



TERVETULOA KARHULAN URHEILIJOIDEN TALVIKAUDEN 2016-2017 URHEIKOULUUN!



Karhulan Urheilijoiden urheilukoulu tarjoaa lapsille ja nuorille liikunnallisen harrastuksen. Tärkeimpänä ajatuksena on luoda lapsille ja nuorille liikunnan iloa ja kehittää heidän taitojaan. Annamme lapsille mahdollisuuden harrastaa, kilpailla ja kasvaa jopa yleisurheilun huipulle asti.

URHEILUKOULUN HARJOITUKSET:



- maanantaisin Kyminkartanon koululla klo 18.00-19.00, 5-9v.
- tiistaisin Ruonalan hallilla klo 17.30-19.00, 7-8v, 9-10v, 11-15v.
- keskiviikkoisin Metsolan koululla klo 18.00-19.00, 5-8v.
- keskiviikkoisin Otsolan koululla klo 18.00-19.00, 5-9v.
- JUNIORIVALMENNUSRYHMÄ (10-14v)**, aktiivisemmin harjoitteleville tiistaisin ja torstaisin Ruonalan hallilla klo 17.30-19.00
- NUORISOVALMENNUSRYHMÄ (13-16v)**, kokoontuu oman ohjelmansa mukaan. Ryhmät on tarkoitettu nuorille, jotka haluavat olla aktiivisesti mukana ja mahdollisesti omaavat jo urheilutaustaa. Harjoitukset 3-5 krt/vk.
- Tiedustelut: Petteri Miettinen 0503071978



POIKKEUKSET URHEILUKOULUAIKOIHIIN ILMOITETAAN ERILLISELLÄ LAPULLA, SEURAN KOTISIVUILLA URHEILUKOULUN TAPAHTUMAKALENTERISSA, SEURAN YLEISELLÄ FACEBOOK SIVUILLA TAI SÄHKÖPOSTILLA.

VARUSTEET - Asuksi tarvitset verkkarit tai shortsit ja T-paita. Ruonalan hallilla saatetaan tehdä aluksi ulkona lenkki, joten huomioikaa se asusteissa. Jalkineiksi hallilla lenkkarit. Piikkarit voi myös ottaa mukaan mutta ei ole välttämättömät vielä nuorimmille. Koulun saleilla harkataan paljain jaloin tai voi olla kevyet jumppatossut. JUOMAPULLO MUKAAN HARKKIOIHIN! Juomaksi riittää **vesi!**

SEURAN ASUSTEKIRPPIS - Seuralla on myynnissä käytettyjä piikkareita ja urheiluasuja Ruonalan hallilla. Kysele niitä seuran toimihenkilöltä! Jos kirppikseltä ei löydy sopivia, niin saatavana on joitain uusia seura-asuja! Tuo myyntiin esim. pieneksi jääneet piikkarit! Laita niihin lappu hyvin kiinni, ettei tiedot häviä. Lappuun nimi ja hinta!

URHEILUKOULUMAKSUT - koko talvikaudelta, lokakuusta 2016 – huhtikuulle 2017.

Yhdellä maksulla voi käydä kaikissa harjoituspaikoissa, ikä huomioon ottaen!

Liikunta- ja urheilukoulu: Kyminkartano, Metsola, Otsola, 60 €.

Ruonalan hallin urheilukouluryhmät 65 €.

Juniorivalmennusryhmä 80 € Nuorisovalmennusryhmä 100 €

Maksu maksetaan hallilla käteisellä lokakuun loppuun mennessä.

Kouluilla jaetaan maksulaput.

Maksuun sisältyy: tapaturmavakuutus, ohjaus/valmennus, kilpailuihin osallistuvill lapsille urheilulisenssi ja kilpailujen osanottomaksut Kymenlaakson alueella.

SISARALE 10 € seuraavista saman perheen lapsista!

Urheiluliikkeistä SEURA-ALE - Tikankadun Sport-pisteestä ja Jumalniemen Intersportilta, saa seura-alen koko perhe, kun maksaessa muistaa mainita Karhulan Urheilijat!

UUTTA ! SEURAN KOTISIVUJEN KAUTTA URHEILUASUJA NONAMEN VERKKOKAUPASTA.

VEIKKAUKSEN ja Karhulan Urheilijoiden verkkokumppanuus!

Jos pelaatte Veikkauksen pelejä, esim. lottoatte, toivomme, että tekisitte sen Karhulan Urheilijoiden nettisivujen kautta klikkaamalla siellä olevaa Veikkauksen banneria. Pelatuista euroista kilahtaa seuralle bonusta. Näin tuette seuran nuorisotoimintaa!

HYVÄT vanhemmat, isovanhemmat, sukulaiset, tuttavat jne, jos olette kiinnostuneet liikunnasta ja seuratoiminnasta, esim. urheilukouluohjaajana, kilpailutoimitsijana tai muusta seuratyöstä, ilmoittautukaa rohkeasti mukaan! Kaikki ovat tervetulleita toimintaan!

YHTEYSTIEDOT: p. 0440267003 Arja-Leena Vesa, p. 0443330701 Lasse Rehvonen

Seuran kotisivu: www.karhulanurheilijat.fi Olemme myös facebookissa - käy tykkäämässä!