

Aloitus ja hallille saapuminen

Tulethan ajoissa ensimmäiselle luistelukoulun kerralle! Tunnin alkamisaika tarkoittaa jään käyttöajan alkua. Herttoniemen jäähallin parkkipaikat ovat maksullisia. Maksu hoituu EasyParkpuhelinsovelluksen kautta. Saapuessasi sisään, infopiste löytyy suoraan etuovea vastapäätä kahvilan edestä, ilmoittaudu infopisteelle.

Luistelukoulua voi kokeilla 1–2 kertaa jäsenmaksun hinnalla, jonka lasku lähetetään sähköpostitse. MTK tarjoaa taitoluisteluopetusta kaikenikäisille ja -tasoisille, yksin- ja muodostelmaluistelussa. Ohjaajat auttavat löytämään sopivan ryhmän – kysy rohkeasti, jos jokin mietityttää. Luistelukoulu sopii kaikille, jotka haluavat opetella luistelun perusteet tai edetä kehitysyryhmiin.

Pandapassi, nimilappu & ilmoittautuminen tunneille

Infopisteeltä saat Pandapassin ja nimilapun. Infopisteellä kerätään Pandapassiin leimoja. Pandapassiin on hyvä merkitä luistelijan koko nimi. Nimilappu toimii myös jäsenkorttina. Nimilappu tulee olla jäällä mukana näkyvästi vaatteeseen kiinnitettynä.

Infopiste avautuu 30 minuuttia ja sulkeutuu 5 minuuttia ennen tunnin alkua. Myöhästyessä voit merkitä päivämäärän itse passiin ja saat kaksi leimaa seuraavalla kerralla.

Kausikalenteri

Luistelukoulu noudattaa kausikalenteria, josta löytyvät vanhempaininfo, erikoispäivät kuten Kaveripäivä, Pandadisko, sekä kauden päätöstapahtumat kuten kevät- ja joulujuhla. Kalenteri lähetetään sähköpostitse ja löytyy seuran verkkosivuilta, [Kausikalenteri](#).

Diplomit

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

Varusteet

Hyvät ja oikeanlaiset varusteet tekevät luistelusta miellyttävämpää ja tukevat oppimista. Luistimien on oltava tukevat nilkasta ja sopivan kokoiset. Taitoluistimet eroavat kaunoluistimista muun muassa teriensä ja tukevuutensa osalta, ja taitoluistimissa olevia kärkipiikkejä ei saa poistaa tai pienentää. Nauhat on sidottava huolellisesti ilman ylimääräisiä roikkuvia osia, eikä niitä saa kiertää luistinten ympäri, sillä se voi aiheuttaa vaaratilanteita jäällä. Suosittelemme hankkimaan luistimet taitoluistimiin erikoistuneista liikkeistä, joissa on tarjolla myös käytettyjä malleja. Huomioithan, että seura ei lainaa tai vuokraa luistimia.

On suositeltavaa, että luistimilla kävellään teräsuojilla jään ulkopuolella. Käytä luistimissa ohuita sukkia, ei villasukkaa. Terät on kuivattava aina jääharjoituksen jälkeen ja säilytettävä ilman muovisuojia, mielellään omassa luistinpussissa. Vaatetuksen on oltava lämmin, joustava ja kerroksittainen. Esimerkiksi verryttelypuku ja ohut villakerrasto muodostavat hyvän yhdistelmän. Jäälle saa halutessaan pukea myös luistelupuvun ja trikoot. Kaulaliina on turvallisuussyistä kielletty, mutta kauluri on sallittu. Kypärä on suositeltava etenkin alussa, ja myöhemmin sen voi korvata paksulla päähineellä. Käsineet ovat jäällä ehdottoman tarpeelliset. Luisteluvaatteiden on oltava puhtaat ja eri kuin ulkokäytössä, jotta hiekkaa ei kulkeudu jäälle. Hiekka vahingoittaa teriä ja vaikeuttaa oppimista. MTK ei vastaa harjoituksissa rikkoutuneista, likaantuneista tai kadonneista vaatteista tai varusteista.



Erikoisliikkeet ja teroitus

Luistelijan tärkeimmät varusteet ovat hyvät luistimet. Kunnon merkkiluistimet (mm. Risport, Edea, Jackson ja Riedell) hankitaan taitoluistelutarvikkeisiin erikoistuneesta liikkeestä, esim. Skate Shop, Malmin raitti 17, 00700 Helsinki, tai Lucky Skate, Pakilantie 95, 00670 Helsinki. Liikkeissä myydään sekä uusia että käytettyjä taitoluistimia. Teroittaja Helsingin seudulla löytyy mm. Skate Shopista, Lucky Skatesta, Vuosaaren jäähallilta ja Herttoniemen jäähallilta.

Jäällä

Jäälle ei saa tulla purkka tai ruoka suussa, joten muista poistaa ne ennen tunnin alkua. Ennen jäälle menoa on myös hyvä käydä wc:ssä, jotta tunti sujuu keskeytyksettä. Vanhemmat eivät voi tulla lasten mukaan jäälle, mutta voivat seurata tuntia sivummalta, esimerkiksi lasiovien tai pleksien takaa. Jään laitaan ei saa nojata tunnin aikana, jotta kaikille jää riittävästi tilaa ja turvallisuus säilyy. Vaihdoaitiot ja niissä olevat penkit on tarkoitettu vain luisteliijoille, ja aitoon saa mennä ainoastaan luistimet jalassa, jotta hiekkaa ei kulkeudu jäälle kengistä.

Kauden alussa jokainen luistelija saa ohjaajalta merkkinauhan, joka kertoo, mihin ryhmään hän kuuluu. Nauha kiinnitetään oikeaan luistimeen tai, mikäli lapsella on kankaiset luistinpäälliset, ommellaan samaan kohtaan päälliseen. Tämä helpottaa ryhmien hahmottamista erityisesti pienimpien luistelijoiden kohdalla.

Vakuutus ja Passi

Luistelukoulupassi oikeuttaa osallistumaan taitoluistelun luistelukoulutoimintaan ja on tarkoitettu alle 15-vuotiaille harrastajille, jotka harjoittelevat 1-2 kertaa viikossa. Passi ei oikeuta kilpailutoimintaan, mutta siihen sisältyy Pohjolan Sporttiturva-vakuutus, joka kattaa harjoituksissa sattuvat tapaturmat.

Taitoluisteluliiton jäsen seurassa harrastaminen edellyttää voimassa olevaa luistelupassia. Huoltajan tulee rekisteröityä Suomisport-palveluun omalla nimellään ja lisätä lapsi liikkujaksi. Rekisteröityminen on maksutonta ja tulee tehdä ennen luistelukoulun alkua. [Rekisteröidy SuomiSporttiin](#)

Seura hankkii luistelukoulupassit keskitetysti, eikä yksittäinen harrastaja voi ostaa passia itse.

Poissaolot

Poissaoloja ei tarvitse ilmoittaa. Menetettyjä tunteja ei voi korvata.

Kysyttävää?

Kun haluat siirtyä eteenpäin tai sinulla on kysyttävää, ole yhteydessä luistelukouluvastaavaan tai omaan ohjaajaan. Seuran edustajat auttavat mielellään!

ILOISIA LUISTELUHETKIÄ!

✉ info@myllypurontaitoluisteluklubi.net

🌐 www.myllypurontaitoluisteluklubi.net

📷 [@myllypurontaitoluisteluklubi](#)