

Hei!

Olet ilmoittanut lapsesi Vantaan Voimisteluseuran 8-12 -vuotiaiden Telinevoimistelu -ryhmään Hämeenkyllän liikuntahallille. Ryhmän ohjaajana toimii Mariam Raivio ja hänellä on apunaan apuohjaaja.

Hämeenkyllän liikuntahalli sijaitsee osoitteessa, Varistontie 3. Liikuntahalliin sisälle kuljetaan parkkipaikan puoleisesta ovesta. Ulko-ovi tulee olla koko ajan lukittuna. Paikoitustilaa on rajoitetusti ja suosittellemekin 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 16.15-17.10. Avoimet ovet vanhemmille järjestetään viikolla 41 (10.-16.10.). Syyslomaviikolla 17.10.-23.10. ei ole harjoituksia. Ryhmä osallistuu VVS joulunäytökseen Energia Areenalla su 11.12.

Telinevoimistelussa opetellaan telinevoimistelun perustaitoja eri telineillä. Käytössä ovat mm. permanto, puomi, rekki, renkaat, nojapuut, trampppi ja ponkka. Taidoista keskiössä ovat erilaiset permantotaidot, roikkuminen, riippuminen ja hyppääminen. Harjoitukset kehittävät tasapainoa, koordinaatiota, lihasvoimaa ja kehonhallintaa. Tunneilla opitaan uusia taitoja, liikutaan monipuolisesti, koetaan tekemisen ja onnistumisen iloa! Telinevoimistelu sopii sekä tytöille, että pojille.

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. Vanhemmat eivät saa tulla sisälle tuntien ajaksi.

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 -