



Sinettiseura on lupaus laadusta urheilevan lapsen ja nuoren parhaaksi

Vuonna 1992 aloitettu Sinettiseuratoiminta on Nuoren Suomen ja urheilun lajiliittojen yhteinen toimintamalli, joka rakentuu lapsen ja nuoren parhaan edistämiseksi, lapsen kasvun ja kehityksen tukemiselle sekä lapsuuden kunnioittamiselle. Toimintaa määrittelevät Sinetikriteerit.

Variston Tennikselle myönnettiin vuonna 2006 sinetti. Olemme myös aktiivisesti tehneet työtä laadukkaan toiminnan edistämiseksi. Hyvän työn osoituksena olemme alkuvuonna läpäisseet Nuoren Suomen auditoinnin, sen perusteella saamme pitää sinettiä taas seuraavat kolme vuotta. Sinetin saaminen ja ylläpitäminen on kunnia-asia, mutta samalla se tuo seuralle myös vastuuta. Sinetti on lupaus laadusta.

Lasten ja nuorten urheilussa tärkeää on ilo, innostus, oppiminen ja kehittyminen sekä kaveruus ja yhdenvertaiset mahdollisuudet osallistua. Sinettiseuratoiminnan tavoitteena on löytää seurassa yhteinen toimintatapa ja periaatteet, joilla laadukasta lasten ja nuorten toimintaa voidaan toteuttaa.

Sinettiseurat ovat lasten ja nuorten urheilun kärkiseuroja. Ne ovat aktiivisia ja kehityshaluisia seuroja - lajiensa ja paikkakuntiansa parhaita!

Sinettiseurat tekevät arvokasta työtä lasten ja nuorten urheilun parissa. Laadukkaan toiminnan mahdollistavat aikuiset - vanhemmat, ohjaajat, valmentajat, seurajohtajat ja muut toimijat - jotka ovat tietoisia kasvatusvastuustaan ja esimerkkiroolistaan.

Kiitos vanhemmille, junioreille, valmentajille ja toimihenkilöille, HYVÄ ME !

Pekka Purho

Puheenjohtaja

Kevätkokous

Seuran kevätkokous pidetään Länsi-Vantaan Tennis-keskuksessa torstaina 11.4.2013 klo 18.00. Kokouksessa käsitellään sääntömääräiset asiat. Tervetuloa!

Valmennus

Suomen tennisliiton päävalmentaja Martin Van Daalen vieraillee seurassamme torstaina 25.4. Hän on mukana valmentamassa kilparyhmiä alkaen klo 15:30.

Vanhemmilla on mahdollisuus tulla seuraamaan harjoituksia ja keskustelemaan päävalmentajan kanssa.

T. Antti ja Kari

To 28.3 - ma 1.4. ei ole harjoituksia. Halli sulkeutuu to klo 16:00, Pe halli on kiinni. Lauantaista maanantaihin hallilla kansalliset kilpailut.

Ti 30.4 ja ke 1.5. ei ole harjoituksia. Halli on kiinni.

To 30.5. on sisäkauden viimeinen harjoitus.

MUISTA ILMOITTAUTUMINEN KESÄLEIREILLE!! Viikot 23, 24, 25 ja 32. Aamupäivisin juniorileirejä ja iltaisin aikuisten tasokursseja. Paikkoja rajoitetusti. Katso www.varistontennis.net

Kesän ja syksyn tenniskursseista sekä kilpailemisesta löytyy tietoa parin sivun päästä liitteistä.

Syöttökliniikka su 14.4. 14:30 ja 15:30, mahtuu 4 per tunti. Hinta 16 € per pelaaja. Vetäjänä Kari Siukonen.

Kilpailut

Kansallisia kilpailuja Varistossa 2013

Seura on anonut STL:lta kansallisia kilpailuja seuraavasti:

Variston Pääsiäiskilpailut 30.3.-1.4.2013

Luokat: MB2, MD, NC2

Kansalliset kilpailut 14.-16.6.2013

Luokat: MB, NC2, P13, P13

Kansalliset kilpailut 9.-11.8.2013

Luokat: MB, MD, NC, T13

Sarjat ja osallistumistiedot: TennisÄssä,
<http://www.tennisassa.fi/>

Kilpailuhin osallistujien on maksettava Tennisliitolle K-jäsenyyssmaksu.

Sarjatennis

Kansallisten joukkueiden tulee ilmoittautua sarjatenniksen 2013 ulkokaudelle 31.3.2013 mennessä Raisa Törnroos-Heinoselle. Ilmoittautumiset hoitaa kootusti Teemu Marjamäki.

