

Forssan, Jokioisten ja Tammelan eka- ja tokaluokkalaisten Liikuntapassikampanja 20.8.-28.10.2018

10-vuotta



LIIKUNTAPASSI- LUKKARI

- Tutustu 10 eri liikuntalajiin ja löydä oma lajisi
- Muista liikuntapassi mukaan harjoituksiin
- Ilmoittaudu ohjaajalle liikuntapassilaisena
- Harjoitukset ovat ilmaisia ja niihin ei tarvitse ennakoilmoittautua, jos ei tekstissä ole toisin ilmoitettu!
- max. 2 kertaa sama laji jos ei toisin mainittu
- lisätietoja Forssa: 050 5582645/Pauliina Jolanki, Jokioinen: Jari Menna/ 050 5174456, Tammela: Petri Takala/050 353 7708

Sisällysluettelo:

Jalkapallo/ Forssan Jalkapalloklubi Judo/ Forssan ja Tammelan Jundokan	3
Jääkiekko ja ringette / Fops-juniorit Karate/ Forsan ja Tammelan Jundokan Keilaus/ Bowling 4 you	4
Koripallo /Feeniks Basket Forssa Lentopallo/ Kojjärven Kunto Parkour/ Forssan Salama	5
Pesäpallo/ Jokioisten Koetus Ratagolf/ Forssan minigolf Puttaamo	6
Ratsastus/ Similän ratsutila Salibandy/ Forssan Suupparit Sulkapallo/ Forssan Tennisseura	7
Sulkapallo/Tammelan Ryske Sukellus/ GummiWihta	8
Suunnistus/ Lounais-Hämeen Rasti	9
Tanssi/ Jokioisten Nuorisoseura Tahdittomat Tanssi/ Tanssikoulu 1st Step Uinti/ Vesihelmen Uimaseura	10
Uinti/ Viihdeuimala Vesihelmi Voimistelu/ Forssan Naisvoimistelijat	11
Yleisurheilu/ Tammelan Ryske	12

JALKAPALLO/ FORSSAN JALKAPALLO KLUBI

Jalkapallo

FJK:n joukkue toimintaa voi käydä tutustumassa seuraavasti:

***1. luokkalaiset/ FJK 11:**

Ajankohta:

sunnuntaina 23.9. ja 30.9. klo 17-18, Forssan jäähallin harjoituskentällä

Varustus: Harjoitukset pidetään ulkona eli vaatteet sään mukaan. Mukaan oma juomapullo. Oman pallon voi ottaa mukaan, mutta jonkin verran löytyy myös lainapallo.

Yhteyshenkilö: Jaana Paasikangas, 050-5694937.

***2. luokkalaiset/ FJK 10:**

Ajankohta:

ke 19.9.2018 klo 17-18

ke 26.9.2018 klo 17-18

Osoite: Kualan keinonurmi, Lallintie 1, Forssa

Varustus: Harjoitukset pidetään ulkona eli vaatteet sään mukaan. Mukaan oma juomapullo. Oman pallon voi ottaa mukaan, mutta jonkin verran löytyy myös lainapallo.

Ennakoilmoittautuminen: Toivomme ilmoittautumisen lapsen osallistumisesta joko sähköpostilla tai tekstiviestillä. Kaikki halukkaat mahtuvat mukaan.

Yhteyshenkilö: Satu Kaskinen, 050 3550703, skaskinen@gmail.com

JUDO/ FORSSAN-TAMMELAN JUNDOKAN

Judo 7-12 vuotiaille

Ajankohta: 15.9.2018 sekä 29.9.2018 klo 15.00-17.00

Osoite: Tammelan manttaali, Forssantie 136, Tammela

Lisätietoa: Harjoitteluvälineiksi riittää t-paita, verryttelyhousut, pyyhe ja juomapullo. Huoltajaa ei tarvita. Ei tarvitse ilmoittautua etukäteen.

