

Hei!

Bouncen kevätkauden alku lähenee ja kohta päästään treenaamaan! Tästä kirjeestä löydät muun muassa kauden aikataulun, ohjaajien yhteystiedot, pelisäännöt ja ongelmanratkaisupolun.

Kevätkauden 2023 aikataulu

Pe 13.1. KAUSI ALKAA!

Tervetuloa mukaan!

Ma-Su 20.-26.2. TALVILOMA (vko 8)

Ei harjoituksia. Talvilomalla Bounce järjestää lasten trampoliinipainotteisia liikuntaleirejä sekä cheerleading-leirejä. Talvilomaleirien ilmoittautuminen on auki Hoikassa.

La 18.3. TALVIRIEHA

Bouncen liikunnallisessa talviriehassa on luvassa toimintaa koko perheelle. Tapahtumassa vapaata pomppimista trampoliineilla, temppurataa, cheerleading-kokeilupiste ja paljon muuta. Tarkempi aikataulu ja lisätiedot julkaistaan myöhemmin.

Pe-Ma 7.-10.4. PÄÄSIÄINEN

Ei harjoituksia.

29.4. BOUNCEN CHEERLEADING-KEVÄTNÄYTÖS

Bouncen cheerleadereiden kevätinäytöksessä esiintyvät kaikki Bouncen cheerleading-joukkueet. Tarkempi aikataulu sekä lisätiedot julkaistaan myöhemmin.

Ma 1.5. VAPPU

Ei harjoituksia.

Ma 8.5. KAUSI PÄÄTTYY!

Maanantain 8.5. harjoitukset vielä normaalisti. Huom! Maanantain ryhmillä harjoitukset myös 15.5.

Ti-Ke 9.-11.5. KORVAAVAT HARJOITUKSET

Edellä mainittujen tapahtumien / juhlapyhien vuoksi peruuntuvia harjoituksia ei korvata, kyseiset tapahtumat ovat huomioitu kauden pituutta suunnitellessa. Jos tunti jää muulloin pitämättä seurasta johtuen, se korvataan lähtökohtaisesti tällä viikolla. Korvausviikolla järjestetään lisäksi muutamia yleisiä korvaavia harjoituskertoja.

La 13.5. BOUNCEN TRAMPOLIINIVOIMISTELUKILPAILUT

Bounce järjestää trampoliinivoimistelukilpailut.

Ma-Pe 5.-9.6. BOUNCEN KESÄLEIRIT 1

Kesäloman cheerleading- ja trampoliinivoimisteluleirit

Ma-Pe 12.-16.6. BOUNCEN KESÄLEIRIT 2

Kesäloman cheerleading- ja trampoliinivoimisteluleirit

Ma-Ke 19.-21.6. BOUNCEN KESÄLEIRIT 3

Kesäloman cheerleading- ja trampoliinivoimisteluleirit

Kesäleirien ilmoittautuminen aukeaa tiistaina 21.2. klo 10.00.

Harjoitusaikanne voitte tarkistaa kirjautumalla osoitteeseen:

<http://bounce-espoo.fi/ilmoittautuminen/>. Täältä näette tiedot ryhmästä/ryhmistä, johon/joihin olette itsenne tai lapsenne ilmoittanut. Huolehdittehan, että olette ilmoittautuneena vain ryhmiin, joihin aiotte osallistua. Kisaryhmien ja -joukkueiden kauden pituus poikkeaa ylläolevasta harrastekauden aikataulusta. Tiedotamme tästä kyseisiä ryhmiä erikseen sähköpostitse.

Seuran toimintaan tutustuminen:

Nettisivuiltamme löydät materiaalit-osiosta seuran toimintaan liittyviä materiaaleja kuten säännöt, pelisäännöt sekä seuran toimintalinjan. Harrastajan pelisäännöt sekä seuran ongelmanratkaisupolku löytyvät myös tämän kirjeen lopusta.

Ohjaajamuutokset ja yhteydenpito seuran ja kotiväen välillä:

Ohjaajiin on tullut muutoksia kevätkaudelle siirryttäessä. Tarkistattehan oman ryhmänne ohjaajan kirjautumalla ilmoittautumisjärjestelmään ja tarkistamalla omat osallistumiset. Kauden aikana vanhemmat voivat olla yhteydessä harrastajan ryhmän ohjaajaan tai toimistoon. Ohjaajien ja toimiston yhteystiedot alla.

