

TERVETULOA JKU:N PERHEURHEILUKOULUUN!

**Perheurheilukoulut alkavat torstaina 29.5. klo 17:30-19:30
Vaajakosken yleisurheilukentällä Mini Cup -tapahtumalla.
Tervetuloa koko perheen voimin mukaan!**



Kaikkien toimintapaikkojen perheurheilukoulut aloittavat tässä tapahtumassa. Olette tervetulleita tapahtumaan koko perheen voimin klo 17:30-19:30 välisenä aikana. Huomioikaa kuitenkin, että aikaa toimintarastien kiertämiseen on hyvä varata noin tunnin verran.

Perheurheilukoulut päättyvät viikolla 33 Taitojenmittailuihin (erillinen info kesällä). Taukoviikkoja perheurheilukoulussa ei ole.

SUOMISPORT: Meillä on käytössä Suomisport -järjestelmä. Ilmoittautumisen yhteydessä olette tehneet tunnukset palvelun käyttäjäksi. Perheurheilukouluryhmät ja ryhmien harjoitukset on luotu järjestelmään, joten toivomme, että lataatte Suomisport-mobiiliapplikaation puhelimeen. Tämän jälkeen kalenterin kautta voi kätevästi ilmoittautua yksittäisiin harjoituksiin. Ohjaajat tarkistavat harjoitusten alussa lasten läsnäolot Suomisportissa omilla mobiililaitteillaan. Harjoituksen laadukkaan suunnittelun vuoksi toivomme kaikkien merkkeävän läsnäolon IN/OUT viimeistään harjoitusta edeltävänä päivänä. Tämä helpottaa toiminnan suunnittelua.

LASKUTUS: Lasku tulee teille maksettavaksi Suomisportiin kohtaan maksut. Lasku eräännyy kaksi viikkoa toiminnan alkamisen jälkeen (13.6.2025), jolloin myös vakuutus astuu voimaan. Siihen saakka muutokset ovat mahdollisia ja kuluttomia. Huomioitahan, että laskun maksamatta jättäminen ei ole peruutus. Mikäli lapsi ei aloita ryhmässä tai haluatte muutoksia, laittakaa viestiä heti Anniina Kortetmaalle (anniina@jku.fi).

VARUSTEET: Varusteiksi perheurheilukouluun käyvät niin lapselle kuin aikuisellekin mainiosti verryttelyhousut/trikoot/shortsit ja t-paita sekä lenkkarit. Lapsille jaetaan lisäksi urheilukoulupaita avaustapahtumassa tai tarvittaessa ensimmäisellä harjoitusviikolla. Huomioikaa säänmukainen varustus! Harjoituksiin kannattaa ottaa mukaan juomapullo vedellä täytettynä. Nimikoikaa tavarat, erityisesti juomapullot! **Huolehdittehan myös WC-käynneistä ennen harjoituksen alkua.**

HARJOITUKSISTA: Perheurheilukoulussa lapsi ja vanhempi harjoittelevat monipuolisesti erilaisia liikunnallisia perustaitoja yhdessä. Ryhmä pystyy itse vaikuttamaan toimintaan, eli ohjaajille voitte halutessanne esittää toiveita. Lapsen mukana olevaa omaa aikuista saa vaihtaa kesän aikana eri harjoituskerroille.

KESÄKAUDEN POIKKEUSPÄIVÄT: Tällä hetkellä tiedossa olevat poikkeuspäivät koskevat ainoastaan Vaajakosken urheilukenttää, jossa tapahtumavarausten vuoksi osa harjoituksista on siirretty saman viikon sunnuntaille. Nämä poikkeuspäivät ovat tarkistettavissa Suomisportin kalenterista. Mikäli muita poikkeuksia ilmenee, niistä ilmoitetaan aina Suomisportin kalenterissa.

Mukavaa perheurheilukouluksää kaikille!

Mikäli herää kysyttävää, laitathan viestiä Anniina Kortetmaalle (anniina@jku.fi)

