

LOMA Cheerleaders  
Syyskausi 2016 alkuinfo



Tervehdys kotiväelle! Tämä infokirje jaetaan jokaiselle harrastajalle syyskauden alussa ja jatkossa kaikki info tulee sähköisesti. **Kotiväki on velvollinen seuraamaan säännöllisesti seuran nettisivuja:**

**[lomacheer.weebly.com/seuratiedotteet](http://lomacheer.weebly.com/seuratiedotteet)**. Linkki kannattaa tallentaa suosikkeihin/kirjanmerkkeihin ja seurata viikoittain, etenkin näin alkukaudesta. Vaikka asioista tiedotetaan myös WhatsAppilla ja silloin tällöin sähköpostilla, tulee tieto kuitenkin ensin virallisiin tiedotteisiin nettisivuille.

### **Perustietoa seurasta ja joukkueet**

LOMA Cheerleaders ry on tammikuussa 2016 perustettu kilpacheerleading-seura, joka tarjoaa kilpajoukkueen lisäksi myös harrastetason cheerleading-valmennusta. Seuramme valmennus on aina turvallista ja laadukasta ja syyskaudella 2016 jaammekin harrastajat iän ja taitotason perusteella seuraaviin joukkueisiin:

Kanaria - 7-10-vuotiaat ja alkeet  
Kypros - 11-15-vuotiaat ja alkeet  
Ibiza - Yli 15-vuotiaat ja edistyneet

Kypros jaetaan kahteen iän ja taitotason perusteella syyskuun alussa.

Tammikuulle 2017 on kaavailtu mikro-joukkueen perustamista. 3-6-vuotiaille suunnattu joukkue harjoittelisi kerran viikossa noin 1 h kerrallaan. Harjoitukset koostuisivat pääasiassa leikeistä ja peleistä, ohessa cheerleadingin perustaitoja ja ryhmässä toimimista opetellen. Ennakkoilmoittautumiset 15.11. mennessä. Mikäli ilmoittautumisia on riittävästi, perustetaan joukkue.

Jokaisen joukkueen päävalmentajan yhteystiedot löytyvät tämän kirjeen lopusta.

### **Treenit**

Harjoittelemme Lappeenrannan Urheilutalon jumppasalissa. Porttikoodi on 507 ja painamalla loppuun #, portista pääsee yksin sisään 30 minuuttia ennen joukkueen harjoitteluvuoron alkamista. Painamalla \*, portista pääsee sisään useampi kerrallaan.

Treeniajat:

Kanaria: ke 16.30-18.00

Kypros 1: ma 19.00-20.15  
su 14.45-16.15

Kypros 2: ti 19.00-20.15  
su 16.15-17.45

Ibiza: ma 20.00-21.30  
ti 20.00-21.30  
ke 18.00-19.30  
to 16.30-18.30

Jokaisella joukkueella on omat valmentajansa ja valmentajilla on omat käytäntönsä muun muassa myöhästelyn ja poissaolojen suhteen. Käytännöt ja yhteiset säännöt sovitaan kauden alussa joukkueen kesken valmentajajohtoisesti.

Kotiväelle vielä muistutuksena: vaikka seura on valmentajille tärkeä, on Lotalla ja Marilla myös päivätyöt ja oma elämä, jotka valitettavasti tulevat välillä seuran edelle. Emme aina välttämättä vastaa puhelimeen, joten kannattaa jättää viesti tai laittaa sähköpostia, jolloin vastaamme mahdollisimman pian. Sama koskee myös nuorempia valmentajiamme, jotka tekevät valmennustaan koulun ohella.

### **Vanhempainilta**

Kauden alussa on tulossa jokaisen joukkueen omat vanhempainillat, jossa käymme joukkue kerrallaan läpi kaikki tarvittavat asiat ja kerromme muun muassa varainhankinnasta, tapahtumista, try outeista (= siirtymiset "isompien" joukkueisiin) ja niin edelleen. Tilat ovat rajalliset, joten toivomme, että saavutte ilman lapsia. Vanhempainillat järjestetään Lappeenrannan urheilutalon luentosalissa, joka löytyy keilahallin käytävältä.

Vanhempainillat ajoittuvat seuraavasti:

Ma 19.9. klo 17-19 Ibiza

Ke 21.9. klo 17-19 Kypros

To 22.9. klo 17-19 Kanaria

### **Vakuutus ja lisenssi**

Kauden alussa jokaisen harrastajan tulee esittää valmentajalleen todistus voimassa olevasta vakuutuksesta, joka korvaa cheerleadingissa tapahtuvat tapaturmat. Suomen Cheerleadingliitto tarjoaa myös harrastevakuutuksen (kalenterivuodeksi), lisätietoja seuran nettisivuilla. Kilparyhmät hankkivat erikseen kilpailuun oikeuttavan lisenssin liitolta, tämän tarpeesta infotaan kilpailujen lähestyessä.

### **Harrastajien tiedot**

Tiedot harrastajista (vanhempien yhteystiedot, sairaudet, osoite ja syntymäaika) kerätään kaikilta harrastajilta, huolimatta siitä, onko harrastaja "vanha" vai uusi. Tiedot kerätään nettisivuilta seuratieotteista löytyvän lomakkeen avulla. Lomake tulee olla palautettuna 7.9. mennessä.

### **Kausimaksut**

Kanaria 150,00 €

Kypros 180,00 €

Ibiza 220,00 €

Kausimaksun voi maksaa 1-4 erässä. Mikäli maksun kanssa on ongelmia, ottakaa välittömästi yhteys Mariin! Kausimaksulasku lähetetään pian kauden alun jälkeen sähköpostilla.

Kausimaksu ei sisällä vakuutusta.

Kausimaksuun sisältyy myös kaksi viikonloppu”leiriä” ja vähintään yksi erä kausimaksusta tulee olla maksettuna ennen syysleirin alkua. Kaikki erät tulevat olla maksettuna ennen joululeiriä.

Kilpailuihin osallistuville saattaa tulla lisäksi kuluja kilpailuista.

### **Leirit**

Jo tuttuun tapaan järjestämme kaksi huippuvalmentaja Mika Pennasen vetämää leiriä kauden aikana.

Ensimmäinen leiri on 23.-25.9. ja toinen 16.-18.12.

Molemmat ovat päiväleirejä ja tarkemmat kellonajat kunkin joukkueen osalta ilmoitetaan lähempänä leiriä.

Leirit ovat kiinteä osa kautta, siksi ne sisältyvät kausimaksuun. Leirien merkitys normaalitreenien lisänä on suunnattoman suuri. On tärkeää, että kaikki varaavat nämä päivät kalenteriin jo nyt. Leirien osuutta kausimaksusta ei palauteta, vaikka harrastaja ei pääsisikään leirille.

Kautta suuresti odotellen,  
LOMA Cheerleadersin valmentajat

Päävalmentajien yhteystiedot  
Lotta-Lisa Haatainen, Kanaria, 0504137535

Reetta Turppo, Kypros, 0503495891

Mari Ruoho, Ibiza, 0407203721

Kaikkiin valmentajiin saa yhteyden sähköpostitse [lomacheerleaders@gmail.com](mailto:lomacheerleaders@gmail.com)

Lotta ja Mari vastaavat myös seuran pyörittämisestä ja he ovat seuran vastuuhenkilöt.