



# Karamalmi

**Ohjeita**

**Säännöt**

**Lukkari**

[www.espoontapiot.fi](http://www.espoontapiot.fi)



## Espoon Tapiot

Espoon Tapiot on vuonna 1965 perustettu urheiluseura. Seura oli alun perin yleisseura, mutta vuosien varrella sen pääajiksi on muodostunut yleisurheilu. Tapioilla on myös pienimuotoisempaa hiihto- ja soutuimintaa.

Lasten- ja nuortenliikunta on ollut aina suurimmassa roolissa Espoon Tapioiden toiminnassa. Vuoden 2019 keväällä liikutimme viikoittain noin sataaviittäkymmentä liikkarilaista ja neljääsataa urheilukoululaista. Lisäksi kesäurheilukouluissamme yleisurheilun alkeita opetteli viikoittain noin 70 4-5-vuotiasta lasta.




Liikkareiden ja urheilukoulujen lisäksi Tapioilta löytyy valmennusryhmät eri-ikäisille, Yleisurheilun harrasteryhmä 13-16-vuotiaille sekä juoksukoulut ja urheilukoulu aikuisille. Kesäisin järjestämme urheilukouluja eri ikäisille ja liikunnallisia kesäleirejä 7-12-vuotiaille.

## Liikuntaleikkikoulu

Liikuntaleikkikoulu on Nuori Suomi ry:n kehittämä liikuntamuoto 2-6-vuotiaille lapsille. Ensimmäiset liikkarit käynnistettiin vuonna 1996. Vain tahot, joilla on koulutetut ohjaajat ja muut kriteerit kunnossa, saavat käyttää liikuntaleikkikoulu -nimikettä.

Liikuntaleikkikoulut on suunniteltu kehittämään monipuolisesti lapsen perusliikuntataitoja. Liikunnan ohella tutustutaan erilaisiin käsitteisiin, kuten kehon, osat, suunnat, muodot, numerot, värit jne. Lapsi oppii huomaamattaan muutakin kuin kuperkeikkaa :).

## Varustus

-  T-paita, shortsit tai verkkarit ja paljaat jalat.
-  Sporttikorkillinen juomapullo täytettynä vedellä tai laimealla mehulla. Toivomme ettet varaa lapsellesi mukaan pillimehua tai kierrekorkillista juomapulloa.
-  Edellä mainittuja lukuun ottamatta kaiken muun voi jättää salin ulkopuolelle.

## Käytännön ohjeita tunneille

- 👇 Tulettehan ajoissa tunneille. Lapsihan on luonnollisesti käynyt vessassa ennen tunnin alkua.
- 👇 Käynti Karamalmin liikuntasaliin tapahtuu vanhan turuntien puoleisesta rakennuksen uloimmasta päädyistä.
- 👇 Pukeutuminen ennen ja jälkeen tunnin tapahtuu pukuhuoneissa.
- 👇 Vanhempien paikka on, 2-3-vuotiaiden ryhmät ja yhteistunnit pois lukien, salin ulkopuolella. Näin takaamme työrauhan ohjaajille ja lapsille.
- 👇 Sisaruksia ei voi turvallisuussyistä tuoda mukana liikkariin.
- 👇 Flunssaista lasta emme voi liikuttaa.
- 👇 Tullessasi paikalle autolla, parkkeeraathan niille tarkoitetuille paikoille.

## Lisenssi ja vakuutus

Kaikille liikuntaleikkikoululaisille otetaan yleisurheilulisenssi, joka sisältää tapaturmavakuutuksen. Lisätietoja lisenssistä ja vakuutuksesta saat osoitteesta <http://www.yleisurheilu.fi/seurat/yleisurheilulisenssit>.

## Tiedotus

Tiedotus tapahtuu pääasiassa sähköpostitse. Varmista, että teillä on jäsenpalvelussamme oikea sähköpostiosoite. Kiireelliset asiat tiedotetaan tekstiviestillä, joten puhelinnumerokin tulee olla pyydettyssä muodossa lapsenne tilin tiedoissa. Lapsen huoltaja on vastuussa tietojen oikeellisuudesta.

