



Rovaniemen Painijat RY Tiedote 27.8.2006

Tiedote painikoulun ja painin syyskauden alkamisesta uusille painikoululaisille ja heidän vanhemmilleen sekä vanhoille painin ystäville.

Painikoulu alkaa ilmoittautumisella 31.8. Lapin Urheiluopiston painisalissa klo 17.30. Painikoulun harjoitusajat tästä eteenpäin ovat tiistai ja torstai klo 17.30 – 18.30. Siis ensimmäiset oikeat harjoitukset ovat tiistaina 5.9. Painikoulun aloittamisen ikäraja on 7 vuotta. Painikoulussa kaikki ovat aloittelijoita, joten minkäänlaista urheilu- tai kamppailutaustaa ei tässä vaiheessa tarvitse olla. Paini on erittäin monipuolinen urheilulaji, joka myös tukee muita liikuntalajeja. Paini on kivaa ja painikoulussa on rehti ja reipas meininki. Painikoulun ehtii aloittamaan vielä myöhemminkin, ei muuta kuin mukaan vain ja ilmoittautumaan ryhmän vetäjälle. Joten tiedottakaa naapurin lapsille ja muillekin tutuille.

Kilpailuryhmät on tarkoitettu jo painin aloittaneille ja jo jonkin aikaa painin parissa olleille. Kilpailuryhmien harjoitteluajat ovat maanantai, keskiviikko ja perjantai klo 17.30 – 19.00. Tervetuloa myös vanhemmat henkilöt, jotka aikanaan ovat painineet ja ovat aikeissa aloittaa uudestaan. Kilpailemiseen ei tietenkään pakoteta ja eri tasot pyritään ottamaan harjoituksissa huomioon.

Harjoituksissa tarvittavat välineet ovat verryttelyhousut/shortsit, t-paita ja sisäliikuntajalkineet tai -tossut. Painitossut eivät ole välttämättömät. Avojaloin ei kuitenkaan harjoituksiin voi osallistua. Urheiluopistolla on peseytymismahdollisuus harjoitusten jälkeen.

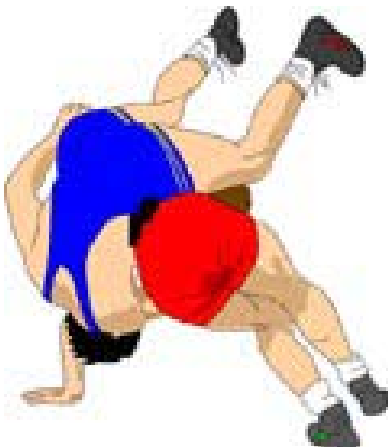
Painikoulumaksu on 60€kaudelta. Että painikoululainen ehtii kokeilla onko paini sellainen laji jota haluaa harrastaa, niin jakamassamme tilisiirtolomakkeissa oleva eräpäivä on vasta syyskuun puolen välin jälkeen. Maksu sisältää seuran valmennuksen lisäksi jäsenmaksun, painikoulu t-paidan, vakuutuksen, painiliiton aloittelija lisenssin ja painikoulutodistuksen. Tämän lisäksi olemme päättäneet ottaa myös painijoiden vanhemmat seuran jäseneksi. Näin ollen painikoulumaksu sisältää myös seuran jäsenmaksun painiharrastajan vanhemmille. Tämän takia ohjaajat keräävät painikoululaisten ja heidän vanhempansa tiedot harjoituksissa. Jäsenrekisteriä ylläpidetään eikä sen tietoja anneta kolmannelle osapuolelle. Jäsentietojärjestelmään voit lähettää tiedot myös netissä seuran sähköpostiin seuran sivuilta löytyvällä jäsentietolomakkeella.

Ryhmien valmentajat:

Painikoulu:	Juho Portti	Riku Tolkkinen	Teemu Turtiainen
	0405693473	0408445710	0408291607
	juho.portti@edu.ramk.fi	riku.tolkkinen@edu.lao.fi	t_urtles@hotmail.com

Kilpailuryhmä:

Rami Takamaa	Jani Nuojua	Jarno Illikainen
0505144247	0400877881	0405088222
rambo@pp.inet.fi	jani.nuojua@pp.inet.fi	jarno.illikainen@edu.lao.fi



Lisätietoja:

Seuran Internet sivut www.rovaniemenpainijat.com

email-osoite: rop@rovaniemenpainijat.com

Painiliiton Internet sivut: www.painiliitto.net

Terveisin Rovaniemen Painijat Ry

Rami Takamaa

Puheenjohtaja