



Aloitus

Kun tulet ensimmäistä kertaa kauden alussa, tulethan ajoissa. Hallille saavuttuasi, ilmoittaudu MTK:n luistelukoulupäivystäjälle.

Ilmoittautumisen yhteydessä hallin aulassa saat Pandapassin ja ensimmäisen leiman. Samalla liityt jäseneksi 15 e:n maksulla. Jäsenmaksulla voit kokeilla luistelukoulua yksi - kaksi (1-2) kertaa.

Jäsenmaksusta ja luistelukoulusta saat laskun sähköpostitse.

Taitoluistelu on iloinen ja hauska laji, joka antaa parhaimmillaan ikimuistoisia elämyksiä niin lapsille, nuorille, kun aikuisillekin. MTK on taitoluistelu-seura, joka pyrkii järjestämään opetusta kaikille ikä- ja taitotasoille yksinluistelussa ja muodostelmaluistelussa. Ohjaajat ja valmentajat pyrkivät kauden alkaessa löytämään kaikille sopivan ryhmän. Jos kuitenkin haluatte tarkistaa ryhmää, älkää epäilkö kysyä ohjaajalta tai seuran edustajalta vaihtoehtoa. Luistelukoulu on mukava paikka opetella luistelun alkeita. Luistelukoulussa voi olla niin pitkään, kun haluaa, mutta halutessa lisää haasteita seurasta löytyy kehitysryhmiä alle kouluikäisestä ylöspäin, niin yksinluistelussa kun muodostelmaluistelussakin.

PandaPassi & Ilmoittautuminen tunneille

Hallilla on seuran luistelukoulun päivystyspiste. Kauden alussa luistelukoululaisille jaetaan pandapassit. Kirjoita passiin luistelijan koko nimi. Ilmoittaudu tunnille aina päivystyspisteessä. Saat samalla passiin leiman. Saatuaasi riittävästi leimoja, saat sitä vastaavia etuja. Kun passi on täynnä, pääset kokeilemaan kehitysryhmiin ja saat pienen muiston. Kauden aikana saat myös omalta ohjaajaltasi palautetta passiin sekä tarroja. Saavuthan hallille ajoissa, jotta tunnit päästään aloittamaan ajallaan. Luistelijan tulee olla jään laidalla ennen tunnin alkua. Luistelukoulun päivystyspiste/ilmoittautuminen tunnille on avoinna 30 minuuttia ennen tunnin alkua.

Kausikalenteri

Luistelukoulussa luistellaan kausikalenterin mukaisesti. Kausikalenterissa on poikkeuspäivät, sekä erikoispäivät, kuten kaveripäivä ja Pandadisko. Muista tutustua kalenteriin!

Diplomit

Luistelukoulun suorituksesta saa Diplomin. Diplomin saa kauden päätöstapahtumassa, kevät – tai joulujuhlassa/näytöksessä, jossa kaikki luistelukoululaiset esiintyvät.

Varusteet

Hyvät varusteet lisäävät harrastukseen mukavuutta ja edistävät oppimista. **Luistimien** tulisi olla mahdollisimman tukevat nilkasta ja sopivan kokoiset. Taitoluistimet poikkeavat harjoitusluistimista paitsi tukevuutensa myös terien vuoksi. Kärkipiikit ovat tarpeelliset, eikä niitä saa missään nimessä pienentää. Nauhat tulee sitoa, siten ettei ylimääräistä nauhaa jää roikkumaan. Älä kuitenkaan sido nauhoja luistinten ympäri. Ne aiheuttavat vaaratilanteen jäädessään kiinni toisen jalan luistimeen. Parhaiten luistinten hankinta onnistuu alan **erikoisliikkeistä**, jotka myyvät taitoluistimia myös käytettyinä. Hyvillä taitoluistimilla on myös jälleenmyyntiarvoa. Muistathan käyttää teräsuojia käveltäessä jään ulkopuolella. Käytäthän luistimissa vain tavallisia sukia (ei villaskukkia)!

