

6.9.2019

**SALAMAT SEURACUP-FINAALISSA 12.**

Pitkän tauon jälkeen Salamats onnistui hienosti menneiden alkukilpailuiden kautta lunastamaan itselleen paikan Seuracupin C-sarjan finaaliin, joka kisattiin Tuusulassa Hyrylän urheilukeskuksessa lauantaina 31.8. Matkaan lähdettiin bussilla, joka etenkin nuorille urheilijoille oli olennainen osa kisareissua. Paikan päällä vanhemmat urheilijat myös opastivat hienosti nuorempia urheilijoita muun muassa alkuverryttelyssä. Salamien joukkuehenki oli myös hienoa katseltavaa ja kavereita tsemppattiin ahkerasti. Monessa lajissa tuli hienoja venymisiä ja ennätyksiä. Salamats saavutti myös kaksi lajivoittoa Tumin ja Evan toimesta. Jännittävän sukkulaviestin jälkeen sijoitukseksi varmistui 12. joka oli sama, miltä kisaan lähdettiin alkukilpailuiden pisteiden perusteella.

Alkusyö on vielä hyvää aikaa kilpailemiselle. Helsyn alueellakin järjestetään vielä useammat kisat, joihin kannattaa osallistua :)

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

**KESÄKAUDEN PÄÄTÖSKUUKAUSI KÄYNNISSÄ!**

Kesä alkaa pikkuhiljaa olla takana ja kesäkauden viimeiset harjoitukset järjestetään viikolla 37.

Syksyn tapahtumahuipennus on tietysti myös koko seuran yhteinen ponnistus Vantaan Maraton lokakuussa.

Lokakuussa aloitamme myös talvikauden harjoitukset. Muistathan ilmoittautua mukaan!

**YLEISURHEILUKOULUJEN TALVIKAUSI ALKAA 30.9.**

Talvikauden 2019-2020 yleisurheilukouluihin ilmoittautuminen on nyt avattu.

Talvikausi järjestetään Kilterin koululla (Iskostie 8, 01600 Vantaa), Kanniston koululla (Kenraalintie 6, 01700 Vantaa) ja Myyrmäki-hallissa / Myyrmäen yleisurheilukentällä (Myyrmäen urheilupuisto, Raappavuorentie)

Talvikausi järjestetään 30.9.2019-19.4.2020. Muistathan ilmoittautua mukaan, mikäli haluat jatkaa harrastusta myös talvikaudella. Lisätiedot harjoitusryhmistä ja hinnoista löydät täältä:

<http://www.vantaansalamat.fi/FI/yleisurheilukoulut>

Valmennusryhmiin ilmoittautuminen vain uusilla harrastajilla. Lisätietoa valmennusryhmistä: [www.vantaansalamat.fi/FI/valmennusryhmat](http://www.vantaansalamat.fi/FI/valmennusryhmat)

**Salama Tiedote 9/2019**

- Salamats seuracup-finaalissa 12.
- Kesäkauden päätöskuukausi käynnissä!
- Yleisurheilukoulujen talvikausi alkaa 30.9.
- Valmennuspäällikkö opintovapaalla 1.9. alkaen
- Koululaisten maastojuoksukisat perjantaina 20.9.
- Tulevat kilpailut
- Tulevat toimitsijatehtävät
- Vantaan Maraton lauantaina 12.10.
- Kuukauden salamalainen



6.9.2019

**VALMENNUSPÄÄLLIKKÖ  
OPINTOVAPAALLA 1.9. ALKAEN**

Valmennuspäällikkö Olli-Pekka Mykkänen on 1.9. alkaen osittaisella opintovapaalla, joka kestää 17.5.2020 asti. **Tällä ajalla, valmennukseen liittyvissä asioissa, olettehan ensisijaisesti yhteydessä oman ryhmän valmentajiin.** Myös toimistolle voi olla yhteydessä. Ollinkin tavoittaa sähköpostitse, mutta huomaattehan viiveen vastauksissa.

**KOULULAISTEN MAASTOJUOKSUKISAT PERJANTAINA 20.9**

Vantaan koululaisten maastajuoksumestaruudet ratkotaan torstaina 20.9. Myyrmäessä. Sarjat tytöille ja pojille: 1-2 lk., 3-4 lk., 5-6 lk. ja yläkoululaiset.  
Kysy lisää opettajaltasi ja ilmoittaudu mukaan koulusi kautta!