Yhteyshenkilö: Tuomas Seppälä, puh. 040 043 2615, [seppala.tae\(at\)gmail.com](mailto:seppala.tae(at)gmail.com)

JÄÄKIEKKO/RINGETTE / FOPS JUNIORIT

Luistelukoulu/kiekkokoulu/ringettekoulu 5-8 vuotta

- Perheluistelu alkaa su 16.9.18 klo 9 jäähallissa/harjoitushallissa
- Kiekkokoulu alkaa su 16.9.18 klo 10 jäähallissa/harjoitushallissa
- Ringettekoulu alkaa su 16.9.18 klo 11 harjoitushallissa/jäähallissa

Varusteet: luistimet, kypärä (ristikollinen jos on), kiekkokouluun / ringettekouluun maila

Ennakoilmoittautumiset lomakkeella: www.fopsjuniorit.fi

Huom! Kaksi ilmaista kokeilukertaa liikuntapassilla viikoilla 37-39. Ilmainen.

Yhteyshenkilö: Marko Vehmas, toimisto@fopsjuniorit.fi, puh. 0503073757

KARATE/ FORSSAN-TAMMELAN JUNDOKAN

Karate 7-13 vuotiaalle

Ajankohta: 8.9.2018 sekä 22.9.2018 klo 12.00-14.00

Osoite: Tammelan koulukeskuksen liikuntasali, Koulutie 1.

Lisätietoa: Verkkarit ja t-paita riittävät, salissa ollaan paljain jaloin. Ei tarvitse ilmoittautua etukäteen.

Yhteyshenkilö: Saku Suominen puh. 040 026 4386, email: sosuominen@gmail.com

KEILAUS/ BOWLING 4 YOU

Keilailu

Ajankohta: Koko kampanja-ajan, pois lukien ke 19-21; pe-la 19-23; la-su 11-15.

Katso aukioloajat netistä: www.bowling4you.fi

Osoite: Wahreninkatu 11

Lisätietoa: Kannattaa tiedustella varaustilannetta etukäteen puh.03-4226262

Yhteyshenkilö: Juha Piiparinen 03-4226262, forssankeilahalli@bowling4you.fi.

Pallon ja kengät saa hallilta lainaksi.

KORIPALLO/ FEENIKS BASKET FORSSA

Koripallo

Mikropojat (2009-2010):

tiistaisin klo 17-18.30 Keskurilla, Koulukatu 5-7
torstaisin klo 17-18.30 Lyseolla, Lyseokatu 2

Mikrotytöt (2009-2010):

maanantaisin klo 17-18.30 Keskurilla, Koulukatu 5-7
torstaisin klo 17-18.30 Keskurilla, Koulukatu 5-7

Koriskoulu/ tytöt (2011-2012)

tiistaisin klo 18-19 Lyseo, Lyseokatu 2

Koriskoulu pojat (2011-2012)

keskiviikkoisin klo 17-18 Lyseo, Lyseokatu 2

Koriskoulu Jokioinen (2010-2011)

keskiviikkoisin klo 17-18 Miinan koulu

Koriskoulu Tammela (2010-2011)

keskiviikkoisin klo 16.30-17.30 Tammelan koulukeskus

Lisätietoja: Mukaan sisätossut ja juomapullo.

Yhteyshenkilöt: Janne Kaapola (mikropojat) p. 044 203 4375, Petri Salo (mikrotytöt) p. 040 708 2109, Jarkko Salmela (koriskoulu tytöt) p. 050 5355 756, Suvi Aaltonen (koriskoulu pojat), p. 040 741 6703, Meri Yli-Kahrakuusi (koriskoulu Jokioinen) p. 045 8014780, Birgit Jalonen (koriskoulu Tammela) p. 044 2062790.

LENTOPALLO / KOIJÄRVEN KUNTO

Lentopallo

Tiistaisin klo 18.30-20.00, 18.9.-9.10. välisenä aikana
Paikkana Vieremän koulu, Nokantie 2, Forssa

Lisätietoja: Mukaan sisäliikuntavarusteet, sisäpelikengät ja juomapullo mukaan

Yhteystiedot: Jussi Lehtinen, p. 050 912 8304, jusan.lehtinen(at)gmail.com.

