

Infoa ja toimintatavat

HUOM! Juniorivalmennuksessa olevilla harjoitus alkaa n. 15 min aikaisemmin alkulämmittelyllä sekä jatkuu n. 20 min fysiikalla harjoitusajan jälkeen. Fysiikkaviikot selviävät juniorivalmennussuunnitelmasta joka löytyy myös kotisivun oikeasta reunasta.

Viikko-ohjelmasta selviää harjoitusajan lisäksi ryhmän pelaajat sekä valmentajan nimikirjaimet. Jos jostain syystä et pääse treeneihin niin voititteko ystävällisesti ilmoittaa kyseiselle valmentajalle viestillä (WhatsApp tai teksti) ettet pääse paikalle heti kun tiedät asiasta. Valmentaja voi ottaa suunnitelmassa huomioon ketä tulee paikalle. Lisäksi on mahdollista ottaa joku korvaamaan poissaolotunteja (**korvaaminen vain jos ryhmän valmentajalle sopii ja pelaaja on ryhmän tasoinen, aikuisilla värikoodin mukaan. Seuralla ei ole velvollisuutta järjestää korvaustunteja vaan me pyrimme tarjoamme niitä jos tilaa on, muista kysyä**).

Ari Oikarinen (AO), 044-0841906
Alpo Kärkkäinen (AK), 0408338454
Roope Korhonen (RK), 0440-263455
Sami Närhi (SN), 050-5855955
Taneli Tenhunen (TT), 045-6774909
Janne Huopio (JH), 045-6506319

Harjoitusohjelmat:

Harjoitusohjelmat (viikko/laskutusrytmi) löytyvät oikeasta reunasta kotisivulta. Ryhmät noudattavat harjoitusohjelman pääaiheita joita ryhmän valmentaja ryhmän tason mukaan soveltaa.

Jäsenmaksu:

Seura tarjoaa valmennusta vain jäsenistölle joten ryhmissä olevien pelaajien on oltava seuran jäseniä. Jäsenmaksu on junioreilla 35 €/kalenterivuosi ja aikuisilla 55 €/kalenterivuosi. Jäsenmaksu liitetään vuoden alussa ensimmäisen valmennusmaksun yhteyteen.

Jäsenet saavat pelaamistaan irtotunneista hallissa 2 €:n alennuksen, sekä Intersportista saa jäsenkorttia esittämällä alennuksia ostoksista. Intersportin jäsenetulaput löydät hallin ilmoitustaululta.

Jos sinulla on kysyttävää seurastamme, valmennuksestamme tai laskutuksista niin katso kotisivun vasemmasta reunasta keneen kannattaa ottaa yhteyttä. Siinä on eritelty asiat ja yhteyshenkilöt. Lisäksi valmentajilta voi kysyä tai ainakin he laittavat asian eteenpäin.

Muistakaa seurata kotisivuja viikoittain koska siellä kerrotaan esim. muutoksista, uusista tapahtumista, juhlapyhien treeneistä, leireistä jne.

Sekä vielä muistutus:

Laskutus- ja toimintatapainfoa sekä oikeudet että velvollisuudet:

Kaikkien ryhmien laskutus tapahtuu jälkikäteen kuukausittain aina kuun vaihtuessa (kevätkausi yht. 22 viikkoa eli 5 kk). Laskutusviikot määräytyy harjoitusohjelman mukaan. Harjoitusohjelmat suunniteltu 4 tai 5 viikon jaksotukselle/kk. Laskuun on merkitty laskutusviikkojen määrä.

Jos pelaaja loukkaantuu tai sairastuu pitemmäksi aikaa on pelaajalla mahdollisuus katkaista laskutus kahden viikon omavastuun jälkeen. Pelaaja on ilmoitettava asiasta heti esim. loukkaantumisen jälkeen ryhmän valmentajalle ja Ari Oikariselle, ari.oikarinen@karvapallo.fi.

Laskutus jatkuu kun pelaaja tulee takaisin. VAIN noissa kahdessa ed.mainituissa tapauksessa toimimme näin (esim. omat lommat eivät vaikuta asiaan).

Hinnat:

Aikuisvalmennus:

4 hlö: 17 €/h

5 hlö: 15 €/h

6 hlö: 13 €/h

Juniorivalmennus:

4,5 tuntia tai vähemmän/vko: 14,5 €/h

5 tuntia tai enemmän/vko: 12 €/h

Tenniskoulut (2 krt ja 2 h/vko):

70 €/kk

Irtisanomisaika ryhmäpaikasta kaikilla pelaajilla on 1 kalenterikuukausi etukäteen ilmoitettuna kirjallisena ari.oikarinen@karvapallo.fi, jonka jälkeen katkaisemme laskituksen. Tämä sen vuoksi jotta pystymme tarjoamaan toisille ryhmäpaikkaa tai etsimään tilalle uuden pelaajan.

MEILLÄ ON RYHMÄT JA HALLI TÄYNNÄ PELAAJIA JOTEN PYYDÄMME KAIKILTA HIUKAN KÄRSIVÄLLISYYTTÄ JA ILOISTA MEININKIÄ NIIN HYVÄ TULEE.

HYVÄÄ KEVÄTKAUDEN ALOITUSTA JA TSEMPPIÄ UUTEEN VUOTEEN.