEURAKISA KESKIVIKKONA 5.7.

Kesän toinen **Silja Line Seurakisa Myyrmäen yleisurheilukentällä keskiviikkona 5.7. klo 18.00-19.30.**

Lajit:	T/P9 400 m, pallo	T/P11 600m, pituus
	T/P13 600m, keihäs	T/P15 800m, keihäs

Huom! Silja Line Seurakisat eivät ole tilastokelpoisia. Kisoissa noudatetaan alle 13-vuotiaiden sääntöjä. Kisojen toimitsijoina toimivat seuran vanhemmat urheilijat sekä lasten huoltajat.

Lue lisää ja ilmoittaudu mukaan: www.vantaansalamat.fi/FI/siljalineseurakisat

Silja Line Seurakisassa ikäluokat 9-15 kilpailevat matalan kynnyksen kisoissa. Jokaisessa kisassa (3 kesässä) on 2-3 lajia kullekin ikäluokalle. Jokaisesta lajiosallistumisesta saa tarran kisapassiin. Kaikki vähintään kahteen kisaan osallistuneet saavat mitalin. Seurakisa on avoin myös muille, kuin oman seuran jäsenille. Kisaan voi osallistua ilman yleisurheilulisenssiä.

PÄIVÄURHEILUKOULU KESÄLOMALAISILLE MYÖS ELOKUUSSA

Päiväurheilukoulu kesälomalaisille järjestetään myös elokuussa. Päiväurheilukoulu on tarkoitettu n.7-12-vuotiaille tytöille ja pojille. Mukavaa yhdessäoloa sporttisesti, mm. yleisurheilua, pelejä, leikkejä. Mukaan omat eväät ja juotavaa sekä sään mukaiset varusteet.

Päiväleiri järjestetään **Myyrmäen yleisurheilukentällä 31.7.-4.8.2017 ma - pe klo 10.00-14.00**

Hinta: 55 €/1 vko (elokuu), osallistuminen mahdollista siis myös vain osan aikaa! Ohjeet ilmoittautumiseen: www.vantaansalamat.fi/FI/paivaurheilukoulu

Vielä mahdollista osallistua myös kesäkuun leirille, leiri jatkuu 21.6. asti!

Salama Tiedote - sivu 2

Vantaan Salamats ry
www.vantaansalamat.fi

KESÄKUUN VINKKI:
Kesälomalla kannattaa tutustua mökkipaikkakuntien paikallisten seurojen kisatarjontaan. Koko Suomen kisat löydät www.kilpailukalenteri.fi -sivuilta.

Aktia**YKKÖS-URHEILU**

Vapaalantie 2 - P. 010 271 00 00

 Vantaan Energia**SOLVALLA**
folkhälsan FYSIO
SAKURA

16.6.2017

KUUKAUDEN SALAMALAINEN

Kesäkuun salamalaisena esitellään juniorivalmennusryhmästä **Emilia Vaahtola**.

Kuka olet?

Nimeni on Emilia Vaahtola ja olen 13-vuotias.

Milloin ja miten olet päätnyt Vantaan Salamiin ja kauan olet harrastanut yleisurheilua?

Aloitin yleisurheilun noin kolme vuotta sitten, ystävänä innoittamana. Lopulta kävi niin, että ystävänä lopetti ja minä jatkoin treenaamista.

Harrastatko muita lajeja tai jotain muuta kuin urheilua?

Käyn tuttavani koiran kanssa aika ajoin agilitysssä. Tykkään ulkoilusta, trampalla hyppimisestä ja voimistelusta.

Mikä yleisurheilussa on kivointa ja miksi se kiehtoo lajina? Tai onko sinulla jotain lempilajia?

Pidän juoksusta ja aika lailla muistakin lajeista. Yleisurheilu on monipuolista ja on kiva treenata mukavien seurakavereiden kanssa.

Mitä muuta kuuluu kesälomalaiselle?

Hyvää kuuluu ☺. Ulkoilutan paria söpöä koiranpentua muutamien viikkojen ajan. Muuten teen kaikkea kivaa kavereiden kanssa, käyn treeneissä ja kisoissa.

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

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

Postiosoite:
PL 14, 01601 Vantaa

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

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

Puheenjohtaja:
Sami Kilpeläinen,
p. 040 5520 646

www.vantaansalamat.fi

