

## **Viipurin Reippaan syyskausi 2022**

### **Tervetuloa voimistelun pariin!**

Harjoitukset alkavat ensi viikolla, maanantaina 29.8.2022.

- Syyslomalla viikolla 43, ei ole harjoituksia.
- Itsenäisyyspäivänä 6.12, ei ole harjoituksia. Korvaavat harjoitukset 13.12.
- Koko seuran tapahtumia mm. Syyslomaleiri, Halloween disco 4.11. & pikkujoulut 14.12.

### **Mustankallion tunnelin väestönsuojan voimistelusalit**

Sisäänkäynti tunnelin oikealta reunalta, keskustasta katsottuna. Toinen ovi, oven päällä kyltti "Voimistelu". Parkkipaikan osoite: Tunnelipolku, Lahti.

### **Nastolan ryhmät aloittavat 14.9.!**

Pajulahden urheiluoipistolla, Pajulahdentie 167, 15560 Nastola. Ensimmäisellä kerralla valmentajat ovat vastassa pääovien edessä.

### **Voimistelemaan!**

Liikunnalliset sisäliikuntavaatteet, esim. shortsit ja t-paita tai voimistelupuku. Emme käytä salissa sukkaa/sisäkenkiä. Pitkät hiukset tulee olla hyvin kiinni. Juomapullo kannattaa ottaa mukaan, hiki tulee! Lapset voimistelevat 8-15 hengen ryhmissä, yleensä kahden valmentajan johdolla. Aina ei valmentajat kerkiä kaikkea näkemään, ja siksi on tärkeää että vanhemmat ovat meihin yhteydessä heti, mikäli haavereita tai kiusaamista ilmenee. Olemme kiusaamisvapaa harrastus!

### **Vakuutus**

Huomioitahan, että emme vakuuta voimistelijoita seuran puolesta. Jokaisella voimistelijalla tulee olla oma vapaa-ajan ja harrastustoiminnan kattava vakuutus.

### **Lasten saattaminen ja hakeminen voimistelusalilta**

Vanhemmat voivat harjoitusten alkaessa tuoda lapsen voimistelusalin eteiseen. Vanhempia ei valitettavasti mahdu salin puolelle seuraamaan harjoituksia. Mikäli ensimmäisillä kerroilla on jännitystä ilmassa, vanhemmat voivat odottaa eteistiloissa.

Harjoitusten päättyessä valmentajat ohjaavat lapset pukutiloihin. Valmentajat eivät vahdi uloslähtöä. Vanhemman ja lapsen tulee sopia, hakeeko vanhempi lapsen sisältä, vai saako lapsi itsenäisesti kävellä parkkipaikalle.

## Seuravaatteet

Seuramme tekee yhteistyötä Intersport Karisman kanssa, jonka kautta seuravaatteet on helppo tilata. Mallisto sekä tilausohjeet ovat nähtävillä Intersportin seurakaupassa:

<https://seurakauppa.intersport.fi/seura/viipurin-reipas/>

## Pysäköinti

Pyydämme, että vanhemmat eivät pysähdy tunneliin jättäessään lapsia harjoituksiin, edes kiireessä. Ennen tunnelia on levennys, jossa voi pysähtyä. Ettehän myöskään pysäköi tähän levennykseen, vaan jätetään se vapaaksi nimenomaan pikapysähdyksiä varten. Mikäli pysäköitte/pysähdytte Tunnelipolun parkkipaikalla, käytättehän aina alikulkutunnelia!

## Vähävaraisten tuki

Me seurana haluamme, että jokaisella voimistelusta innostuneella olisi yhtäläinen mahdollisuus harrastaa. Siksi olemmekin vahvasti mukana tukemassa vähävaraisten lasten ja nuorten harrastamista. Seuran myöntämiä stipendejä voi hakea vapaamuotoisella hakemuksella **1.8.2023** saakka. Hakemukset tulee lähettää osoitteeseen [viipurin.reipas@gmail.com](mailto:viipurin.reipas@gmail.com) / Stipendi hakemus. Käsittelemme saapuneet hakemuksen johtokunnassa syyskokouksen yhteydessä.

Tukea harrastamiseen tarjoavat myös mm. seuraavat tahot;

- Payback lahti [www.paybacklahti.fi](http://www.paybacklahti.fi)
- Pelastakaa lapset ry [www.pelastakaaalapset.fi](http://www.pelastakaaalapset.fi)

## Hygieniakäyttäytyminen

Tulettehan vain terveenä harjoituksiin. Mikäli perheessä on koronatartunta, suosittelemme kotitestin tekemistä ennen harjoituksiin saapumista.

Muistetaan edelleen pestä kädet harjoituksiin saapuessa ja pois lähtiessä.

## Informointi

Otattehan seurantaan seuramme sosiaalisen median kanavat, jossa infoamme aktiivisesti treeneistä sekä tapahtumista. Nämä ovat myös kanavia, joissa infoamme muuttuvista tilanteista harrastukseen liittyen. Ajankohtaiset päivitykset löytyvät aina myös nettisivuillamme sekä tarvittaessa viestimme sähköpostitse.

**Instagram: viipurinreipas**

**Facebook: Viipurin Reipas ry**

Mikäli teillä tulee mitään kysyttävää harrastamiseen tai seuratoimintaan liittyen, niin vastaamme mielellämme kysymyksiinne. Alla lueteltuna seuramme yhteyshenkilöt sekä heidän yhteystiedot. Seuratoimintaa pyöritämme arkena ma-pe 9-16.

**Me toivotamme mitä parhainta syyskauden alkua kaikille voimistelijoille ja tukijoukoille!  
Pidetään liikunnan iloa yhdessä yllä :)**

**Terveisin**

**Viipurin Reippaan väki**

### **Yhteystiedot**

Ryhmätiedustelut, ilmoittautumiset, kausimaksut	viipurin.reipas@gmail.com
Salivaraukset; seurat, koulut, synttärit	vire.salivaraukset@gmail.com

Toiminnanjohtaja Kea Virtanen	050 911 3192	viipurin.reipas@gmail.com
Harrastetoiminta Terhi Kuusisto-Jokinen	044 7566162	vire.valmennus@gmail.com
Kilpatoiminta Johanna Stark Tyrväinen	050 3497392	vire.kilpavalmennus@gmail.com

Vastaamme sähköposteihin päivittäin, viikonlopun viesteihin pyrimme vastaamaan seuraavana arkipäivänä.