

15.4.2019

**KESÄKAUSI KÄYNTIIN JO KOLMEN VIIKON KULUTTUA!**

Talvikauden viimeisimmät harjoitukset ovat käynnissä ja alamme siirtää katseita kesäkaudelle. Kesäkauden urheilukoulut käynnistyvät 6.5. Muistatthan ilmoittautua kesäkaudelle erikseen, mikäli haluatte jatkaa ryhmissä.

Valmennusryhmissä jatkavien ei tarvitse tehdä uudelleen ilmoittautumista.

Kesä tuo jälleen tuttuun tapaan myös päiväurheilukoulun koululaisille ja aikuisten yleisurheilukoulun sekä juoksukoulun, joka on käynnistynyt 10.4. - sinnekin mahtuu vielä mukaan.

Kesään kuuluvat myös kilpailut ja tapahtumat. Ne käynnistyvätkin heti rytinällä toukokuun lopussa, kun Kultainen Keihäs kerää Suomen huippuheittäjiä 25.5.

Myyrmäen kentälle. Viime vuonna Oliver Helander miehissä ja Jenni Kangas naisissa veivät voitot mukanaan; molemmat ovat myös tänä vuonna puolustamassa voittoa. Täytetään yhdessä katsomot, tällaista herkkua ei usein ole tarjolla omalla kotikentällämme!

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

**KULTAINEN KEIHÄS LAUANTAINA 25.5. MYYRMÄESSÄ**

Kesän kova keihäsaloitus jälleen toukokuussa Myyrmäessä. Näe Suomen huippuheittäjiä – mukana myös haastajia muista maista!

Tule mukaan katsomoon tai toimitsijaksi. Kumman tahansa valitset, elämys on taattu pääkaupunkiseudun kovimmassa keihäskisassa!

**Täytetään katsomot ja kannustetaan kilpailijat hyvin suorituksiin!**

Päivitämme kilpailun tietoja [www-sivuilla](http://www-sivuilla) ja somessa, liity seuraajaksi:

[www.kultainenkeihäs.fi](http://www.kultainenkeihäs.fi)

[www.facebook.com/kultainenkeihäs/](https://www.facebook.com/kultainenkeihäs/)

[www.instagram.com/kultainen\\_keihäs/](https://www.instagram.com/kultainen_keihäs/)

**KULTAINEN KEIHÄS**  
25.5.2019 Myyrmäen yleisurheilukenttä, Vantaa

**KULTAINEN KEIHÄS – MUKAAN JÄRJESTELYTEHTÄVIIN?**

**Kultainen Keihäs -tapahtuma lauantaina 25.5. on seuran omin voimin järjestämä kilpailutapahtuma, joka televisoidaan YLE:n kanavilla. Tarvitsemme moniin eri tehtäviin toimitsijoita, lähtisitkö mukaan tähän huipputapahtumaan?**

Tarvitsemme vapaaehtoisia mm. lipunmyyjiksi, järjestysmiehiksi (varsinkin järjestysmieskortillisia henkilöitä tarvitaan), kioskimyyjiksi, katsomomyyjiksi ja yleisiin järjestystehtäviin. Lisäksi tarvitsemme itse kisatapahtumaan toimitsijoita erilaisiin tehtäviin.

**Olethan rohkeasti yhteydessä, jos voit tulla mukaan järjestelytehtäviin! Voit laittaa viestiä esim. [toimisto@vantaansalamat.fi](mailto:toimisto@vantaansalamat.fi)**

**Salama Tiedote 4/2019**

- Kesäkausi käyntiin jo kolmen viikon kuluttua!
- Kultainen Keihäs lauantaina 25.5. Myyrmäessä
- Kultainen Keihäs – mukaan järjestelytehtäviin?
- Kesän 2019 yleisurheilukoulut ja valmennusryhmät
- Päiväurheilukoulut kesä- ja elokuussa
- Tulevat toimitsijatehtävät
- Aikuisten yleisurheilukoulu 6.5. alkaen



