

TERVETULOA ALUEELLISEEN URHEILUKOULUUN!

Harjoitukset alkavat viikolla 38.

Ryhmäjaot liitteenä.

Syyskausi viikot 38-50 (taukoviikko 42), kevätkausi viikot 4-16 (taukoviikko 9).

Saapuminen harjoituksiin: Harjoitukset pidetään ryhmäjaossa näkyvillä paikoilla. Olethan ajoissa paikalla, jotta ryhmä saadaan kokonaisuudessaan sisään. Mikäli koulujen ovat lukossa, ei myöhästyneitä enää voida päästää sisään, sillä ohjaajat eivät voi jäädä ovelle odottamaan.

Ryhmä ja ohjaajat: Lapsia on ryhmissä pääsääntöisesti hieman yli tai alle 10. Riippuen ryhmäkoosta, on ohjaajia yksi tai kaksi. Ohjaajat ovat joko JKU:n urheilijoita / valmentajia tai kasvatustieteen / hoitoalan ammattilaisia tai opiskelijoita.

Varusteet: Varusteiksi urheilukouluun käyvät sisäliikuntaan sopivat vaatteet (verryttelyhousut/trikoot/shortsit ja t-paita) sekä sisäkengät. Harjoituksiin 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.

Taitojenmittailut: Taitojenmittailut järjestetään viikolla 50 (**ma 9.12. - to 12.12.**) Hipposhallissa. Taitojenmittailuviikolla ei ole normaaleja harjoituksia, vaan silloin harjoituksien tilalla osallistutaan Taitojenmittailuihin. Taitojenmittailut ovat rento tapahtuma, jossa pääsee kokeilemaan eri yleisurheilulajeja kilpailunomaisesti. Taitojenmittailuihin osallistutaan omien lajivalintojen mukaan. Jokainen saa valita kaksi lajia per päivä, joihin osallistuu. Osallistua voi vaikka kaikkiin Taitojenmittailupäiviin. Ilmoittautumislinkki ja lisäinfo jaetaan vanhemmille marraskuun aikana. Taitojenmittailuissa lapset ovat vanhempien vastuulla ja vanhemmat pääsevät kannustamaan ja huoltamaan. Ohjaajat ovat mukana tapahtumassa toimitsijoina.

Taitojenmittailulajit:

Ma 9.12. 40 m, pituus, kuula, 200 m

Ti 10.12. 40 m, pituus, kuula, 400 m

Ke 11.12. 40 m, korkeus, keihäs, 600 m

To 12.12. 40 m, korkeus, keihäs, 800 m

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

Syksyn osallistujat jatkavat automaattisesti kevätkaudelle, mutta ilmoittautumisen voi perua ennen syksyn viimeistä harjoituskertaa. Tästä lähetetään perheille info syksyn aikana.

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