PARKOUR/ FORSSAN SALAMA

Parkour: Liikuntapassikampanja 2 luokkalaiset 2018

Ajankohta: Sunnuntai 16.9.2018 ja 23.9.2018 klo 14.00- 15.00

Osoite: Tammelan koulukeskus, Koulutie 1, Tammela

Lisätietoja: Huomio! Parkourin kokeilu tapahtuu liikuntasalissa. Sisäpelikengät tai puhdistetut lenkkikengät jalkaan. Voi olla myös ilman kenkiä mutta ei sukilla.

Ilmoittautuminen tapahtuu ainoastaan sähköpostilla yhteyshenkilölle. Ilmoittautuminen alkaa vasta ma 3.9.2018 klo 6.00. Sitä ennen tulleita ilmoittautumisia ei noteerata.

Ilmoittautuminen päättyy 14.9.2018 klo 18.00.

Yksi lajikokeilukerta/ henkilö. Ryhmiin otetaan maksimissaan 20 henkilöä ilmoittautumisjärjestyksessä.

HUOM: *Parkour on tarkoitettu ainoastaan 2-luokkalaisille!*

Ilmoita puhelinnumerosi ilmoittautumisen yhteydessä. Jos ryhmä on jo tullut täyteen, soitamme takaisin jos jossakin muussa ryhmässä on vielä tilaa, niin tarjoamme sitä vaihtoehtoa.

Yhteyshenkilö: Ari Ketola ari.ketola@surffi.net, puh. 045 113 8471

PESÄPALLO/JOKIOISTEN KOETUS

Pesäpalloa eka- ja tokaluokkalaisille

Ajankohta: Ti 4.9.2018 klo 17-18

To 6.9.2018 klo 17-18

Ti 11.9.2018 klo 17-18

To 13.9.2018 klo 17-18

Osoite: Jokioisten pesäpallokenttä, Kenttätie 17, 31600 Jokioinen

Lisätietoa: Sään mukainen ulkoliikuntavarustus, juomapullo ja oman räpylän voi ottaa mukaan. Toivotaan ennakko ilmoittautumisia.

Olethan ajoissa paikalla!

Yhteyshenkilö: Petri Lehtonen, 050-5174066, petri.lehtonen@surffi.net

RATAGOLF/ FORSSAN MINIGOLF PUTTAAMO

Ratagolf

Ajankohta: ti-su 21-26.8.2018 klo 12-20

Osoite: Turuntie 28, Forssa

Ei ennakkoilmoittautumista. Minigolfkierrosmaksu liikuntapassilaisille 3 € (norm. 4,00€), pelivälineet sisältyy hintaan. 18 rataa, pelaaminen kestää n. 1h.

Yhteyshenkilö: Miro Marjamäki puh. 040 741 5499.

RATSASTUS/ SIMILÄN RATSUTILA

Ratsastus

Ajankohta: Maanantai-, tiistai ja keskiviikk illat. Ilmoittauduttava ennakoon!!

Osoite: Similän Rantatie 18, 30100 Forssa, sijainti Tammela

Varusteet: Pukeutuminen tallille sopiva: pitkät housut, sormikkaat, kumisaappaat, huivi/lippis.

Lisätietoa: Kokeilukerta kestää 30 minuuttia. Hinta 5 euroa. Ennakkoilmoittautuminen tehtävä viimeistään kaksi päivää aikaisemmin. Oikeus yhteen passikertaan!

Ilmoittautuminen: Mielellään sähköpostilla similanratsutila(at)gmail.com tai puh. 040-5731 978/ Mari Similä.

SALIBANDY / FORSSAN SUUPPARIT

Salibandykerho 2010 – 2011 syntyneet

Ajankohta: Tiistaisin klo 18.00-19.00, 11.9.-23.10. välisenä aikana

Osoite: Kirkassilmä Areena, Turuntie 38, 30100 FORSSA

Varustus: Mukaan sisäliikuntavarustus, sisäpelikengät tai pestyt lenkkarit. Mailoja ja suojalaseja lainataan tarvittaessa. Myös oma vesipullo.