Terät tulee kuivata aina jäältä tultua ja säilytettävä ilman teräsuojia, mieluiten erillisissä luistinpusseissa. Koska jäähallit ovat varsin viileitä, tulee **vaatetuksen olla tarpeeksi lämmin**. Luistelukouluun kannattaa pukeutua joustaviin ja lämpimiin ihonmyötäisiin vaatteisiin useina kerroksina. Hyvä yhdistelmä on esimerkiksi verryttelypuku ja sen alla lämpimiä kerroksia tarpeen mukaan, kuten ohut villakerrasto. Tietysti jäälle saa laittaa myös luistelupuvun ja trikoot. Jätäthän kauliinan kotiin, sillä se voi olla vaaraksi tippuessaan jäälle. Hyvä vaihtoehto sen sijaan on esim. kauluri (ei pakollinen).



Kypärän käyttö on sallittua ja alkuun suositeltavaakin. Kypärän jäädessä pois on suositeltavaa käyttää paksua päähinettä, joka kaaduttaessa suojaa hiukan päätä. Kylmässä hallissa lämpimät käsineet ovat myös välttämättömät. Huomioithan, että luisteluvaatteiden tulisi olla puhtaat ja eri vaatteet, kun mitä käytetään samanaikaisesti ulkona, jotta jäälle ei kulkeutuisi hiekkaa. Hiekka tylsyyttää luistinten terät ja hidastaa oppimista.

Erikoisliikkeet ja teroitus

Luistelijan tärkeimmät varusteet ovat hyvät luistimet. Kunnan merkkiluistimet (Risport, Edea, Wifa, Graf, Riedell) hankitaan taitoluistelutarvikkeisiin erikoistuneesta liikkeestä, esim. Lucky Skate, Minna Canthin katu 22, 00250 Helsinki ja Skateshop, Malminraitti 17, 00700 Helsinki. Teroittaja Helsingin seudulla löytyy mm. Vuosaaren jäähallista Prosharp.

Jäällä

Jäälle tullaan suu tyhjänä. Purkat pois ennen tunnin alkua. Ennen jäälle tuloa on hyvä käydä myös wc:ssä. Ohjaajat ja valmentajat huolehtivat lapsista jäällä, ja vanhempien toivotaan siirtyvän hiukan sivuun. Näin annetaan työrauha valmentajille sekä lapsille rauha oppimiseen ja luistelutuntiin keskittymiseen. Kauden alussa jäällä on avustamassa myös seuran isompia luistelijoita. Tuntia voi Myllypurossa parhaiten seurata esim. lasiovien takaa tai kauempaa pleksien takaa. Laitaan ei saa nojata tunnin aikana! Huomioithan myös, että vaihtoaitiot ovat tarkoitettu vain luisteliijoille ja niihin saa mennä vain luistimet jalassa, jottei hiekkaa kulkeudu kenkien kautta jäälle. Kauden alussa jokainen luistelija saa ohjaajalta merkkinauhan. Nauhan väri kertoo mihin ryhmään lapsi kuuluu. Nauha tulee laittaa kiinni oikeaan luistimeen tai mikäli lapsi käyttää kankaisia luistinpäällisiä, tulee nauha ommella samaan kohtaan päälliseen. Se, että nauha on kaikilla oikeassa jalassa, helpottaa etenkin pienempiä lapsia oppimisessa.

Vakuutus ja Passi

Luistelukoululaiset vakuutetaan StII:n luistelukoulupassilla. Luistelukoulupassi on pakollinen kaikille. Huolehdiathan että lapsen henkilötunnus on järjestelmässämme. Vain näin voimme vakuuttaa luistelijan.

Kun haluat luistella enemmän, ole yhteydessä luistelukouluvastaava Lindaan tai omaan ohjaajaan, seuran edustajat auttavat teitä myös mielellään kaikissa mieltänne askarruttavissa asioissa.

ILOISIA LUISTELUHETKIÄ !

Kysy lisää: info@myllypurontaitoluisteluklubi.net

www.myllypurontaitoluisteluklubi.net