

Yhteenvedo vanhempainillan asioista

Vanhempien tulee seurata seuratiedotteita. Sama info kerrataan myös joukkuekohtaisissa WhatsApp-ryhmissä, mutta kaikkien vanhempien tulee seurata seuratiedotteita säännöllisesti. Lisäksi valmentajien lähettämät sähköpostit tulee lukea.

Mikäli haluaa että lapsen kasvoja EI näy esimerkiksi seuran instagramissa, tulee ilmoittaa **HETI** valmentajalle. Muuten oletamme, että kasvot saavat näkyä kuvissamme.

Kausimaksua ei palauteta vaikka harrastaja lopettaisi kesken kauden. Mikäli kausimaksujen kanssa tulee ongelmia, ottakaa yhteys Mari Ruuhon.

Jokaisella harrastajalla tulee olla vakuutus joka kattaa cheerleadingin parissa sattuvat tapaturmat. Mikäli lapsen oma vakuutus ei kata cheerleadingia, voitte ostaa myös Suomen Cheerleadingliiton harrastevakuutukset (n. 18 € / kalenterivuosi). Valmentajalle tulee esittää todistus voimassaolevasta vakuutuksesta. Lisätietoja liiton harrastevakuutuksesta löytyy seuratiedotteet-osiost (tietokonetta käytettäessä heti sivun oikeassa laidassa logon alla, mobiililaitteita käytettäessä aivan sivun lopussa alareunassa).

Treeni- ja seuravaatteet sekä kengät

Toivomme, että mahdollisimman moni tilaisi seuratakin. Takki on mustaa softshelliä, takin selkämyksessä on seuran logo ja rinnassa sponsoreidemme logot. Hihoihin on painatettu heijastimet. Ilmoitamme kun seuratakkien tilaus ja sovitus alkaa.

Seurallamme on myös myynnissä seuran logolla varustettuja, heijastin-tekstisiä pipoja joita voi ostaa 15 € hintaan valmentajilta. Syyskaudella myyntiin tulee myös heijastimia. Pipot sekä heijastimet ovat samalla varainkeruuta seuralle, joten toivomme, että myös vanhemmat ostaisivat heijastimia käyttöön.

Sportiro.fi-sivustolta voi ostaa treenivaatteita LOMA Cheerleaders-osion alta. Samalta verkkosivulta voi ostaa myös cheerleading-kenkiä. Lapsenne voi sovittaa treenikavereiden kenkiä jos ette ole varmoja oikeasta koosta. Kimppatilauksista voi kysellä WhatsAppissa.

Pidämme cheerkirppiksen tulevan seurapäivän yhteydessä jolloin harrastajat voivat ostaa ylimääräisiä tai pieneksi jääneitä cheerleading-varusteita.

Nousijoilla tulee olla joko shortsit tai maksimissaan polvimittaiset housut. Kaikilla tulee olla shortsien alla tiukat alusshortsit.

Murrosikäisillä harrastajilla tulee olla urheiluliivit treenipaitojen alla. UK Koskimies sponsoroi seuraamme ja toivomme, että käyttäisitte Koskimiehen palveluita sopivia liivejä etsiessänne. Lotta-valmentaja suosittelee Shock Absorbereita (ovat tyyriitä, mutta myös markkinoiden parhaita).

Joukkueiden säännöt

Jokainen joukkue luo omat sääntönsä valmentajajohtoisesti ja jokainen harrastaja sitoutuu toimimaan joukkueen sääntöjen mukaisesti.

Koko seuran yhteiset säännöt ovat:

1. Ketään ei kiusata. Mikäli kiusaamista esiintyy, seuraa kahden viikon treenikielto.
Mikäli kiusaaminen vielä jatkuu, ei kiusaaja saa jatkaa enää harrastamista seurassa.
2. Harjoitukseen tullaan ajoissa paikalle ja poissaoloista sekä myöhästymisistä ilmoitetaan oman joukkueen valmentajalle sovitulla tavalla.

