



Pargas IF *Ski team*

KAUSITIEDOTE 2018-2019



Tule mukaan parhaaseen Suomenruotsalaiseen hiihtoseuraan!

Hiihtoharrastus onnistuu erinomaisesti myös Lounais-Suomessa. Pargas IF osoitti tämän olemalla 8:ksi paras hiihtoseura Suomessa. Alueen parhaat ladut ovat Paraisilla!

Hiihto sopii kaikille, se on harrastus, joka yhdistää sukupolvet. Hiihto on yksi monipuolisimmista liikuntamuodoista. Se kohottaa peruskuntoa, vahvistaa lihaksia ja kehittää koordinaatiota ja tasapainoa.

Hiihto on yksilölaji, mutta et ole silti yksin. Panostamme paljon viestijoukkueiden kokoamiseen, harjoittelemme paljon yhdessä ja käymme monilla leireillä sekä kilpailumatkoilla. Suositulla Vuokatin lumileirillämme joulukuun alussa on mukana lähes 60 kaikenikäistä hiihtäjää.

Silloin tällöin meiltä kysytään, että voiko olla mukana vaikka ei kilpaile. Kenenkään ei ole pakko kilpailla, pääasia on, että jokainen löytää sopivan tason ja tavan jolla viihtyy. Ennakkotietoja varusteiden valinnasta tai suksien voitelusta ei tarvita, kysyvää autetaan ja esim. suksia voi lainata seuran suksilainasta. Tiedot ja taidot karttavat kyllä nopeasti.

Haluamme, että kaikilla junioreilla on mahdollisuus olla mukana, joten pidämme kausimaksut ja leirimaksut edullisina. Jokainen voi auttaa tässä myymällä Ullmax-tuotteita, hankkimalla sponsoreita ja osallistumalla talkoisiin. Toivomme, että kaikki vanhemmat osallistuvat toimintaan yhtä innokkaasti kuin lapset liikkuvat hiihtoladulla ja harjoituksissa.

Toivotamme kaikille hienoa hiihtokautta ja lumista talvea!

Pargas IF hiihtojaoston johtokunta



1. Tietoa Pargas IF:n hiihtojaostosta

Hiihtojaosto on osa Pargas Idrottsförening (PIF) -urheiluseuraa, joka perustettiin 1914. Seuralla on noin 1800 jäsentä, eri jaostoihin kuuluu noin 100 aktiivia. Hiihtomajamme ja upea hiihtostadionimme sijaitsee Finbyssä (Finbyvägen 89). Lisää tietoa ja yhteystiedot löytyvät nettisivuiltamme: pargasifskiteam.idrott.fi.

Ajankohtaisia tiedotteita toiminnastamme lähetetään sähköpostiryhmälle jatkuvasti. Muistathan antaa yhteystietosi, myös sähköpostiosoite, jotta saat tiedotteet. Jos haluat lisätä tai muuttaa yhteystietojasi, ilmoita asiasta: shaggstrom76@gmail.com.

Hiihtojaoston johtokunnan jäsenet:

Patrick Johansson (puheenjohtaja) pajoh76@gmail.com

Niklas Westerlund (varapuheenjohtaja, valmennus ja ladut)
niklas.westerlund@metsagroup.com

Bo Johansson (rahastonhoitaja) bo.johansson@wippies.fi

Sanna Häggström (sihteeri) shaggstrom76@gmail.com

Kent Westerholm (IT/info vastaava) kent.westerholm@parnet.fi

Henri Rask (kilpailumatkat ja majoitus) henri.rask@fimnet.fi

Annette Backholm (laatu, seura-asut) annette.backholm@gmail.com

Johan Lindroos (kiinteistöt) lindroos.johan@gmail.com

2. Jäsen- ja kausimaksut

Vain aktiivisen vapaaehtoistyön ja uskollisten sponsorimme ansiosta pystymme pitämään kausimaksut alhaisina. Kiitämme etukäteen osallistumisestanne Ullmax myyntiin, sponsorihankintaan ja talkoisiin!

