

Ihanaa kevään alkua Bouncelaiset!

Maaliskuun Bouncepostissa löytyy tietoa muun muassa kevään ja kesän toiminnasta, kuukauden vastuullisuusnoston sekä kisakauden kuulumisia.

Loppukauden harrasteryhmät -50 %

Loppukauden harrasteryhmien harjoitusmaksusta saa -50 % alennuksen! Ota itsellesi toinen treenikerta, kokeile uutta lajia tai tuo vaikka perheenjäsenesi treenaamaan! [Ryhmäkalenterista](#) näette ryhmät, joissa on vielä vapaita treenipaikkoja. Huom! Kurssit eivät kuulu -50% alennusryhmään.

Ilmoittautuessa hoika jäsenrekisterissä lasku muodostuu automaattisesti alennetulla hinnalla, kun valitsette maksuvaihtoehdoksi "Kauden puoliväli alennus -50%" -hinnan.

MiniLiikkari 2 –kurssit

Kevään ensimmäiset MiniLiikkari-kurssit Bouncen hallilla ovat ohi. Uusi kurssi käynnistyy lauantaina ensimmäisen kurssin jälkeen. Ilmoittaudu mukaan lauantain Miniliikkari 2 –kurssille hoika [jäsenrekisterissä!](#)

MiniLiikkari on tarkoitettu 2-4-vuotiaille yhdessä oman aikuisen kanssa. Kurssilla harjoitellaan monipuolisesti motorisia perustaitoja erilaisten temppuratojen ja toimintapisteiden avulla. Kurssin hinta on 75 €.

Lauantaisin klo 11.00-11.45

Ajalla 14.3.-2.5.2025 (Huom! Pääsiäisenä 4.4. ei ole harjoituksia)

KESÄTOIMINTA

Kesäleirit

Bounce järjestää kesällä liikunnallisia päiväleirejä 7-12-vuotiaille lapsille sekä cheerleadingissa että trampassa. Leireillä on ohjattua toimintaa klo 9.00-15.00. Ohjaajat ovat paikalla klo 8.00-16.00 joustavan saapumisen ja lähtemisen mahdollistamiseksi. Lisätietoja leireistä saatte [nettisivuilta](#) ja toimisto@bounce-espoo.fi

Kesän leirien ajankohdat:

- Ma-pe 1.-5.6. BOUNCEN KESÄLEIRIT 1: Kesäloman cheerleading- ja trampoliinivoimisteluleirit
- Ma-pe 8.-12.6. BOUNCEN KESÄLEIRIT 2: Kesäloman cheerleading- ja trampoliinivoimisteluleirit
- Ma-ke 15.-17.6. BOUNCEN KESÄLEIRIT 3: Kesäloman cheerleading- ja trampoliinivoimisteluleirit
- Ma-ke 22.-24.6 BOUNCEN KESÄLEIRIT 4: Kesäloman cheerleading- ja trampoliinivoimisteluleirit
- Ma-ke 3.-5.8. BOUNCEN KESÄLEIRIT 5: Kesäloman cheerleading- ja trampoliinivoimisteluleirit

Leiri-ilmoittautuminen on nyt auki [Hoikassa!](#)

Kesäkurssit

Kauden päätteeksi järjestämme myös erilaisia kesäajan lyhytkursseja:

- Miniliikkari kesäkurssi
- Minininja kesäkurssi
- Trampoliinivoimistelun kesäkurssi 7-12v
- Sporttikerho kesäkurssi
- Aikuisten akro + tramppakurssi
- Cheerleading alkeiskurssit

Kurssien tarkemmat ajat ja lisätiedot päivitetään nettisivuille ensi viikolla!

Laskutus

Varmistatthan, että olette maksaneet Bouncen kausimaksun, jäsenmaksun sekä muut mahdolliset maksut eräpäivään mennessä! Vuoden 2026 jäsenmaksuja sekä kausimaksuja on rästissä vielä huomattava määrä, joten hoidatthan laskun kuntoon pikimmiten! Mikäli haluatte sopia maksujärjestelyistä, otatthan yhteyttä toimisto@bounce-espoo.fi.

Kuukauden vastuullisuusnosto

Turvallisuus on yksi seuramme arvoista. Se tarkoittaa fyysisen turvallisuuden lisäksi myös henkisesti ja psyykkisesti turvallista harjoitusympäristöä, jossa jokainen urheilija, harrastaja, valmentaja, ohjaaja ja muu seuratoimija voi toimia ja kehittyä omana itsenään.

Henkisesti turvallisessa seurassa:

- Jokainen saa yrittää, oppia ja myös epäonnistua ilman pelkoa nolatuksi tulemisesta
- Kannustamme toisiamme ja puhumme toisillemme kunnioittavasti
- Valmentajat asettavat tavoitteita, mutta huomioivat urheilijoiden yksilölliset tarpeet ja jaksamisen
- Onnistumisia juhlistetaan yhdessä ja haasteita kohdataan rakentavasti
- Jokaisella on oikeus kertoa, jos jokin tuntuu väärältä tai epärealulta.

Turvallinen ilmapiiri luo parhaat edellytykset sekä onnistumisille että pitkäaikaiselle harrastamisen ilolle. Haluamme, että Bounce seurana on paikka, jossa jokainen voi kasvaa, kehittyä ja onnistua turvallisesti.

Kisakauden terveiset

Bouncen cheerleaderit kisasivat 8 joukkueen voimin Monkey Madnes kilpailuissa. Viikonloppu oli täynnä energiaa, rohkeutta, onnistumisia ja huikeaa tiimihenkeä. Jokainen Bouncen joukkue toi kilpailumatolle oman säihkeensä ja näytti, mitä yhdessä tekeminen, harjoittelu ja hyvä joukkuehenki voivat

parhaimmillaan olla.

Kisapäivä tarjosi paljon onnistumisia ja upeita suorituksia eri ikäluokilta. Jokainen joukkue teki hienoa työtä ja esiintyi ylpeästi edustaen seuraa.

Tulokset kisapäiviltä:

Youth Team – 3/3

Junior Team – 2/4

Brilliant – 7/8

Brisk – 5/8

Boosters – 1/1

Bulletproof – 5/6

Breezy – 4/7

Keväisin terveisin,

Bouncen toimisto