Lisätietoa: mirunieminen(at)gmail.com.

SULKAPALLO/ FORSSAN TENNISSEURA

Sulkapallo, 1-2 luokkalaiset

Ajankohta: Liikuntapassilaiset voivat tutustua sulkapalloon maanantaisin klo 16-17:00. Tarjolla on kolme harjoituskertaa: 1.10, 8.10. ja 22.10.

Osoite: Forssan yhteislyseon liikuntasali, Hämeentie 29, Forssa

Lisätietoa: Sulkapallokoulussa käytetään sisäliikuntavaatteita ja tossuja. Mukaan juomapullo ja oma maila, mikäli mahdollista. Ilmoita tulostasi yhteyshenkilölle puhelimitse

tai sähköpostilla viimeistään edellisenä päivänä. Tennisseuran sulkiskoulua junioreille pidetään syys-toukokuun aikana maanantaisin 16-17.00 Yhteislyseon salissa.

Yhteyshenkilö: Tapio Salo, 0400-477144, tapio.salo@surffi.net

SULKAPALLO/ TAMMELAN RYSKE

Sulkapallo, 1-2 luokkalaiset

Ajankohta: Torstaisin 18.30-19.30. Tarjolla on neljä harjoituskertaa: 6.9., 20.9., 4.10. ja 11.10.

Osoite: Tammelan koulukeskus, Koulutie 1, Tammela

Lisätietoa: Mukaan sisäliikuntaan sopivat vaatteet ja mielellään sisäpelikengät. Oma maila mukaan, jos löytyy. Saatavilla on harjoitusmailoja, mikäli omaa mailaa ei ole. Ilmoittautumista toivomme yhteyshenkilölle viimeistään edellisenä päivänä. Nuorten (7-18 v) sulkapallovuoroa pidetään Tammelan koulukeskuksessa torstaisin 18.30-19.30.

Yhteyshenkilö: Tapio Salo, 0400-477144, kunto@tammelanryске.fi

SUKELLUS / GummiWihta ry

Sukellus pinnan alle - tutustutaan Norppatoimintaan 1-2 lk

Ajankohta: Lauantait 22.9. klo 8.00, 6.10. klo 8.00 ja 20.10. klo 8.00

Ryhmään mahtuu 5 tyttöä ja 5 poikaa. Tarkempi aika ilmoitetaan osallistujille sähköpostitse. Huom! Jos ilmoittautuneita on enemmän, osallistujat arvotaan.

Osoite: Vesihelmi (Eteläinen Puistokatu 2, Forssa)

Lisätietoja: Mahdollisuus osallistua yhteen maksuttomaan kokeiluun. Uimataitovaatimus on vähintään 50 metriä.

Ennakoilmoittautuminen viimeistään 14.9. sähköpostitse

info@gummiwihta.com. Ilmoita lapsen nimi, koulu, luokka, ryhmätoive ja jos on jotakin erityistä huomioitavaa (liikuntarajoite tms.).

Jos ilmoittautuneita on enemmän kuin 5 tyttöä ja 5 poikaa /ryhmä, arvomme osallistujat 17.9. Valituksi tulleille ilmoitetaan osallistumisaika ja tarkemmat ohjeet 19.9. mennessä [sähköpostitse](#).

Mahdollisesta peruutuspaikasta ilmoitetaan 1 – 2 päivää ennen tapahtumaa sähköpostilla. Ryhmissä on tilaa vain 30 ilmoittautuneelle ja etusijalla ovat ensimmäistä kertaa osallistuvat.

Lapselle mukaan Liikuntapassi, uimapuku ja pyyhe.

Norppatoiminta on Sukeltajaliiton jäsenseuran järjestämää toimintaa 7-17 – vuotiaille lapsille ja nuorille. GummiWihdassa Norppatoimintaan voi osallistua uimataitoinen vähintään 7–vuotias GummiWihdan jäsen. Norpat harjoittelevat snorkkelisukellusta, uintia, pelastamista ja pelastautumista unohtamatta leikkiä ja leikkimielisyyttä.

