



Kesä meni kohisten ja rentouduttiin, lomat alkavat olla takanapäin ja nyt viimeistään on taas aika pukea dobok päälle, jos se kesän aikana on ohjattujen harjoitusten puutteen vuoksi jäänyt kaapin perille.

Syksyn harjoitusajat ovat nähtävillä seuran sivuilla, käykääpä vilkaisemassa muistin virkistykseksi. Pian alkavat myös uudet alkeiskurssit, vihjatkaapa asiasta kavereillenne millainen mukava, kehittävä ja mukaansatempaava laji tämä harrastuksemme on.

Ajankohtainen aihe on paljon puhuttu sikainfluenssa. Käytetään asiassa tervettä maalaisjärkeä; jos sairastut tai perheessäsä joku on sairastunut niin lienee parempi pitää pieni tauko salilla käynnissä, Tietenkin JOS tulee viranomaistiedotteita niin mennään sitten niiden ehdoilla.

Nyt jokainen taas salille treenaamaan mukavien kavereiden ja osaavien ohjaajien kanssa. Tauon jälkeen se eka kerta on vaikein mutta KYLLÄ LÄHTEE!

Syysterveisin pj.Matti



KIRSTUN VARTIJA TIEDOTTAA

Harjoitukset ovat alkaneet ja samalla seura joutuu maksamaan käytetyistä vuoroista. Tämä tarkoittaa sitä, että myös harjoitusmaksuja on aika käydä makselemaan seuran tilille.

Harjoitusmaksun maksamisessa voi noudattaa kahta tapaa:

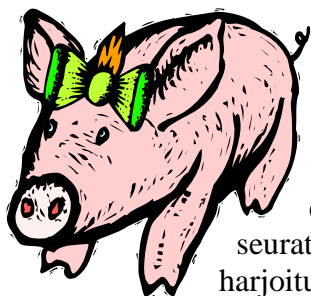
- Maksaa itse suoraan seuran tilille odottamatta mitään laskua
- Odottaa, että postista tai sähköpostista tipahtaa lasku

Seuran johtokuntahan on tehnyt päätöksen, että harjoitusmaksut maksetaan kolmen kuukauden erissä. Nyt on vuorossa elo-, syys- ja lokakuu.

Harjoitusmaksut ovat: alle 14 v. 8 euroa/kk, 14-vuotta ylöspäin 10 euroa/kk.

Seuran tilinumero on: 527104-280377

Ja muistathan, kun suoritat maksuja seuran tilille, käyttää viitenumeroa jos se on, tai selvästi kirjoittaa viestikenttään kuka maksaa mitään.



SIKAINFLUENSSA

Lehdistä ym. tiedotusvälineistä tulee jatkuvasti tietoa mahdollisesta epidemiasta. Seuran johtokuntakin on keskustellut asiasta. Tällä hetkellä seurataan viranomaisten antamia ohjeita. Mutta muutamaan asiaan halutaan harjoituksiin tulevien kiinnittävän huomiota:

- Jos tunnet itsesi sairaaksi, jää kotiin.

- Jos sinun lähipiirissäsi esim. kotona on sairaus, niin todennäköisesti olet itsekin saanut tartunnan, vaikka et tuntisikaan itseäsi sairaaksi. Toivoisimme silloin ettet tulisi harjoituksiin.
- Kaikki harjoituksiin tulijat: noudatattehan tarkkaa hygieniää!



ALKEISKURSSIT ALKAVAT VIKKOLLA 38!

Lajiesittely Wisa-areenalla tiistaina 8.9. klo 19:00. Lisää tietoa löytyy seuran sivuilta.

SYKSYN HARJOITUS AJAT

Nyt dobokki komerosta pölyyntymästä pois ja salille. Harjoitusvuorot tässä.

HARJOITUSAJAT VOIMASSA 3.-27.8.2009:

| PÄIVÄ | AIKA | ALUE | RYHMÄ |
|-------------|---------------|------|-----------------------------------------|
| MAANANTAI | 18:00 - 19:30 | 5 | Yhteisvuoro |
| TIISTAI | 19:00 - 20:30 | 6 | Kilpavuoro (ottelu/poomse) |
| KESKIVIIKKO | 19:00 - 20:30 | 3+4 | Yhteisvuoro (ryhmäjako tarvittaessa) |
| TORSTAI | 18:00 - 19:30 | 6 | Juniorit |

HARJOITUSAJAT VOIMASSA 31.8.2009 LÄHTIEN

| PÄIVÄ | AIKA | ALUE | RYHMÄ |
|-------------|---------------|------|------------------------------|
| MAANANTAI | 18:00 - 19:30 | 5 | Yhteisvuoro |
| TIISTAI | 17:30-19:00 | 5 | Alkeiskurssi (yli 14v) |
| | 19:00 - 20:30 | 6 | Kilpavuoro (poomse) |
| KESKIVIIKKO | 17:30 - 19:00 | 4 | Junnukurssi (alle 14v) |
| | 19:00 - 20:30 | 4 | Alemmat vyöt (kelt. - vihr.) |
| | 19:00 - 20:30 | 3 | Ylemmät vyöt (sin. - must.) |
| TORSTAI | 17:30 - 18:45 | 6 | Juniorit (alemmat) |
| | 18:45 - 20:15 | 6 | Juniorit (ylemmät) |
| PERJANTAI | 18:00 - 19:30 | 6 | Kilpavuoro (ottelu) |
| LAUANTAI | 15:30 - 17:00 | 1 | Alkeiskurssi (yli 14v) |

VARUSTEIDEN TILAUS

Varusteita välitetään edelleen seuran kautta. Varusteiden tilauksen hoitaa varustevastaava Juhani Liljanko puh. 040-5443127 email. juhani.liljanko@mikkelintaekwondo.com. Jos haluat tilata varusteita niin menettele näin:

1. Kun tulet salille niin heti sisäovella, jossa kumarretaan, vasemmalla on valkoinen kotelo jossa on varusteiden tilauslomake. Ota se ja täytä tarvittavat tiedot. Alaikäisen pitää saada huoltajan hyväksyminen.
2. Pudota täytetty lomake nyrkkeilyalueen nurkassa olevaan seuran peltiseen postilaatikkoon tai anna suoraan Juhanille. Mutta ei kenellekään muulle.
3. Juhani toimittaa sinulle laskun ja kun olet sen maksanut, saat tilatut tavarat salilla.

INFO INFOA löytyy seuran webbi-sivuilta www.mikkelintaekwondo.com

NYT VAIN HARJOITTELEMAAN.!