Kaudella 2018-19 kerätään seuraavat maksut:

Kausimaksu: 2009 syntyneet ja nuoremmat sekä vanhemmat jotka eivät kilpaile: 70 €. 2008 syntyneet ja vanhemmat jotka kilpailevat: 100 €. Kausimaksu peritään jokaiselta joka osallistuu hiihtojaoston toimintaan, poikkeuksena vain hiihtokoulun osallistujat.

Skipassi: 20€ (< 18 v), 30€ (> 18 v), pakollinen 12-vuotiaille ja nuoremmille (2007 ja myöhemmin syntyneet), jotka kilpailevat vähintään piiritasolla. **Ryhmävakuutus kuuluu hintaan.** Voimassa tänä vuonna 1.6.2018-31.5.2019.

13-vuotiaat ja sitä vanhemmat voivat kilpailla omissa kilpailuissa ja piiritasolla Skipassilla. Myös Seniori- SM ja Hopeasompafinaaleihin voi osallistua Skipassilla. Huomaa, että Skipassia

ei voi päivittää ylöspäin kauden aikana. Suosittelemme Skipassia kaikille jaoston aktiiveille, jotka eivät hanki kilpailulisenssiä.

Kilpailulisenssi: Pakollinen kaikille yli 12-vuotiaille, jotka kilpailevat kansallisella tasolla (2006 ja aikaisemmin syntyneet). **Vakuutus optiona**, voimassa 1.6.2018-31.5.2019.

A-lisenssi, 19-34 v (synt. 1985-2000) 117€
B1-lisenssi, 13-18 v (synt. 1.12.2001- 31.5.2006) 66€
B2-lisenssi, 12 v ja nuoremmat (synt. 1.6.2006-) 66€
C-lisenssi, 35-79 v (synt 1984 ja aikaisemmin) 102€

Skipassin tai lisenssin saat rekisteröimällä <https://www.suomisport.fi>:n kautta. Valitse "Osta lisenssi" ja valitse lisenssityyppiä. Hiihtolehden voi tilata lisenssin yhteydessä. Jos tulee ongelmia niin ottakaa yhteyttä kari.kalliokoski@utu.fi.

Hiihtokoulumaksu: 30 €, kaikilta jotka osallistuvat vain hiihtokouluun. Ei sisällä Skipassia! Suosittelemme, että jokainen joka osallistuu hiihtojaoston toimintaan, hankkii Skipassin tai muu vastaava vakuutus.

PIF jäsenmaksu: Kaikki jotka ovat maksaneet kausimaksun ovat myös Pargas IF:n jäseniä. Pargas IF:n jäsenmaksu laskutetaan kaikilta 17 vuotta täyttäneiltä. Juniorit eivät maksa mitään. Jäsenmaksu on tänä vuonna 15 €. Myös vanhemmat, sukulaiset ja ystävät saavat maksaa jäsenmaksua ja niin tukea seuran toimintaa. Lisää tietoa löytyy sivusta <http://www.piffen.fi/sv/start/medlemsservice/>

Toimintaan osallistuvat maksavat:

1. Skipassi/lisenssi/hiihtokoulumaksu
2. Kausimaksu (jos osallistuu muuhun toimintaan kuin hiihtokouluun), sisältää myös Pargas IF:n jäsenmaksun junioreille

3. Jaoston taloudellinen tuki urheilijoille

Hiihtojaosto tukee monella tavalla urheilijoitaan. Tuen saamisen edellytyksenä on, että jäsen on maksanut kausimaksunsa, myös hiihtolisenssin tai Skipassin pitää olla voimassa. Tarkemmat säännöt tuen saamiseksi löydät nettisivuiltamme osiosta "kulukorvaussäännöt" ja "harjoitusstipendit".

Tukimuotoja ovat:

- 1) Osallistumismaksut kilpailuihin (ei jälki-ilmoittautumisia)
- 2) Kilpailumatkat – koskee lähinnä: SM, hopeasompa, FSSM
- 3) Jaoston oma leiritoiminta
- 4) Muut valmennusleirit - juniorit voivat hakea tukea 30% leirimaksusta, enintään 75€/leiri. (ei matkakuluista)
- 5) Koulutus/kurssit – tuki tulee hakea etukäteen
- 6) Harjoitus- ja kilpapurvut

Stipendit:

Aktiivinen kilpailija voi hakea harjoitusstipendiä jaostolta. Stipendi myönnetään edellisen kauden näyttöjen perusteella ja sen saaminen edellyttää harjoittelua ja seuran edustamista sekä henkilökohtaisissa kilpailuissa että viesteissä kuluvalle kaudella. Kilpailuissa tulee käyttää seuramme kilpapakua, aina kun mahdollista. Lisätietoja stipendeistä antaa Niklas Westerlund.

