

TERVETULOA LASTEN URHEILUKOULUUN!

Harjoitukset alkavat viikolla 38.
Ryhmäjaot liitteenä.
Alustava ryhmän ohjelma liitteenä.



Ensimmäisellä kerralla kaikki ryhmät kokoontuvat Hipposhallin pesäpallokentän puoleisen sisäänkäynnin (A5) aulassa.

Saapuminen harjoitukseen: Harjoitukset pidetään Hipposhallissa (Kuntoportti 3 40700 Jyväskylä). Hipposhalliin kuljetaan ison hiekkaparkkipaikan / pesäpallokentän puolella sijaitsevista ovista. Vanhemmat voivat halutessaan seurata harjoituksia sisäänkäynnin edustalla tai sen vierustalla olevassa pikkukatsomossa, mutta suosittelemme käyttämään ajan esim. omaan ulkoliikuntaan. Hipposhalli itsessään on tarkoitettu vain JKU:n urheilukoululaisten ja valmennusryhmäläisten urheilukäyttöön.

Ryhmä ja ohjaajat: Lapsia on ryhmissä pääsääntöisesti vähän yli tai alle 15. Jos lapsia on yli 10, on ryhmässä aina kaksi ohjaajaa. Ohjaajat ovat joko JKU:n urheilijoita / valmentajia tai kasvatustieteen / hoitoalan ammattilaisia tai opiskelijoita. Ensimmäisellä kerralla sovitaan ryhmän yhteinen kokoontumispaikka seuraaville kerroille ja se näkyy myös ryhmäjaon yhteydessä.

Varusteet: Varusteiksi urheilukouluharjoitukseen käyvät mainiosti verryttelyhousut/trikoot/shortsit ja t-paita sekä lenkkarit (hallissa on alustana karhea tartani, joten kengät tarvitaan). Harjoitukseen kannattaa ottaa mukaan juomapullo vedellä täytettynä. Nimikoikaa tavarat, erityisesti juomapullot! Huolehdittehan myös, että lapsi on käynyt vessassa ennen harjoituksen alkua.

Poissaolot harjoituksista: Yksittäisistä harjoituspoissaoloista ei tarvitse ilmoittaa erikseen. Kauden alettua kannattaa ennakkoon tiedossa olevista poissaoloista mainita oman ryhmän valmentajalle.

Harjoitusmaksu: Lasku lähetetään teille ilmoittautumisen yhteydessä antamaanne sähköpostiin viimeistään vkolla 40. Vkon 39 jälkeen ilmoittautuminen on sitova. HUOM! Laskun maksamatta jättäminen ei ole peruutus!

Syksyn osallistujat jatkavat automaattisesti kevätkaudelle, mutta ilmoittautumisen voi perua ennen viimeistä syksyn kertaa osoitteeseen johanna@jku.fi.

Lisätieto: Kaikki urheilukouluun liittyvät kysymykset voi lähettää osoitteeseen johanna@jku.fi Laskutukseen liittyvissä asioissa osoite on toimisto@jku.fi

Mukavaa urheilukouluksykyä toivotellen harrasteurheiluvastaava Johanna Leivonen