Yhteyshenkilö:

Tapautumaan liittyvät osallistujatiedustelut jne. Sari Pukkila, 0400498893 (ma – pe klo 18 – 21)

Norppatoimintaan liittyvät tiedustelut Raila Hakamäki, 0440966024

www.gummiwihta.com ja www.facebook.com/gummiwihta

Tietoja ei luovuteta kolmansille osapuolille ja tiedot poistetaan kun niitä enää tarvita.

SUUNNISTUS/ LOUNAIS-HÄMEEN RASTI

Suunnistus

Kolmena Iltarastikertana on mahdollista kokeilla suunnistusta helpolla 2 km:n radalla.

Suunnistuspaikat:

ti 11.9. Jokioinen, Paukkumäki (urheilukentän maasto)

ti 18.9. Tammela, Syrjänharju

ti 25.9. Forssa, Kaikula

Tarkempi paikka ilmoitetaan edeltävän sunnuntain Forssan lehdessä ja se on nähtävillä myös nettisivuilla www.lhr.fi/iltarastikalenteri.

Jos haluaa ohjattuun suunnistusharjoitukseen (sis. karttamerkkien opettelua ja ohjaus maastossa), saavu paikalle klo 17. Mikäli haluaa mennä esim. oman perheen kanssa radan, saa siitä yhtä lailla merkinnän passiin klo 16.30-18 välisenä aikana. Samoina iltoina on myös yörastit klo 20-21, josta saa myös passimerkinnän.

Ei ennakoilmoittautumista! Kun saavut paikalle, ilmoittaudu karttamyyntipisteellä.

Varusteet: Säänmukainen ulkoiluvaatetus, lenkkikossut (vaihtokengät on hyvä varata mukaan), juomapullo. Sade ei ole este suunnistusharjoitukselle, sadekelillä päälle sadeasu ja jalkaan kumisaappaat. Juomapullo kannattaa ottaa mukaan.

Yhteyshenkilö: Tarja Simola p. 050-5234509 (klo 15 jälkeen), [tarja.simola\(at\)tammela.fi](mailto:tarja.simola(at)tammela.fi), sekä www.lhr.fi.

TANSSI / JOKIOISTEN NUORISOSEURA TAHDITTOMAT

Kansantanssi, Viima-ryhmä 6-9 vuotiaat

Ajankohta: Keskiviikkoisin klo 18.00-19.00,
Tutustumiskerrat: 22.8., 29.8. ja 5.9.

Paikka: Miinan koulu, Koulutie 8, 31600 Jokioinen. Sisäänkäynti koulun keskustan puoleisesta päädyistä.

Varusteet: Kevyet sisäliikuntavaatteet, tossut, tanhukengät tai paljain jaloin sekä juomapullo. Kokeilu on ilmainen, ei ennakkoilmoittautumista.

Lisätietoja: Heidi Vaittinen, puh. 040-7771115, heidi_halonen1985@netti.fi

TANSSI / TANSSIKOULU 1st STEP

Disco/showtanssi: maanantaisin klo 16-16.45, 1.10. asti

Baletti 1, 7-9 vuotiaat: tiistaisin klo 16-17, 1.10. asti

Nykytanssi 7-10 vuotiaat: keskiviikkoisin klo 17-18, 1.10. asti

Paikka: Forssan teatteritalon ylin kerros. Vilppaankadun puolelta sisään

Varusteet: T-paita, legginssit tai joustavat housut, tukat, hiukset kiinni

Ennakkoilmoittautuminen: tanssikoulu1step(at)gmail.com

Yhteyshenkilö: Dany Riener-Salonen puh. 040-7303995, dany.reiner(at) pp.inet.fi.

HUOM! Yhdelle tanssitunnille voi osallistua vain kerran! Kokeilukerta on ilmainen.

UINTI / VESIHELMEN UIMASEURA

Uinti 1.-2.luokkalaisille

8.9.2018 La Klo 18.00 – 18.45

15.9.2018 La Klo 18.00 – 18.45.

Paikka: Viihdeuimala Vesihelmi, Eteläinen Puistokatu 2, 30420 Forssa. Tapaaminen sivuoven ulkopuolella klo 17.30.