4. Harjoitukset/leirit

Toimintamme ydintä ovat yhteisharjoitukset ja leiritoiminta. Kesällä järjestetään maastoharjoituksia ja rullahiihtoharjoituksia, säännölliset viikkoharjoitukset alkavat syyskuussa. Tiistaisin kokoonnumme Pif centerissä harjoittelemaan ulkona ja sisällä lumen tuloon saakka. Lumen tultua harjoitukset pidetään Finbyn hiihtostadionilla. Hiihtokoulu alkaa tammikuussa (jos on lunta). Hiihtokaudella juniorit harjoittelevat pääsääntöisesti tiistaisin (perinteinen tyyli) ja torstaisin (vapaa tyyli). Tarkempi ohjelma lähetetään aktiiveille sähköpostilla, ohjelma on nähtävillä myös nettisivuillamme.

Ski-Cupissa osallistujat (2007 syntyneet ja nuoremmat) keräävät pisteitä osallistumalla harjoituksiin ja kilpailuihin kauden aikana. Kauden päättäjaisissa osallistujat saavat pokaalin, jonka koko määräytyy kerättyjen pisteiden perusteella.

Seuravalmentajat:

Niklas Westerlund (niklas.westerlund@metsagroup.com) 050-5988583

Josephine Åberg (josephine.aberg@hotmail.com) 0400-527481

Erika Westerlund (westerlund.erika77@gmail.com) 0400-890103

Kaudella 2018-19 järjestetään seuraavat leirit:

- Hiihtoputkileiri, Jämijärvi (25)26-28.10.2018
- Lumileiri, Vuokatti 5-9.12.2018
- Alustavasti Parainen- ja Ahvenanmaaleirejä kesällä 2019

Näid- ja FSS-leirejä suositellaan myös.

5. Hiihtokoulu

Nuoremmille lapsille järjestetään hiihtokoulu joka tiistai tammikuusta alkaen. Hiihtokoulussa hiihtotapa on perinteinen. Harjoitukset ovat leikkisiä ja hiihtokoulun vetäjällä on useita ohjaajia apunaan. On toivottavaa, että pienten lasten vanhemmat ovat paikalla avustamassa tarpeen mukaan. Pidäthän huolen, että lapsesi on syönyt ja käynyt WC:ssä ennen

hiihtokoulua, sillä tämä varmistaa, että kaikilla on mukavaa. Lapsi tulee pukea sään mukaisesti. Pakkasraja hiihtokoulussa on -15 C astetta.

6. Kilpailukalenteri

Lopullinen kilpailukalenteri julkaistaan nettisivuillamme sen jälkeen kun Suomen Hiihtoliitto ja piirit ovat asettaneet lopulliset päivämäärät. Piiritason ja siitä ylöspäin järjestettävät kilpailut löytyvät: www.hihtokalenteri.fi.

Ilmoittautumiset kilpailuihin hoitaa keskitetysti Harri Alanen. Ilmoita hyvissä ajoin etukäteen harri.alanen.hal@gmail.com. Jälki-ilmoittautumiset hoitaa jokainen itse. Ilmoittautumiset SM-kilpailuihin ja vastaaviin hoitaa erikseen nimetty henkilö.

Ilmoittaudu kilpailuihin hyvissä ajoin etukäteen, kuitenkin vain yhteen kilpailuun samana päivänä; ei "varmuuden vuoksi" ilmoittautumisia. Osallistu niihin kilpailuihin, joihin olet ilmoittautunut. Joukkueenjohtaja arvokilpailuihin nimetään erikseen. Hän hoitaa yhteydenpidon kilpailun järjestäjiin ja majoitukseen, kaikki kommunikaatio hoidetaan hänen kauttaan. Hän tiedottaa kilpailijoita ja heidän vanhempiaan järjestelyistä.