Ohjaajat antavat tietoa tuntien käytännön toteutuksesta ja vastaavat tunteja koskeviin kysymyksiin. Nuorisopäällikkö Perttu Örniltä voit kysellä hallinnollisista asioista, kuten ilmoittautuminen ja laskutus.

## Poissaolot

Ohjaajille voit halutessasi ilmoittaa tunnin jälkeen 1-2 kerran poissaolot, jos ne ovat tiedossa etukäteen. Pidempiaikaisista poissaoloista olisi hyvä tiedottaa ohjaajia.

Poissaoloista ei ole pakko ilmoittaa.

## Kevätkausi 2020

Ilmoittautuminen liikkareiden kevätkaudelle 2020 käynnistyy **10.11.2019**. Edellisen kauden jäsenillä on viikko aikaa ilmoittautua etuoikeutetusti ennen tätä päivämäärää.

## Palaute

Palautetta tunteista voi antaa suoraan ohjaajille nopeasti tunnin jälkeen (tämä keino on useasti se paras) tai seuran nuorisopäällikölle. Jos jokin asia mietityttää, niin olkaa yhteydessä mahdollisimman nopeasti, että asiaan päästään tarvittaessa vaikuttamaankin 😊.

## Maksut

Liikuntaleikkikoulu on syyskaudella täysihintainen 15.9.2019 asti. Kevätkaudella sama päivämäärä on kaikissa liikkareissa 2.2.2020. Tämän jälkeen liikuntaleikkikoulu laskutetaan jäljellä olevien harjoituskertojen mukaan.

Lasku luodaan ilmoittautumisen yhteydessä ja lähetetään ilmoittautumisen jälkeen sähköpostitse. Laskut näkyvät myös lapsenne jäsenpalvelutilillä. Ilmoittautuja on vastuussa, että annettu sähköposti vastaanottaa jäsenpalvelustamme lähetetyt sähköpostit. Joidenkin työpaikkojen palomuurit voivat estää tämän.

Liikuntaleikkikoulun kausimaksu: 135,00 €.

**Harjoitusmaksun lisäksi kaikilta ryhmissä harrastavilta laskutetaan 21€ jäsenmaksu.** Jäsenmaksu laskutetaan kerran 30.8.2019 - 21.8.2020 välisenä aikana.

Sisaralennus 20,00 myönnetään nuoremmille sisaruksille. Vanhin sisarus maksaa täyden hinnan.

Maksamatta jääneistä laskuista lähetämme maksumuistutuksen yhden kerran sähköpostitse. Tämän jälkeen laskusta annetaan toimeksianto Suomen Perintätoimisto Oy:lle.

## Liikuntaleikkikoulun peruutusehdot

Liikuntaleikkikoulun voi peruuttaa maksutta syyskaudella 11.8.2019 ja kevätkaudella 15.12.2019 asti. Tämän jälkeen peruutuksista peritään 15,00 € varaus-/kokeilumaksu. Lasku tulee olla maksettuna kokonaisuudessaan eräpäivään mennessä ennen kauden alkua.

Liikuntaleikkikoulua voi kokeilla kahdesti hintaan 15,00 €. **Kokeilukerrat ovat kauden kaksi ensimmäistä kertaa.** Halutessanne lopettaa kahden kokeilukerran jälkeen, on tästä ilmoitettava kahden vuorokauden kuluessa toisesta kokeilukerrasta osoitteeseen [perttu@espoontapiot.fi](mailto:perttu@espoontapiot.fi). Näissä tapauksissa hyvitämme kausimaksun ja kokeilumaksun erotuksen tilillenne. **Kahden kokeilukerran jälkeen olette sitoutuneet maksamaan koko kauden harjoittelumaksun.**

**Peruutussähköposti lähetetään otsikolla peruutus / lapsen nimi / ryhmä.**

Emme hyvitä yksittäisiä poissaoloja, eikä näitä voi korvata toisessa ryhmässä. Yli kolme viikkoa jatkunut sairastelu tai loukkaantuminen käsitellään erikseen, jolloin on myös esitettävä lääkärintodistus. Juhlapyhistä tai niiden aatoista johtuvia vapaita ei korvata. Seura ei myöskään korvaa tuntien menetyksiä silloin, kun harjoitustila on pois käytöstä jonkin muun tahon esimerkiksi Unisportin, kaupungin tai koulun takia. Näistä peruutuksista tiedotetaan erikseen.