Ohjaajien yhteystiedot:

TRAMPPA JA PIENTEN LASTEN LIIKUNTA

Ella Korhonen, p. 045 888 7338
Kiia Kukkonen, p. 044 204 6775
Milla Hokkanen, p. 040 515 6606
Louna Laiho, p. 044 031 4050
Ida Aulaskoski, p. 045 848 0558
Siiri Kivistö, p. 045 342 6196
Salla Salmijärvi, p. 040 543 2820
Karla Strbian p. 040 7748078
Kerttu Kosonen p. 045 104 5522
Riikka Koponen p. 045 314 0847
Elli Huovinen p. 044 230 1156

CHEERLEADING

Alli Kuivalainen p. 040 164 6446
Frida Korvenoja p. 045 166 0185
Peppi Forsblom p. 044 012 4402
Jenna Kotakorpi p. 040 411 8794
Vilma Huhtala p. 050 598 7127
Tilly Thureson p. 045 650 0445
Ronja Aalto p. 040 154 8351

Toimiston yhteystiedot:

Yleisesti seuran toimintaan, harrasteryhmiin, ilmoittautumiseen, vakuutukseen sekä muut seuraan liittyvät asiat

toimisto@bounce-espoo.fi ja

Petriina Marttala

petriina@bounce-espoo.fi / p. 045 120 5320

Laskutus, MiniNinjat, MiniLiikkari ja MiniBounce
Riikka Koponen, p. 045 314 0847, riikka@bounce-espoo.fi

Bouncy-ryhmät sekä trampoliinivoimistelun kilparyhmät
Ella Korhonen, p. 045 888 7338, ella@bounce-espoo.fi

Cheerleadingiin liittyvät asiat:
Frida Korvenoja, cheerleading@bounce-espoo.fi

Harjoituspaikka, hallille saapuminen ja pysäköinti:

BounCen harjoitustilat sijaitsevat osoitteessa Kutojantie 12, Espoo. Pysäköintiä varten hallin pihassa on muutama 3h kiekkopaikka ja maksullisia paikkoja. Huomioithan tarkasti, pysäköitkö kiekkopaikalle vai maksulliselle paikalle. Parkkipirkko on ahkera. Muutaman sadan metrin säteellä hallista löytyy maksuttomia parkkipaikkoja. Sisäänkäynti halliin tapahtuu 3h parkkipaikkojen vasemmalta puolelta nosto-ovesta. Päästyäsi sisään seuraa BounCe-opasteita vasemmalle ja löydät odotustilan sekä BounCen tilojen sisäänkäynnit (kaksi eri salia). Ohjaaja hakee osallistujat odotustilasta treenien alkaessa. Mahdolliset eväät syödään odotustilan viereisessä yleisessä taukotilassa.

Kutojantie 12:ssa on BounCen lisäksi muita toimijoita. Pysyttelettehän ainoastaan BounCelle varatuilla alueilla. Vanhemmat voivat jäädä hallin odotustilaan lasten harjoitusten ajaksi. Harjoitussali on tarkoitettu vain harrastajille. Annetaan harrastajille ja ohjaajille harjoittelurauha. Vieressämme toimivalla Stars-arenalla järjestetään salibandy-pelejä. Ottelutapahtumiin sisältyy äänekäs musiikki ja ottelupäivinä Bouncen harjoitusten sisällöt suunnitellaan niin, että pystymme harjoittelemaan turvallisesti taustaanistä huolimatta.

Kuvauslupa:

Kuvauslupa tarkoittaa, että BounCe ja sen yhteistyökumppanit saavat julkaista tunnistettavan kuvan tai videon (ilman nimeä) harrastajasta omissa kanavissaan. Kuvauslupa on kysytty jokaiselta mukaan ilmoittautuneelta rekisteröitymisen yhteydessä. Tarkistatthän tiedoistanne, että olette vastannut kysymykseen.

Turvallisuus ja vakuutus:

Kaikki seuran jäsenet (myös aikuiset) ovat vakuutettuja Voimisteluliiton Jumppaturva-vakuutuksella (lisätietoa www.voimistelu.fi, hae jumppaturva). Vakuutus sisältyy seuran jäsenmaksuun, joka maksetaan kalenterivuoden ensimmäisen ilmoittautumisen yhteydessä. Vuonna 2023 jäsenmaksu on 35€. **Tarkistathan, että maksat jäsenmaksulaskun ennen ensimmäisiä harjoituksia!**

BounCen harjoitustiloihin ei saa mennä ennen harjoitusten alkua eikä silloin, kun ohjaaja ei ole paikalla. Omien treenien alkua odotetaan odotustilassa. Vakuutus on voimassa vain harjoiteltaessa seuran ohjaajan johdolla. Trampoliinivoimistelu ja cheerleading ovat turvallisia lajeja, mutta harjoittelu edellyttää turvaohjeiden noudattamista.

