

Hei!

Olet ilmoittanut lapsesi Vantaan Voimisteluseuran yli 10 -vuotiaiden Flikki & Voltti -ryhmään VVS Temppikselle. Ryhmän ohjaajana toimii Maija Keurulainen.

VVS Temppis sijaitsee osoitteessa Vetokuja 1B, 01610 Vantaa. Sisäänkäynti Temppikselle tapahtuu Vantaanlaaksontien puoleiselta seinustalta, Teslan vierestä oikealta. Paikoitustilaa autoille sekä pyörille löytyy Temppiksen pihasta. Autot saa pysäköidä VAIN merkityille parkkipaikoille. Vaikka kaikki Temppiksen sisäänkäynnin lähellä olevat parkkipaikat ovat täynnä, autolla EI saa jäädä odottamaan parkkipaikan keskelle, vaan autot pysäköidään joko Vetokankaan ulkoilualueen parkkipaikalle tai Vetokuja1 parkkialueen alkuun.

Syyskausi kestää 22.8.-11.12. Tämän ryhmän ensimmäinen harjoituskerta on 25.8. Ryhmä harjoittelee 55min kerrallaan klo 19.30-20.25. 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.

Flikki&Voltti-tunnilla harjoitellaan nimensä mukaisesti flikkejä sekä voltteja eteen- ja taaksepäin. Tämä tunti sopii erinomaisesti sinulle, joka haluat oppia nämä näyttävät temput. Tunneilla harjoitellaan monipuolisesti erilaisia taitoja, joita tarvitset näiden temppujen oikeaoppiseen suorittamiseen. Harjoittelemme ja kehitämme myös tempuissa avainasemassa olevien lihasten lihaskuntoa. VVS Temppis-salin välineistöstä aktiivisimmin näillä tunneilla käytössä on airtrack!

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.

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 vähäsiäkään 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 -