## Liikuntaleikkikoulun peruutusehdot kesken kauden mukaan tuleville

Liikuntaleikkikouluun voi tulla mukaan milloin vain, jos paikkoja on vapaana. Liikuntaleikkikoulu on syyskaudella Otaniemessä täysihintainen 29.09.2019 asti ja muualla 15.9.2019 asti. Kevätkaudella sama päivämäärä on kaikissa liikkareissa 2.2.2020. Tämän jälkeen liikuntaleikkikoulu laskutetaan jäljellä olevien harjoituskertojen mukaan. Ilmoittauduttuanne mukaan kesken kauden sitoudutte maksamaan kokeilumaksun 15,00 €.

Kesken kauden mukaan tulevat voivat kokeilla liikuntaleikkikoulua kahdesti hintaan 15,00 €. **Nämä kokeilukerrat ovat kaksi seuraavaa kertaa ilmoittautumispäivästä.** Halutessanne lopettaa kahden kokeilukerran jälkeen, on tästä ilmoitettava kahden vuorokauden kuluessa toisesta kokeilukerrasta osoitteeseen [perttu@espoontapiot.fi](mailto:perttu@espoontapiot.fi).

Kausimaksussa on kolmen viikon maksuaika, joten laskua ei tarvitse maksaa ennen kokeilukertoja. Jos päätätte lopettaa ja olette tehneet lopetusilmoituksen, muutamme laskun summaksi 15,00. **Kahden kokeilukerran jälkeen olette sitoutuneet maksamaan koko kauden harjoittelumaksun.**

**Peruutussähköposti lähetetään otsikolla peruutus / lapsen nimi / ryhmä.**

Emme hyvitä yksittäisiä poissaoloja, eikä näitä voi korvata toisessa ryhmässä. Yli kolme viikkoa jatkunut sairastelu tai loukkaantuminen käsitellään erikseen, jolloin on myös esitettävä lääkärintodistus. Juhlapyhistä tai niiden aatoista johtuvia vapaita ei korvata. Seura ei myöskään korvaa tuntien menetyksiä silloin kun harjoitustila on pois käytöstä jonkin muun tahon esimerkiksi kaupungin tai koulun takia. Näistä peruutuksista tiedotetaan erikseen.

## Ryhmäjako Karamalmilla syksy 2019

Ryhmä	Ikä	Harjoituspäivä	Harjoitusaika	Harjoituspaikka
Raptorit	2017-2016-syntyneet (aikuisen kanssa)	Torstai	17.00 - 17.45	Karamalmens skola
Allosaurukset	2015-syntyneet	Torstai	17.50 - 18.35	Karamalmens skola
Tyrannosaurukset	2014-2013-syntyneet	Torstai	18.40 - 19.25	Karamalmens skola

### Lasten oma tunti

Kauden lopussa 2-3-vuotiaille järjestetään oma tunti ilman aikuisia. Tunneilla kerrataan leikkejä, pelejä ja temppuja, joita on opittu kauden aikana ja opetellaan jotain pientä uutta.

Tunti saattaa jännittää alkuun, mutta onnistumisen kokemus on sitä suurempi, kun siitä on selvitty 😊. Pieni kyynelten määrä on aivan normaalia ;).



## Lukkari Raptorit syksy 2019

- 22.8. Tutustuminen
- 29.8. Tutustuminen
- 5.9. Leikkivarjo
- 12.9. Juoksu
- 19.9. Hyppyrata
- 26.9. Kieriminen ja pyöriminen
- 3.10. Hyppy
- 10.10. Temppurata
- 17.10. Palloilu
- 24.10. Leikkivarjo
- 31.10. Pallorata
- 7.11. Kiipeäminen
- 14.11. Tasapaino
- 21.11. Lasten toivetunti
- 28.11. Tonttu jumppa



### Yhteystiedot

Perttu Örn

Nuorisopäällikkö

[perttu@espoontapiot.fi](mailto:perttu@espoontapiot.fi)

050 464 4661