

Kirpsakkaa marraskuuta junnut ja junnujen vanhemmat!

Nuorisotoiminnassamme aloittaa marraskuussa jo aiemmin kesän melontatreeneissä ja vajalla tutuksi tullut Stian Vesterinen. Stian on harrastanut melontaa yli kuuden vuoden ajan ja hänellä on kokemusta niin kilpa- kuin retkimelonnasta. Iloitsemme kovasti Stianin liittymisestä tiimiimme!



Nuorisotoiminnassa jatkavat edelleen tutut Mia ja Tapani sekä muut junnuohjaajat.

Marraskuussa treenivalikoimaan tulee sählyn lisäksi viikoittainen junnutreeni. Joulukuussa ohjattujen harjoitusten lisäksi pääsemme aloittamaan lajikokeilut ja juhlimme kauden päättäjäisiä (näistä lisää mahdollisimman pian).

Muistetaan ulkoilla pimeänäkin vuodenaikana ja käyttää heijastimia!

Treeniterveisin,

Mia ja Stian

MARRASKUUN OHJATUT HARJOITUKSET

Marraskuussa harjoittelemme seuraavasti:

- **SÄHLY** perjantaisin klo 18.00-19.00 Puropellon koululla
- **SÄHLY** sunnuntaisin klo 14.30-16.00 Puropellon koululla

HUOM! Sähly on peruttu 18.11. ja 20.11.

Sählyyn ovat tervetulleita kaikki ikään ja pelitaitoon katsomatta. Voit ottaa mukaasi perheenjäsenesi, kaverisi tai vanhempasi (laita tällöin viesti Stianille tai Mialle)! Pelaamme yhdessä ja pidämme hauskaa, samalla saamme hien pintaan! Ilmoittaudu sählyvuoroille nimenhuudossa. Mukaan tarvitset sisäliikuntavarusteet, sisäpelikengät, juomapullon ja oman mailan. Suojalaseja suositellaan! Sählyissä ohjaamassa on Stian.

- **JUNNUTREENI** keskiviikkoisin (9.11. alkaen) klo 17.30-19.00 vajalla.

Junnutreenissä käymme ulkoilemassa, harjoitteleme lihaskunto- ja kuntosaliliikkeitä, teemme liikkuvuusharjoitteita ja venyttelemme. Mukaan junnutreeniin tarvitset ulkoliikuntavarustuksen ja heijastinliivin, sisäliikuntavarusteet ja juomapullon! Junnutreenissä ohjaamassa ovat Stian ja Mia.

JUNNUJAOSTON KAUDEN PÄÄTÖSJUHLA

Kauden päätösjuhla pidetään joulukuun aikana arki-iltana. Päätösjuhlassa ruokaillaan, katsellaan menneen kauden kuvia, suunnitellaan tulevaa melontakautta ja palkitaan mm. Seuramestaruuskilpailuissa menestyneitä nuoria.

HARJOITUSMAKSUT 2016

Junnuilta perittäväillä harjoitusmaksuilla katetaan mm. osa leirien ja kilpailuiden kuluista, sekä valmennuksen, harjoitustilojen ja kalustohankintojen kuluja. Kesää kohti kasvavan toiminnan takia huhtikuusta 2016 alkaen uusi harjoitusmaksu tulee olemaan 20 eur/hlö/kk, ja laskutusjakso on aina 3-kuukautta (seuraava jakso heinäsyyskuu).

Maksu sisältää mahdollisuuden mm. osallistua aina vähintään kahteen ohjattuun harjoitukseen viikossa, esim. sählyvuorot, kuntopiiri ja kesällä melontatreenit. Maksu peritään aina niiltä 3 kuukauden jaksoilta, joilla alle 20 v. nuori on käynyt tai tulee käymään vähintään kuusi (6) kertaa harjoituksissa.

Lokakuusta 2016 alkaen on myös mahdollista maksaa harjoitusmaksu yhden kuukauden jaksolta, jolla nuori on käynyt tai tulee käymään vähintään kaksi (2) kertaa harjoituksissa.

UUSILLE melontaharrastuksen aloittaville junnuille tarjotaan jatkossa **ILMAINEN HARJOITUSKUUKAUSI** SMM nuorison harjoituksissa.

Ilmoitus harjoitusmaksujen maksamisesta tulee sähköpostiin.

TS-MELONTAKOULUN KESÄLLÄ 2016 KÄYNEET JUNNUT!

TS-melontakoulun käyneet junnut voivat jatkaa melontaharrastusta SMM nuorisossa syksyllä ja talvella. Mikäli melontakouluun sisältyneitä viittä ilmaiskertaa ei olla vielä käytetty, voi kerrat käyttää haluamissaan harjoituksissa tämän syksyn, ensi talven ja kevään aikana.

ILMOITTAUTUMINEN HARJOITUKSIIN

Kaikki viikon ohjatut harjoitukset tulevat nimenhuutoon viimeistään edellisen viikon sunnuntaina, joten pystyt ilmoittautumaan (in/out) kaikkiin treeneihin jo päiviä ennen varsinaista harjoitusta. Mikäli et vielä ole kirjautunut nimenhuuto-sivustolle, teethän sen viimeistään nyt syksyn harjoitusten alkaessa.

Kirjautuminen nimenhuuto.com – sivustolle:

1. Mene osoitteeseen www.smmnuoriso.nimenhuuto.com
2. Liity joukkueeseen täyttämällä tietosi.
3. SMM junnujen salasana on "Meloja"



SMM NUORISO ON FACEBOOKISSA

Olemme myös Facebookissa ryhmänä nimeltä **SMM nuoriso**. Ryhmä on suljettu, voit siis löytää SMM nuorison Facebookista, muttet näe sen julkaisuja ennen liittymistä ryhmään.

Liity nyt! Facebook-ryhmässä junnut ja ohjaajat julkaisevat tiedotteita ja kuvia (kaikki tiedotteet tulevat myös nimenhuutoon).

SMM Facebookissa ja Instagramissa

Löydät Saaristomeren Melojat Facebookista:

<https://www.facebook.com/saaristomerenmelojat/>

sekä Instagramista:

<https://www.instagram.com/saaristomerenmelojat/>

NUORISOTOIMINNAN YHTEYSTIEDOT



Stian Vesterinen

stianwest@mac.com

050 9178 739



Mia Dietrich-Isomaa

mia.dietrich@melojat.net/mia.dietrich@gmail.com

041 4565 222

