



Mäkkylä

Ohjeita

Säännöt

Lukkari

www.espoontapiot.fi



Espoon Tapiot

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

Lasten- ja nuortenliikunta on ollut aina suurimmassa roolissa Espoon Tapioiden toiminnassa. Vuoden 2020 keväällä liikutimme viikoittain noin sataaviittäkymmentä liikkarilaista ja neljääsataa urheilukoululaista.




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.

Erityisohjeita tunnille koronaepidemian vuoksi

- 👉 Liikkariin saa osallistua ainoastaan TÄYSIN OIREETTOMANA. Pidetään huolta toisistamme ja sairastetaan kotona. Selvästi kipeät lapset joudutaan poistamaan tunnilta.
- 👉 Pesettehän kädet kotona saippualla ennen lähtöä ja uudestaan pukuhuoneessa juuri ennen harjoitusten alkua.
- 👉 Ohjaajat käyttävät liikkarin aikana tarvittaessa käsidesiä.
- 👉 Vanhemmat odottavat salin ulkopuolella liikkarin ajan (Sitruunaperhoset pois lukien).

Käytännön ohjeita tunneille

- 👉 Tulettehan ajoissa tunneille. Lapsihan on luonnollisesti käynyt vessassa ennen tunnin alkua.
- 👉 Käynti koululle Mäkkylän puistotien puoleisesta ovesta. Kengät jätetään ulko-ovelle.
- 👉 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.
- 👉 Lapset ovat vakuutettuja liikuntaleikkikoulun ajan.
- 👉 Tullessasi paikalle autolla, parkkeeraathan niille tarkoitetuille paikoille.

Vakuutus

Liikuntaleikkikoululaiset (lapset) ovat tapaturmavakuutettuja harjoituksen aikana.

Tiedotus

Tiedotus tapahtuu pääasiassa sähköpostitse. Varmista, että teillä on jäsenpalvelussamme oikea sähköpostiosoite. Kiireelliset asiat tiedotetaan tekstiviestillä, joten puhelinnumerokin tulee olla pyydetyssä 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 2021

Ilmoittautuminen liikkareiden kevätkaudelle 2021 käynnistyy **17.11.2020**. 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 13.9.2020 asti. Kevätkaudella sama päivämäärä on kaikissa liikkareissa 7.2.2020. Tämän jälkeen liikuntaleikkikoulu laskutetaan jäljellä olevien harjoituskertojen mukaan.

Lasku luodaan ilmoittautumisen yhteydessä ja lähetetään ilmoittautumisen jälkeen sähköpostitse. Laskut näkyvät myös lapsenne myClub-tilillä. 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 30.8.2020 - 21.8.2021 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 9.8.2020 ja kevätkaudella 13.12.2020 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. 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 27.9.2020 asti ja muualla 13.9.2020 asti. Kevätkaudella sama päivämäärä on kaikissa liikkareissa 7.2.2021. 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.

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 Mäkkylässä syksy 2020

Ryhmä	Ikä	Harjoituspäivä	Harjoitusaika	Harjoituspaikka
Sitruunaperhoset	2018-2017-syntyneet (aikuisen kanssa)	Torstai	17.10 - 17.55	Postipuun koulu
Nokkosperhoset	2016-2015-syntyneet	Torstai	18.00 - 18.50	Postipuun koulu



Lukkari Sitruunaperhoset syksy 2020

- 20.8. Tutustuminen
- 27.8. Tutustuminen
- 3.9. Juoksu
- 10.9. Palloilu
- 17.9. Kieriminen ja pyöriminen
- 24.9. Hyppy
- 1.10. Kiipeäminen
- 8.10. Temppuilu
- 15.10. Pallorata
- 22.10. Tasapaino
- 29.10. Leikkivarjo
- 5.11. Toivetunti
- 12.11. Hyppyrata
- 19.11 Vetäminen ja työntäminen
- 26.11. Tonttujumpparata



Yhteystiedot

Perttu Örn

Nuorisopäällikkö

perttu@espoontapiot.fi

050 464 4661