

CHEETAHS



Joukkueen koko: 20-30

Ikävuodet: 2004-2008

Valmentajat:

Suvi Luomala
0407176963
suvi.k.luomala@utu.fi

Neea Tiermas
0443351030
neea_mtt@hotmail.com

Apuvalmentajan rekrytointi on käynnissä.

Harjoitukset:

ti klo 19-20.30
su klo 18-20

Harjoitukset järjestetään Manhattan Sport Centerillä (Pitkämäenkatu 4 B 4 krs.) ellei toisin mainita.

Syyskauden ensimmäiset harjoitukset ovat 13.8.2019

Joukkueen toimintaperiaate:

Joukkue esiintyy seuran näytöksissä.

Joukkueen tavoitteet:

Cheetahs on junioreiden cheerleadingjoukkue, joka harjoittelee kaksi kertaa viikossa. Joukkueen tavoitteena on harjoitella level 1-2 taitoja, sekä ohjata urheilijoita oikeanlaiseen fysiikkaharjoitteluun ja pitää yllä peruskuntoa.

BUDJETTI:

- Kausimaksu 250€/syyskausi
- Jäsenmaksu 20€/vuosi
- Harrastevakuutus 27€ tai oma cheerleadingin kattava vakuutus
- Varusteet
 - Joukkuepaita n. 25€
 - Rusetti n. 15€
 - Musiikki n. 15-20€
- Joukkueillat n. 20€
- Leirimaksut 1€/h

TÄRKEÄT PÄIVÄMÄÄRÄT:

- 24.8 klo 12-16 Joukkueen oma leiri
- 25.8. klo 10-14 Joukkueen oma leiri
- 16.11 klo 12-16 Joukkueen oma leiri
- 17.11 klo 10-14 Joukkueen oma leiri
- 3.12.Talvinäytös
- 15.12.-5.1.2020 Talviloma

Syyslomaviikolla treenit järjestetään, jos suurin osa pääsee paikalle.

JOUKKUEEN SÄÄNNÖT:

- Poissaoloista tulee ilmoittaa tekstiviestitse tai WhatsAppilla valmentajille viimeistään 2h ennen treenien alkua
- Etukäteen tiedettävät poissaolot, kuten perhejuhlat tms. tulee ilmoittaa heti kun niiden ajankohta on tiedossa
- Ei turhia poissaoloja tai myöhästymisiä
- Treeneissä ollaan hyvällä asenteella eikä levitetä negatiivisuutta
- Harrastajat sitoutuvat noudattamaan urheilullisia elämäntapoja, eli esim. syövät ja nukkuvat hyvin, jotta jaksavat treenata.
- Harrastajat edustavat seuraa aina kun heillä on seuran tai joukkueen varusteita päällä, urheilijamainen käytös

- Kiusaaminen on kielletty

SEURAN JÄRJESTÄMÄT LEIRIT:

Seuran leirit ovat vapaaehtoisia leirejä, joissa syvennyttään lajitaitoihin. Ilmoittautuminen ja lisätiedot löytyvät myClubista.

- 29.9. Akroleiri
- 17.-18.10. Syyslomaleiri
- 8.12. Akroleiri

VALMENTAJIEN ESITTELY

SUVI LUOMALA

Moi, olen Suvi, 26-vuotias opiskelija Turusta. Aloitin kilpacheerleadingin vuonna 2008 Golden Spiritissä, Helsingissä. Muutin opiskelujen perässä Turkuun, ja viimeisimmäksi joukkueeksi Helsingissä jäi HAC Enchanted. Lopetin harrastamisen vuoden 2015 lopussa, minkä jälkeen siirryin pian valmentamaan. Valmennuskokemusta on kertynyt noin 3 vuotta. Valmennuksen ohella toimin vastavalmistuneena SCL:n tuomarina sekä treenaan ahkerasti erilaisilla ryhmäliikuntatunneilla.

NEEA TIERMAS

Cheerurani aloitin reilu kuusi vuotta sitten, ja laji vei heti mukanaan kilpajoukkueisiin asti. En ole itse pystynyt harrastamaan aktiivisesti enää pariin vuoteen, mutta valmennuksen kautta pääsen toteuttamaan intoani lajia kohti.

Valmennusurani olen aloittanut Raumalta, silloin täysin uudessa seurassa keväällä 2016. Valmensin aikuisten kilpajoukkuetta sekä minien harrastejoukkuetta. 2018 keväällä siirryin Turkuun omaan kasvattiseuraan valmentamaan Perhosia, ja syksyllä aloitin myös Kimalaisten valmentajana.

Opiskelen luokanopettajaksi, ja lasten kanssa työskentely on aina ollut lähellä sydäntäni. Siksi onkin ihana saada aina vain enemmän kokemuksia kaikenikäisten lasten ja nuorten valmentamisesta. Nähdä heidän onnistumisen ja harrastamisen ilo, joita yritän parhaani mukaan edesauttaa.