Varusteet: Uima-asu, uimalasit, pyyhe.

Uimataitovaatimus 10m.

Ennakkoilmoittautuminen: Kummallakin kerralla mukaan mahtuu 15 uimaria, paikat täytetään ilmoittautumisjärjestyksessä.

Ilmoittautuminen sähköpostilla: uimakoulut@veus.fi

Viestiin seuraavat tiedot: lapsen nimi, koulu ja luokka, huoltajan nimi ja puhelinnumero sekä kummalle liikuntapassi uintikerralle ilmoittaudut.

UINTI / VIIHDEUIMALA VESIHELMI

Uinti 1.-2.luokkalaisille

Omatoimista uimista oman huoltajan kanssa.

Hinta: 4 euroa/ passilainen. Maksu kassalle ja kassalta leima myös passiin.

Paikka: Viihdeuimala Vesihelmi, Eteläinen Puistokatu 2, 30420 Forssa.

Varusteet: Uima-asu, pyyhe

Lisätietoa: Esitä passisi kassalla niin saat uinnin alennettuun hintaan sekä leiman passiin.

VOIMISTELU/ FORSSAN NAISVOIMISTELIJAT

Rytminen voimistelu

Ajankohta: Lauantaisin klo 10-11. Mukaan voi tulla 8.9. ja 22.9.

Paikka: Talsoilan koulun liikuntasali, Talsoilankatu 32, Forssa.

Varusteet: Joustava sisäliikunta-asu

Ennakkoilmoittautuminen: fnvharrasteliikunta(at)gmail.com

Lisätietoa: Monica Seutu puh. 041 507 9193

Joukkuevoimistelu

Ajankohta: Tiistaina 28.8. ja 4.9. sekä torstaina 6.9. Aika on molempina päivinä klo 17.00-18.30

Paikka: Forssan ammatti-instituutin liikuntasali, Saksankatu 27, Forssa.

Varusteet: Joustava sisäliikunta-asu

Ennakkoilmoittautuminen: Ei ilmoittautumista

Lisätietoa: Maria Arjoniemi p. 040 067 2930

YLEISURHEILU / TAMMELAN RYSKE

Kesän yleisurheilukoulu:

Ajankohta: Maanantaisin 3.9. ja 10.9. klo 18.30-19.30 (ilmoittautuminen 18.20)

Osoite: Tammelan liikuntakeskuksen urheilukenttä, Kyöpelintie 20 Tammela

Lisätietoa: Sään mukainen varustus ja juomapullo mukaan

Ennakoilmoittautuminen: yleisurheilu@tammelanryske.fi

Yhteyshenkilö: Johanna Rekola, p. 050 3377097, [jtrekola2012\(at\)gmail.com](mailto:jtrekola2012@gmail.com)

Talven yleisurheilukoulu:

Ajankohta: Perjantaisin 5.10 ja 12.10. klo 17.00-18.00

Osoite: Tammelan koulukeskuksen liikuntasali, Koulutie 1, Tammela

Lisätietoa: Varusteena sisäliikuntaan sopivat vaatteet, sisäpelikengät tai paljaat varpaat, juomapullo.

Ennakoilmoittautuminen: yleisurheilu@tammelanryske.fi

Yhteyshenkilö: Johanna Rekola, p. 050 3377097, [jtrekola2012\(at\)gmail.com](mailto:jtrekola2012@gmail.com)

Talven yleisurheilun kilparyhmä/hiihtokoulu yhteisharjoitus:

Ajankohta: keskiviikkona 24.10. klo 18.30-19.30/20.00

Osoite: Tammelan liikuntakeskuksen urheilukenttä, Kyöpelintie 20 Tammela

Lisätietoa: Sään mukainen varustus ja juomapullo mukaan

Ennakoilmoittautuminen: yleisurheilu@tammelanryske.fi

Yhteyshenkilö: Johanna Rekola, p. 050 3377097, [jtrekola2012\(at\)gmail.com](mailto:jtrekola2012@gmail.com)