Ilman syytä tapahtuva toistuva poisjäänti kilpailuista, joihin on ilmoittautunut, johtaa osallistumismaksujen perimiseen kilpailijalta.

Järjestämme seuraavat kilpailut Finbyssä kaudella 2018-19:

- Kansallinen kilpailu – normaali matkat (V) 16.12.2018
- FSSM 15-17.2.2018
- Johans lopp (K)
- Ski Cross-kilpailu (V)
- Seura- ja koulunmestaruuskilpailut
- Pargas kyläviesti

7. Pelisäännöt

On tärkeää, että me kaikki käyttäydymme seuramme periaatteiden mukaisesti edustaessamme seuraamme. Nuortemme kanssa on sovittu seuraavaa:

- Kaikki tuntevat itsensä tervetulleiksi
- Kunnioitamme toisiamme
- Ketään ei jätetä ulkopuolelle
- Kehumme toisiamme, mutta kestämmme myös kritiikkiä
- Tottelemme valmentajia ja käytämme siistiä kieltä
- Meillä on hauskaa!

Seurassamme on monta innokasta valokuvaajaa, mikäli et hyväksy sitä, että lapsestasi otetaan valokuvia ilmoitathan siitä puheenjohtajallemme (ordforande.pargasifskiteam@idrott.fi).

Jaostomme on Nuori Suomi- sertifioitu. Pargas If- pääseura järjestää valmentajillemme ja ohjaajillemme pakollisia koulutustilaisuuksia moraaliin ja etiikkaan liittyen.

Vanhemmat:

Kaikkien panos on tärkeä ja arvokas, jotta voimme ylläpitää seuratoimintamme tason haluttuna. Seuratoiminnassa olemme aikuisia kaikille, emme vain omien lastemme vanhempia. Ota yhteyttä vastuuhenkilöihin mikäli sinulla on ideoita, olet tyytymätön tai sinulla on kysyttävää. Kaikki tekevät yhdistyksessämme vapaaehtoistyötä ilman palkkaa. Jokainen voi auttaa osallistumalla talkoisiin ja kilpailujen järjestämiseen. Ilman talkootyötä joutuisimme supistamaan toimintaamme ja nostamaan kausi- ja osallistumismaksuja. Ullmax vaatteiden myynti on helppo tapa auttaa seuraamme. Uusia sponsoreita tarvitaan aina, jos sinulla on kontakteja, niin keskustele Patrickin kanssa. (pajoh76@gmail.com)

8. Varusteet / suksilainaamo

Hiihtojaosto pyrkii järjestämään jäsenilleen mahdollisuuksia hankkia tarkoituksenmukaisia varusteita kohtuulliseen hintaan. Järjestämme tilaisuuksia, joissa eri yritykset esittelevät tuotteitaan, samalla saamme ajantasaista opastusta ja apua sopivien varusteiden valinnassa. Syksyn aikana teemme yhteistilaukset edulliseen hintaan:

- START voiteet
- Hiihtojaoston viralliset kilpa- ja lämmittelypuvut. Muita harjoitteluasuja.
- Tarpeen mukaan yhteisiä suksitilauksia
- Suksien hionta.

Ullmax

Lämpimät alusvaatteet ja sukat ovat erittäin tärkeitä hiihtäjälle, tämän vuoksi edustamme Ullmax-tuotteita, joita voi ostaa erikoishintaan. Kun ostat Ullmax tuotteita kauttamme, tuet samalla seuraamme taloudellisesti. Katso lisätietoja web-sivuiltamme. Lisää myyjiä tarvitaan!

Suksilainaamo

Ylläpidämme hyvin varustettua suksilainaamoja, sieltä voivat kaikki lapset lainata tilapäisesti tarpeen mukaan suksia, sauvoja ja monoja. Meillä on myös muutamia pareja rullasuksia, joita lainaamme aktiivisesti harjoitteleville junioreillemme.

Välinepörssi

Jos haluat myydä, ostaa tai lahjoittaa käytettyjä hiihtovarusteita, niin se onnistuu nettisivuillamme olevan kamapörssin, sähköpostilistan tai hiihtomajan ilmoitustaulun kautta.

SUURI KIITOS SPONSOREILLEMME

