

Hei!

Olet ilmoittanut lapsesi Vantaan Voimisteluseuran yli 7v & aikuisten FamilyDance! -ryhmään Myyrmäen urheilutalolle. Ryhmän ohjaajana toimii Ada Rauhanoksa.

Myyrmäen Urheilutalo (Uimahalli) sijaitsee osoitteessa Myyrmäenraitti 4. Saliin kuljetaan uimahallin pääovista ja aulasta mennään raput ylös. Pieni voimistelusalali löytyy heti rappusten yläpäästä, oikealta. WC löytyy rappujen vasemmalta puolelta. Pysäköintitilaa ei oikeastaan ole ja suosittelemmekin kaikille julkista liikennettä, kävelyä tai pyöräilyä, mikäli vain mahdollista.

Syyskausi kestää 22.8.-11.12. Tämän ryhmän ensimmäinen harjoituskerta on 24.8. Ryhmä harjoittelee 55min kerrallaan klo 18.40-19.35. Syyslomaviikolla 17.10.-23.10. ei ole harjoituksia. Ryhmä osallistuu VVS joulunäytökseen Energia Areenalla su 11.12.

FamilyDance! on tanssin monipuolinen harrasteryhmä, jossa opetellaan tanssimisen alkeita, rytmiikkaa, kehonhallintaa sekä liikkeiden ja liikesarjojen muistamista erilaisten musiikkien tahdissa. Tunti mukautuu ikäryhmälle sopivaksi. Pääpaino on iloisessa menossa. FamilyDance se sopii erinomaisesti esim. lapsen ja vanhemman tai eri ikäisten sisarusten yhteiseksi harrastukseksi.

TUNTIKÄYTÄNNÖT, SAAPUMINEN JA POISTUMINEN

Harrastajien on oltava paikalla ulko-oven läheisyydessä 5 minuuttia ennen ilmoitettua aloitusaikaa. Ohjaaja noutaa ryhmäläiset ulko-ovelta. Sisään- ja ulosmenoissa kuljetaan ohjaajan mukana.

Salissa on ryhmä myös ennen tätä ryhmää, joten päästetään ensin edelliset pois rakennuksesta, jonka jälkeen ohjaaja päästää seuraavan ryhmän sisälle.

Tunneilla ollaan liikuntaan sopivissa vaatteissa, paljain jaloin, pitkät hiukset kiinni sekä vesipullo mukana. Kauden alussa sovitaan lasten kanssa ryhmän yhteiset pelisäännöt ja toimintatavat.

Tiedotus tapahtuu myclubin kautta tiedottein ja sähköpostein. Huolehdiathan, että yhteystietosi ovat ajan tasalla myclubissa.

Harrastukseen ei saa tulla, mikäli on vähäisiäkin sairastumisen oireita.

POISSAOLOT

Yksittäisistä poissaoloista ei tarvitse ilmoittaa ohjaajalle. Mutta useammasta peräkkäisestä poissaolosta on hyvä ilmoittaa. Ilmoita ohjaajalle myös, mikäli mistä tahansa syystä lapsesi haluaa lopettaa ryhmässä kesken kauden.

JÄSEN- JA LASKUTUSASIAT

Kaikissa jäsen- ja laskutusasioissa voitte olla yhteydessä VVS:n toimistoon p. 040 763 8995 tai toimisto@vantaanvoimisteluseura.fi.

TERVETULOA MUKAAN ILOISEEN HARRASTUKSEEN!!

Vantaan Voimisteluseura
- Liikutamme laadukkaasti ja hyvällä mielellä -