**TULEVAT KILPAILUT**

Piirin alueella järjestetään vielä muutama kisa, joihin toivotaan runsasta osanottoa niin valmennusryhmistä kuin urheilukoulujenkin puolelta.

14.-15.9. Junnuhui pentuma 9-13 v, Hiekkaharju  
20.9. Vantaan koululaismaastot, Myyrmäki  
28.9. Junnuottelut 2 (9-13 v), Otaniemi

**TULEVAT TOIMITSIJATEHTÄVÄT**

Alkusyksyn tapahtumiin tarvitaan niin uusia kuin kokeneitakin toimitsijoita! Ilmoittauduthan mukaan!

Seuraaviin tapahtumiin tarvitaan toimitsijoita:

- **20.9. Koululaisten maastokisat, Myyrmäki (päiväkisa):** kilpailutoimitsijoita
- **13.10. Vantaan Maraton, Tikkurila:** huolto, reitinvalvonta, kanslia, rakentaminen jne.

Ilmoittautumiset toimitsijaksi toimisto@vantaansalamat.fi

**VANTAAN MARATON LAUANTAINA 12.10.**

Yksi vuoden isoimmista ponnistuksista, Vantaan Maraton, lähestyy. Tapahtuma järjestetään lähes täysin talkoovoimin. Maratonin merkitys Vantaan Salamien toiminnalle on suuri; sen tuoman taloudellisen hyödyn ansiosta pystymme pitämään mm. urheilukoulumaksut kohtuullisina. Lähtisitkö sinä mukaan järjestelyihin?

**SYYSKUUN VINKKI:**  
Ilmoittaudu ajoissa talven urheilukouluryhmiin ja varmista paikkasi:  
[www.vantaansalamat.fi/FI/yleisurheilukoulut](http://www.vantaansalamat.fi/FI/yleisurheilukoulut)

**KULTAINEN  
KEIHÄS**

6.9.2019

Maratonin järjestelyiden sujuvuudesta hyötyvät tavalla tai toisella kaikki seuran jäsenet! Tehtäviä on laidasta laitaan ja kaikille löytyy varmasti sopivia tehtäviä. Tehtäviin kuuluvat mm. huolto, reitinvalvonta, kisakanslian hoitaminen, alueen rakentaminen ja purkaminen jne. Luvassa mukava päivä kivassa porukassa!

Ilmoittautumiset talkoolaiseksi toimisto@vantaansalamat.fi tai esim. toimistolle Sannalle tai Mikolle tai Arille.

**Valmennusryhmäläisten perheistä odotamme tapahtuman toimitsijoiksi vähintään yhtä henkilöä perheestä.**

### KUUKAUDEN SALAMALAINEN

**Syyskuun Salamalaisena esitellään ohjaajamme Lotta Sainio**

**Mitä valmennat tällä hetkellä ja kuinka kauan olet toiminut valmentajana?**

Tällä hetkellä 4-5-vuotiaiden yleisurheilukouluja maanantaisin. Kesällä olin myös mukana ohjaamassa päiväleirejä kouluikäisille. Valmennan myös cheerleadingia kaksi kertaa viikossa Funky Team Vantaalla. Olen valmentanut nyt noin kaksi vuotta.

**Mikä valmentamisessa on kaikkein parasta?**

Parasta valmentamisessa on se, että saa olla osa lasten ja nuorten kehittymistä. Kannustaminen ja tsemppaaminen uusiin suorituksiin tuovat iloa ohjauksiin päivittäin. Lapsille on aina mukava opettaa uusia asioita.

**Mitkä ovat tärkeimpiä asioita mitä olet oppinut ohjatessasi tai valmentaessasi?**

Olen oppinut paljon lasten kanssa toimimisesta sekä kuinka ohjata heitä. Toinen tärkeä asia, jonka olen oppinut, on kommunikointi vanhempien kanssa.

**Miten päädyit valmentajaksi Vantaan Salamiin?**

Minua kerran pyydettiin tuuraamaan yleisurheilukouluja pienten ryhmään ja siitä sitten innostus lähti.

**Mitä sanoisit niille ketkä haluavat tulevaisuudessa valmennustehtäviin?**

Kannustan kaikkia lähtemään mukaan seuratyöskentelyyn. Ohjaustehtävät ovat monipuolisia ja niistä oppii todella paljon, sekä saa hyviä eväitä tulevaisuuteen.

### 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](http://www.vantaansalamat.fi)

