



TERVETULOA JKU:N URHEILUKOULUUN!

Harjoitukset alkavat viikolla 3 (maanantaina 18.1.2021 alkavalla viikolla).

Ryhmäjaot liitteenä. Mikäli teillä on tarvetta muuttaa lapsen harjoitusaikaa, laita viestiä sektorivastaava Johanna Leivoselle johanna@jku.fi.

Kevätkausi viikot 3-17 (taukoa vko 5-6 ja 9).

Mahdollisista poikkeuspäivistä ilmoitetaan erikseen.

Ensimmäisellä kerralla kaikki vanhat harrastajat voivat mennä ryhmän syyskauden kokoontumispaikalle suoraan. Uudet harrastajat kulkevat urheilukoulupaidanjakopaikan (Hipposhallin A5 sisäänkäynnin aulan läheisyydessä) kautta kokoontumispaikalle. Paidanjakaja ohjaa uudet harrastajat oikealle kokoontumispaikalle.

Saapuminen harjoituksiin: Harjoitukset pidetään Hipposhallissa (Kuntoportti 3, 40700 Jyväskylä). Hipposhalliin kuljetaan ison hiekkaparkkipaikan / pesäpallokentän puolella sijaitsevista ovista (A5). Hallissa on voimassa henkilörajotus, jonka vuoksi suosittelemme vanhempia käyttämään harjoitusajan esim. omaan ulkoliikuntaan tai kaupassa käyntiin. Hipposhalli itsessään on tarkoitettu vain JKU:n urheilukoululaisten ja valmennusryhmäläisten urheilukäyttöön. Mikäli lapsi tarvitsee harjoituksen alussa vanhempaa tukena, sopikaa käytännöistä ohjaajien kanssa. Hipposhallissa on maskisuositus kaikille vanhemmille myös aulatiloissa lasta tuodessa ja hakiessa. Urheilukouluohjaajat käyttävät maskia harjoitusten aikana.

Ryhmä ja ohjaajat: Ohjaajat ovat joko JKU:n urheilijoita / valmentajia tai kasvatustieteen / hoitoalan ammattilaisia tai opiskelijoita. Toiminta toteutetaan koronan vuoksi mahdollisuuksien mukaan pienryhmissä ja niin, että kontaktia muiden ryhmien ja ryhmäläisten kanssa vältetään. Myös esimerkiksi kosketusta vaativat hippaleikit ovat kiellettyjä. Lasta ei saa tuoda sairaana tai puolikuntoisena harjoituksiin! Harjoitusten alussa ja lopussa desinfioidaan kädet sekä käytetyt välineet. Koronaohjeistus kokonaisuudessaan löytyy kotisivuilta tiedostona "Väiskin Vaatimukset".

Varusteet: Varusteiksi urheilukouluharjoituksiin käyvät sisäliikuntaan sopivat vaatteet (esim. verryttelyhousut/trikoot/shortsit ja t-paita) sekä lenkkarit. Hallissa on alustana karhea tartani, joten kengät tarvitaan. Harjoituksiin kannattaa ottaa mukaan oma 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 pidemmistä poissaoloista laittaa viestiä Johannalle.

Taitojenmittailut: Taitojenmittailut järjestetään alustavan suunnitelman mukaan viikolla 17 (ma 26.4. - to 29.4.) Hipposhallissa ja ne päättävät kevään urheilukoulukauden. Taitojenmittailuviikolla ei ole normaaleja harjoituksia, vaan silloin harjoitusten tilalla osallistutaan Taitojenmittailuihin. Taitojenmittailut ovat matalan kynnyksen kilpailutapahtuma, 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 maaliskuun aikana. Taitojenmittailuissa lapset ovat vanhempien vastuulla ja vanhemmat pääsevät kannustamaan ja huoltamaan. Ohjaajat ovat mukana tapahtumassa toimitsijoina. Lopullinen Taitojenmittailuinfo valmistuu, kun kevään koronatilanne on tiedossa.

Harjoitusmaksu: Harjoitusmaksu lähetetään teille ilmoittautumisen yhteydessä ilmoitettuun sähköpostiin viimeistään viikolla 4. Viikon 5 jälkeen ilmoittautuminen on sitova. HUOM! Laskun maksamatta jättäminen ei ole peruutus! Suomen Urheiluliiton Sporttiturvavakuutus astuu voimaan eräpäivän jälkeen.

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

Mukavaa urheilukoulukautta kaikille harrastajille!