Valmistautuminen treeneihin

Varmistatthan, että lapsenne ovat syöneet kunnolla ennen harjoitukseen tuloa. Uimahallin puolelta löytyy kahvio josta voi ostaa hedelmiä, leipää tai vaikkapa jogurttia ennen treenejä. Ennen harjoitusten alkua jokainen harrastaja pukee päälleen cheerleadingiin soveltuvat vaatteet, laittaa hiukset kiinni, täyttää juomapullon ja käy tarvittaessa wc:ssä.

Toivomme, että puhuisitte lastenne kanssa myöhästelystä. Seuramme pyörii vapaaehtoistyöllä ja jokaisen joukkueen valmentaja käyttää paljon aikaa treenien suunnitteluun sekä toteutukseen, joten toivomme että myös harrastajat kunnioittaisivat valmentajien työpanosta saapumalla ajoissa paikalle.

Esimerkiksi Kanaria-joukkueella on sääntönä, että kun harjoitukset alkavat klo 16:30 takaovi lukitaan (turvallisuussyistä) eikä sisälle pääse enää ellei ole etukäteen ilmoittanut tulevansa myöhässä. Näin taataan kaikille treenirauha, valmentajan ei tarvitse kertoa ohjeita moneen kertaan myöhästelijöiden takia sekä on turvallisempaa harjoitella lajitaitoja, kun salissa ei liiku ketään ylimääräisiä. Elämässä pääsee pitkälle kun opettelee heti lapsena ottamaan muut huomioon noudattamalla yhdessä laadittuja sääntöjä ja saapumalla paikalle ajoissa.

Kisat

Kisoihin lähtö herätti paljon kiinnostusta vanhempainilloissa. Lotta-valmentaja valmistelee pientä infopakettia lasten ja nuorten kilpaurheilusta. Infopaketti käydään yhdessä kiinnostuneiden vanhempien kanssa läpi jotta myös vanhemmat ymmärtävät mitä kaikkea kilpaurheilu vaatii harrastajilta, vanhemmilta ja valmentajilta. Kisoihin lähtemisestä on keskusteltu leirivalmentaja Mika Pennasen kanssa. Mika on tällä hetkellä maailman ainoa eurooppalainen mies joka on cheerleadingin maailmanmestari, joten hänellä on ensikäden tietoa kilpailemisesta.

Tällä hetkellä suunnittelemme jo syksyä 2017 jolloin ainakin juniori-ikäiset lähtisivät kisoihin mikäli taitotaso on valmentajien mielestä riittävän hyvä. Ensimmäisiin kisoihin lähdetessä uunituoreella seuralla on tärkeää, että kisaohjelma on kunnossa ja koko seura pystyy olemaan ylpeä kilpajoukkueen suorituksesta.

Leiri

Joululeirin ajankohta 17.-19.12.2016. Koko kausimaksu tulee olla maksettuna leiriin mennessä. Otathan yhteyttä Mari Ruuhon, mikäli maksun kanssa on ongelmia.

Uusi joukkue pikkusisaruksille

Mikro-joukkue "Malta" perustetaan tammikuulle 2017 mikäli saamme tarpeeksi ennakoilmoittautumisia. Ilmoittautumiset 15.11.2016 mennessä sähköpostitse tai seuran yhteydenotto-lomakkeen kautta. 3-6-vuotiaat. Kausimaksu 100 €, kauteen ei sisälly leirejä. Maltaan treeneissä harjoitellaan leikkien ohella cheerleadingin lajitaitoja sekä joukkueessa toimimista. Harjoitukset suunnitellaan lapsen luonnollisen kasvu ja kehitys mielessä pitäen. Pääpaino karkeamotoristen taitojen oppimisella sekä ryhmässä toimimisella. Päävalmentajana liikuntaneuvoja Lotta-Lisa Haatainen (Liikunnan perustutkinto 2014 sekä uimaopettaja-koulutus 2014). Lotalla on useiden vuosien kokemus eri-ikäisten lasten ohjaamisesta ja yhden pian 2-vuotiaan pojan äitinä kärsivällisyyttä riittää.