Lajiin tutustuminen, paikan peruuttaminen ja poissaolot:

Uusi harrastaja voi käydä kokeilemassa lajia sitoumuksetta kaksi kertaa (2 viikkoa). Paikan voi halutessaan peruuttaa kahden kokeilukerran jälkeen. Tällöin jo maksettu harjoitusmaksu palautetaan, mutta jäsenmaksu pidätetään. Peruutus tapahtuu ilmoittamalla s.postitse osoitteeseen toimisto@bounce-espoo.fi.

Harjoituksista poisjäännistä pitää ilmoittaa ohjaajalle tekstiviestillä mieluiten hyvissä ajoin ennen harjoitusta. Satunnaisia poissaoloja ei hyvitetä. Pidempiaikaisesta sairaudesta aiheutunut poissaolo voidaan hyvittää lääkärintodistuksen perusteella. Kauden

ensimmäisten harjoitusten poissaolosta voi ilmoittaa osoitteeseen: toimisto@bounce-espoo.fi.

Jos harrastaja on ilmoittamatta poissa harjoituksista kolme peräkkäistä kertaa, hänen katsotaan luopuneen paikastaan ryhmässä. Jos harrastaja lopettaa kesken kauden, tästä pyydetään ilmoittamaan osoitteeseen: toimisto@bounce-espoo.fi

Tervetuloa mukaan Bouncen kevään ryhmiin!

Harraste- ja seuratoiminnan koordinaattori Petriina Marttala sekä BounCen ohjaajat



PELISÄÄNNÖT

1. Tulen tunnille ajoissa ja odotan harjoitusteni alkua odotustilassa salin sisäänkäynnin luona
2. Jätän kengät salin ulkopuolelle niille varattuun paikkaan. Vaatteet ja tavarat voin tuoda sisälle saliin lokerikkoon/naulakkaan.
3. Tulen tunnille urheiluvaatteissa hiukset kiinni, ilman kelloja ja koruja.
4. Otan mukaan oman juomapullon. Juon janooni vettä. Mahdolliset eväät syön taukotilassa.
5. Osallistun alkuverryttelyyn.
6. Emme tarvitse kännyköitä treeneissä! Erillisen luvan esim. kuvaukseen voi tarvittaessa pyytää ohjaajalta
7. Kuuntelen ohjaajaa ja noudatan annettuja ohjeita
8. Menen trampoliinille vasta saatuani luvan ohjaajaltani
9. En koskaan mene trampoliiniin tai päätyjen alle enkä päädyille
10. Käyttäydyn hyvin ja huomioin muut harrastajat
11. Siivoan aina jälkeni
12. Yritän parhaani ja kannustan kavereitani, en koskaan kiusaa ketään
13. Tulen hallille vain, kun minulla on ohjatut harjoitukset
14. Käytän hallissa vain BounCen käyttöön tarkoitettuja tiloja. En mene muiden seurojen alueelle.
15. Kerron ohjaajalleni, mikäli huomaan jonkun toisen rikkovan yhteisiä pelisääntöjä

BOUNCEN ONGELMANRATKAISUPOLKU

Ongelmanratkaisupolku on Bouncen hallituksen ja työntekijöiden hyväksymä toimintamuoto, jonka käyttöön on sitouduttu seurassamme.

Seuran toimintaa tukemaan on laadittu yhteiset pelisäännöt harrastajille, ohjaajille ja valmentajille sekä vanhemmille. Pelisäännöt lähetetään harrastajien vanhemmille kauden alussa. Lisäksi pelisäännöt käydään harrastajien kanssa läpi kauden ensimmäisissä harjoituksissa ja niihin palataan tarvittaessa kauden aikana. Pelisäännöt löytyvät myös seuran nettisivuilta. Turvalliseen toimintaan kuuluvat myös salin yleiset säännöt. (<https://bounce-espoo.fi/pelisaannot/>) Seurassamme ei sallita minkäänlaista häirintää, kiusaamista tai epäasiallista kohtelua. Ongelmatilanteisiin puututaan nopeasti ja avoimesti. Ongelmatilanteet ratkaistaan yhdessä asianomaisten kanssa.