Salama Tiedote - sivu 1

Vantaan Salammat ry  
[www.vantaansalamat.fi](http://www.vantaansalamat.fi)

15.4.2019

**KESÄN 2019 YLEISURHEILUKOULUT JA VALMENNUSRYHMÄT**

Kesän yleisurheilukoulut järjestetään 6.5.-16.9.2019 Myyrmäen yleisurheilukentällä (Raappavuorentie 12). Lisäksi ryhmät 4-7-vuotiaille Kivistössä Aurinkokiven koulun kentällä.

**Mukaan ilmoittautuneille järjestetään aloitusinfo maanantaina 29.4. klo 18.00 Kilterin koulun auditoriossa.**

**Ryhmät****4-5 -vuotiaat** (1 krt/vko)

ma klo 17.00-18.00, Ryhmä 1 ti klo 17.00-18.00, Ryhmä 3, **Kivistö**

ma klo 18.15-19.15, Ryhmä 2 ke klo 17.00-18.00, Ryhmä 4

**6-7 -vuotiaat** (1 krt/vko)

ma klo 17.00-18.00, Ryhmä 1 ti klo 18.00-19.00, Ryhmä 3, **Kivistö**

ma klo 18.15-19.15, Ryhmä 2 ke klo 18.00-19.00, Ryhmä 4

**8-11 -vuotiaat** (1-2 krt/vko\*)

ma klo 17.00-18.00, Ryhmä 1

ma klo 18.00-19.00, Ryhmä 2

ke klo 18.00-19.00, Ryhmä 1 + 2

**12-13 -vuotiaat** (1-2 krt/vko\*)

ma klo 17.00-18.15

to klo 17.00-18.15

**14-17 -vuotiaat** (1-2 krt/vko\*)

ma klo 18.15-19.30

to klo 18.15-19.30

**Soveltava ryhmä ja Sisu-ryhmä** (1 krt/vko)

ke klo 18.00-19.00

\*Lisäksi mahdollisuus harjoitella lajikouluissa (järjestetään pääsääntöisesti lauantaisin)

*Harjoitustauko 4-7-vuotiailla 1.-28.7.*

**Hinta:**

1 krt/vko: 155 €

2 krt/vko: 195 €

**Lisäksi seuran jäsenmaksu 25 € vuodelle 2019.**

Sisarale: 1. lapsi norm. hinta.; 2. lapsi -10 %; 3. lapsi -20 %; 4. lapsi ja yli -30 %.

**Maksu sisältää:** ohjatut harjoitukset 1-2 krt /vko, kilpailulisenssin sisältäen vakuutuksen, osallistumisen seuran omiin kilpailuihin (Silja Line Seurakisa, Salama-Cup, mestaruuskisat, Sinettikisat) ja piirimestaruuskisoihin (Junnu- ja pm-kisat), mahdollisuus osallistua lajikouluihin, urheilukoulupaidan.

**Voit ilmoittautua mukaan [www-sivuilta](http://www.sivuilta) löytyvällä lomakkeella.**

**Huom! Valmennusryhmiin erillinen ilmoittautuminen uusille harrastajille.**

**HUHTIKUUN VINKKI:**  
Yleisurheilun tuoreimmat uutiset löytyvät Suomen Urheiluliiton sivuilta:  
[www.yleisurheilu.fi/](http://www.yleisurheilu.fi/)



**KULTAINEN  
KEIHÄS**



Salama Tiedote - sivu 2

Vantaan Salamats ry  
[www.vantaansalamats.fi](http://www.vantaansalamats.fi)

15.4.2019

**PÄIVÄURHEILUKOULUT KESÄ- JA ELOKUUSSA**

Päiväurheilukoulu kesälomalaisille järjestetään kesä- ja 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.

