

Hei bouncelainen!

Syyskausi on pyörähtänyt käyntiin ja sen myötä saapuu myös syksyn ensimmäinen **Bounceposti!** Bounceposti ilmestyy kerran kuussa ja kertoo ajankohtaisista asioista ja tapahtumista sekä nostaa esiin meille tärkeitä vastuullisuustekoja.

Vanhempainilta Teamsissa 25.8. klo 18–19

Tervetuloa kuulemaan seuran toiminnasta, harrastamisesta Bouncella ja vastuullisuustyöstämme! Illan aikana keräämme myös palautetta ja ideoita toiminnan kehittämiseen.

Teams-linkki: https://teams.microsoft.com/l/meetup-join/19%3ameeting_ZTkWNTdhOGEtNDU3YS00ODVklWEzYTYtY2JmODQ5NGU5ZmYw%40thread.v2/0?context=%7b%22id%22%3a%22ac785855-58b1-47bd-9e22-a95c0ffca4f1%22%2c%22oid%22%3a%2222406df1-832c-4b78-b932-cdee502b2aab%22%7d

Lisätreeni nyt -30 % / Perhe -20 %

Syksyn ryhmissä on vielä muutamia paikkoja!

- Harrastaja: **toinen ryhmä -30 %** (sama tai eri laji)
- Perheenjäsen: **-20 %** kaikkiin harrasteryhmiin

[Tutustu ryhmiin ja ilmoittaudu](#)

Alkavat ryhmät – vielä ehdit mukaan!

Tiistilän koulu:

MiniLiikkari 2–4 v. + aikuinen

20.8.–3.12. | Ke 17.10–17.55 | 165 €

Motorisia perustaitoja, temppuratoja ja liikunnan iloa yhdessä aikuisen kanssa.

Cheer harraste/minit alkeet (Bloom 2016–2013)

20.8.–3.12. | Ke 19.00–20.00 | 200 €

Cheerleadingin perusteet ja akrobatiaa.

Aikuisten vaihtuva jumppa

3.9.–3.12. | Ke 18.00–18.45 | 130 €

Joogaa, lihaskuntoa ja kehonhuoltoa – sopii kaikille.

Jousenkaaren koulu:

Temppukerho 3–6 v.

3.9.–10.12. | Ke 18.10–18.55 | 154 €

Leikkejä, pelejä ja temppuratoja, jotka kehittävät liikuntataitoja.

Bouncen halli:

MiniLiikkari 1–3 v. + aikuinen

15.9.–6.10. | Ma 9.15–10.00 | 40 €

Maksuton kokeilukerta ma 25.8. klo 9.15–10.00.

Vapaaharjoitteluvuorot (Open Gym)

Omatoimista treeniä hallin välineillä yksin, perheen tai kavereiden kanssa. Valvoja paikalla.

[Katso aikataulut ja hinnat](#)

Syksyn akrobatiakurssit

Kaikille tasoille sopivia teemakursseja – harjoitteita sovelletaan jokaiselle sopivaksi.

Käsilläseisonta & arabialainen 21.8.–18.9. (to 19.30–21.00)

Siltakaato 23.8.–27.9. (la 15.00–16.30)

Flikki (ke) 20.8.–17.9. (ke 19.30–21.00)

Flikki (pe) 22.8.–19.9. (pe 19.30–21.00)

Flikki jatko 25.9.–11.10. (to & la)

Voltti 23.8.–27.8. (la 16.30–18.00)

Kurssit 65 €

[Tutustu kursseihin ja ilmoittaudu](#)

Syyslomaleirit 13.–15.10.

Kolmen päivän liikuntaleirit alakouluikäisille: trampoliinivoimistelu tai cheerleading.

Hinta 120 €

[Lue lisää ja ilmoittaudu](#)

Elokuun vastuullisuusnosto: Turvallisempi ja esteettömämpi halli kaikille

Kesän aikana olemme tehneet hallilla remonttia parantaaksemme **turvallisuutta ja esteettömyyttä**.

Tähän mennessä olemme mm.:

- suojanneet sulakekaapin koteloinnilla
- rakentaneet umpinaiset portaat
- lisänneet reunakaiteen lavan ja permannon väliin

Seuraavaksi lisäämme **kaiteita ja kaide-elementtejä** sekä rakennamme **saavutettavamman wc-tilan** palvelemaan myös pyörätuolilla liikkuvia ja muita erityistarpeita omaavia käyttäjiä.

Turvallisuus ja esteettömyys ovat meille tärkeitä arvoja – **otamme mielellämme vastaan palautetta ja ideoita** hallin kehittämiseksi niin turvallisuuden, viihtyisyyden kuin saavutettavuuden osalta.

Yhdessä rakennamme paikan, jossa jokainen voi harrastaa ilolla ja turvallisesti.

Aurinkoisin terveisin,
Bouncen toimisto