Ongelmanratkaisupolkua käytetään, jos seuratoiminnassa ilmenee seuran arvojen tai sääntöjen vastaista toimintaa. Ongelmanratkaisupolku koskee kaikkia seuran toiminnassa mukana olevia henkilöitä: seuran työntekijöitä, harrastajia ja vanhempia. Seurassamme ongelmia lähdetään ratkomaan seuraavan polun mukaisesti:

Harrastajan epäsopiva käytös:

1. Ongelma pyritään ensisijaisesti ratkaisemaan välittömästi ryhmän ohjaajan/valmentajan ja asianomaisten kesken harjoituksissa. Ohjaaja arvioi tilannekohtaisesti, kerrotaanko keskustelusta tässä vaiheessa vanhemmille sekä lähiesihenkilölle.
2. Jos ongelma ei ratkea, ohjaaja/valmentaja on yhteydessä lähiesihenkilöön. Keskusteluun otetaan mukaan myös asianomaisten vanhemmat, joiden kanssa keskustellaan hyvässä ja avoimessa yhteistyöhengessä sekä sovitaan yhteiset toimintaohjeet tilanteen ratkaisemiseksi.
3. Ongelman jatkuessa lähiesihenkilö tuo asian seuran kokopäiväisten työntekijöiden tietoisuuteen ja ongelmaa käsitellään yhteisessä palaverissa, jossa ongelmaan pyritään löytämään ratkaisu sekä valitaan jatkotoimenpiteet.
4. Ongelman jatkuessa ohjaajan lähiesihenkilö menee seuraamaan harjoituksia ja pyrkii ratkomaan ja selvittämään harjoituksissa mahdollisesti esiintyvää ongelmaa yhdessä asianomaisten kanssa.
5. Asiaan osallistunut lähiesihenkilö on uudestaan yhteydessä vanhempiin ongelman ratkaisemiseksi (esimerkiksi ryhmävaihdos ym.) sekä myös, jos ongelma on saatu ratkaistua.
6. Mikäli ongelma ei ratkea edellä olevilla toimenpiteillä lähiesihenkilö vie asian seuran hallituksen tietoon.
7. Seuran hallitus määrittelee tarvittavat toimenpiteet asian ratkaisemiseksi. Mikäli asian ratkaisemiseksi ei löydetä enää keinoja, on viimeisenä vaihtoehtona harrastajan erottaminen seurasta.

Seuran työntekijän epäsopiva käytös:

1. Ongelman ilmettyä lähiesihenkilö keskustelee ohjaajan kanssa ilmenneestä ongelmasta ja sopii tarvittavat jatkotoimenpiteet.
2. Asia käydään läpi asianomaisten kanssa ja pyritään löytämään ratkaisu ongelmaan.
3. Jos ongelma ei ratkea edellä olevilla toimenpiteillä, asia viedään seuran hallituksen tietoon ja käytöksestä voidaan antaa huomautus.
4. Jos epäsopiva käytös jatkuu huomautuksesta huolimatta, voidaan antaa varoitus.
5. Ellei ongelma ei ratkea edellä olevilla toimenpiteillä ja ongelman ratkaisemiseksi ei löydetä keinoja, on viimeisenä vaihtoehtona työsuhteen purkaminen.

- Jos harrastaja toimii väärin, tilanteeseen puututaan asiallisesti, rehellisesti ja lapsen kehitystaso huomioiden.
- Harrastajalle tulee viestiä selkeästi, jos hän toimii väärin ja antaa hänelle myös mahdollisuus korjata toimintaansa.
- Ongelmatilanteista keskustellaan hyvässä ja avoimessa yhteistyöhengessä.
- Tilanteet käsitellään luottamuksellisesti ja asiallisesti.
- Ongelmatilanteissa kuunnellaan kaikkia ongelman osapuolia tasa-arvoisesti.

Ongelmanratkaisupolku on seuran ensisijainen työkalu haastaviin tilanteisiin. Mikäli polku ei tuo riittävästi tukea, voi apua ja tukea hakea myös esimerkiksi valtakunnallisesta Et ole yksin - palvelusta:

Et ole yksin palvelu: <https://etoleyksin.fi/>

Lisäksi alla olevassa mallissa on kuvattu voimistelun toimintatavat epäasiallisen käytöksen tapausten käsittelyyn.
Epäasialliseen käytökseen puuttumisen malli: https://409bd6e0-4ec0-4f56-b286-8f516e4b7777.filesusr.com/ugd/966b6c_c37afc368c7a4de48ec1d56225b97fec.pdf