**Paikka:** Myyrmäen yleisurheilukenttä ja sen ympäristö  
**Aika:** 3.-19.6. ja 29.7.-2.8.2019 ma - pe klo 10.00 - 14.00

**Hinta:** 130 € (3.-19.6.) / 60 €/vko / päivähinta 12 €  
Osallistuminen mahdollista myös vain osan aikaa (yksittäiset päivät).  
Sisaralennus -10% toisesta lapsesta.

Ilmoittaudu mukaan täyttämällä ilmoittautumislomake  
[www.vantaansalamat.fi/FI/paivaurheilukoulu](http://www.vantaansalamat.fi/FI/paivaurheilukoulu) -sivuilla

**TULEVAT TOIMITSIJATEHTÄVÄT**

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

Seuraaviin tuleviin tapahtumiin tarvitaan toimitsijoita:  
- **9.5. Koululaisviestit: Myyrmäki, päivä tapahtuma**  
- **22.-23.5. Junnuiestit, Myyrmäki**  
- **25.5. Kultainen Keihäs, Myyrmäki**  
- **4.6. Sinettikisat, Myyrmäki**

Ilmoittautumiset toimitsijaksi toimistolle: [toimisto@vantaansalamat.fi](mailto:toimisto@vantaansalamat.fi)

**AIKUISTEN YLEISURHEILUKOULU 6.5. ALKAEN**

Uusi harrastus aikuisiällä? Tule tutustumaan yleisurheiluun! Aikuisten yleisurheilukoulussa harjoitellaan ja tutustutaan eri lajeihin ammattitaitoisten ohjaajien johdolla. Et tarvitse entistä lajikokemusta, into ja halu oppia uutta riittää. Harjoitellaan hyppyjä, juoksua ja heittoa rennolla asenteella. Aikuisten yleisurheilukoulu järjestetään 6.5.-15.9. *Harjoitustauko 1.-28.7.*

**Paikka:** Myyrmäen yleisurheilukenttä  
**Aika:** maanantaisin klo 18.00-19.00  
**Hinta:** 155 € + seuran jäsenmaksu (35 €) vuodelle 2019.  
Huom! Jos perheessäsi on muitakin harrastajia, perhejäsenmaksu on 55 €.

Hinta sisältää: Ohjatut harjoitukset mainittuina ajankohtina ja t-paidan  
Huolehdiathan, että vakuutuksesi on kunnossa!

**Meillä voit maksaa Smartumilla, SporttiPassilla tai Eazybreakilla!**

Ilmoittautuminen: [www.vantaansalamat.fi/FI/aikuistenyleisurheilukoulu](http://www.vantaansalamat.fi/FI/aikuistenyleisurheilukoulu)

**Juoksukoulu Startti on käynnistynyt 10.4. – vielä ehtii mukaan!**

**Lue lisää: [www.vantaansalamat.fi/FI/juoksukoulu](http://www.vantaansalamat.fi/FI/juoksukoulu)**

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

Toimisto:  
Myyrmäen yleisurheilukenttä  
Raappavuorentie 8-10  
01600 Vantaa  
[toimisto@vantaansalamat.fi](mailto:toimisto@vantaansalamat.fi)

Postiosoite:  
PL 14, 01601 Vantaa

Toiminnanjohtaja:  
Rita Huttu,  
[rita.huttu@vantaansalamat.fi](mailto:rita.huttu@vantaansalamat.fi)  
(opintovapaalla 1.11. alkaen)

Valmennuspäällikkö:  
Olli-Pekka Mykkänen,  
[oli.mykkanen@vantaansalamat.fi](mailto:oli.mykkanen@vantaansalamat.fi)  
(opintovapaalla 6.10. alkaen)

Nuorisopäällikkö:  
Vilma Sydänlammi  
p. 045 2495 364  
[vilma.sydanlammi@vantaansalamat.fi](mailto:vilma.sydanlammi@vantaansalamat.fi)

Puheenjohtaja:  
Anne Saarinen,  
p. 050 5577 881

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