Kaikkien sarjatennisjoukkueiden (sekä kansallisen että seniorisarjojen) kapteenien on ilmoitettava Kari Siukoselle (kari.siukonen@varistontennis.net) sähköpostilla **15.4.** mennessä joukkueen osallistumisesta **talvikaudelle 2013-14.** Eli ilmoittakaa halukkuus vanhan joukkueen osallistumisesta tai osallistumatta jättämisestä tai uuden joukkueen perustamisesta sisäkauden sarjatennikseen. Hallitus päättää joukkueiden määrän, minkä jälkeen kapteenit ilmoittavat itse joukkueensa sarjatennikseen. Seniorijoukkueiden ilmoittautumiset kaudelle 2013-2014 on tehtävä viimeistään 11.5.2013 mennessä Ässään. Ilmoittautuessa tulee jokainen joukkueen jäsen ilmoittaa käyttäen pelaajanumeroa.

Kaikkien pelaajien täytyy olla VarTen jäseniä. Senioritennistä pelaavilla täytyy olla Suomen



Senioritennis ry:n jäsenmaksu maksettuna, jotta ilmoittautumismaksut ovat seuralle edullisempia. Ulkosarjoihin edustusseuran muutokset täytyy tehdä Ässässä 30.4. mennessä.

Sarjatennikseen osallistuvien on oltava myös Tennisliiton K-jäseniä.

Kilpailutuloksia

Finaalit VarTen järjestämissä kilpailuissa

Variston Itsenäisyyspäivän kilpailut 6-9.12.2012

MB: O. Holtari HVS – Ilari Vesanen VarTe 6-2, 6-2

MC: V. Heikkilä HVS – E. Joronen HVS 6-3, 6-2

NC: K. Rinne OVS – I. Leiviskä HVS 6-0, 6-4

P12: O. Wesamaa HLK – E. Andersson EVS 6-0, 6-2

T12: E. Tuomela ETS – A. Tuomela ETS 5-7, 7-6, 13-11

VarTelaiset SM-kilpailujen loppuotteluissa

Senioreiden sekanelinpelin SM-kilpailut, 25.-27.1.2013

Mix 75:

T.Majaniemi/P.Seppälä – Kristin Jämsen

VarTe/L.Lindblad 6-4, 6-4

Senioreiden SM-kilpailut, 6.-13.2.2013

N75:

Hopeaa: Kristin Jämsen VarTe

M55 4-p:

Kultaa: Matti Timonen VarTe/J.Juvakoski –

H.Kettunen/T.Levonen 6-4, 6-3

Onnittelut Matille ja Kristinille!

Stockholm Open 17.-20.10.2013

Huipputennistä jälleen lokakuussa Tukholman tunnelmallisessa Kungliga Tennishallenissa. VarTe järjestää perinteisen aikuisten ryhmämatkan Tukholmaan: Silja Symphony/Serenade-laivalla edestakaiset matkat ja yhden yön yöpyminen hotelli Ariadnessa Tukholmassa. Ilmoittaudu mukaan kesäkuun loppuun mennessä Päivi Pulkkiselle osoitteeseen pulkkpai@hotmail.com tai puhelimitse 040 735 1325.

Laskutus ja jäsenrekisteri

Jäsen- ja valmennusmaksut

Vuonna 2013 jäsenmaksu on 60 euroa/v ja saman talouden muilta jäseniltä 12 euroa/v. Lähetämme tämän jäsentiedotteen liitteenä laskupohjan, jossa on VarTen tilinumero, viite ja eräpäivä. Maksa jäsenmaksusi eräpäivään mennessä.

Henkilö, joka osallistuu valmennukseen, on automaattisesti myös seuran jäsen ja jäsenmaksu sisältyy tällöin valmennusmaksuun. Kevätkauden valmennuslaskut olemme lähettäneet jo aiemmin.

Sarjatennismaksut

Sarjatennismaksut olemme laskuttaneet sarjatenniksessä kaudella 2012-2013 mukana olevilta VarTen joukkueilta.

Jäsen- ja sarjatennismaksuasioissa yhteyshenkilönä on Leena Kainomaa, joko hallin postilaatikon kautta tai sähköpostilla leena.kainomaa(a)gmail.com. Valmennusmaksujen osalta ota yhteys päävalmentajaan Antti Pelkoseen: antti.pelkonen(a)varistontennis.net tai 0400 617 665.

Jäsenrekisteri

Jäsentietoihin tulevat muutokset voi toimittaa Päivi Pulkkiselle joko hallin postilaatikon kautta tai sähköpostitse. Jos sinulla on käytössäsi sähköpostiosoite ja haluaisit joskus sähköpostia seuralta, niin laita sähköpostiosoitteesi Päiville sähköpostilla osoitteeseen pulkkpai (a) hotmail.com.

VarTe toimittaa osoitteenmuutokset myös edelleen Tennisliittoon, jotta VarTen jäsenilleen tilaaman Tennislehden osoite korjaantuu samalla ilmoituksella.

Minitennis

Mitä on minitennis? Miniverkkoja, minimailoja ja minipelaajia. Siis tennistä minikoossa, poikkeuksena suuremmat ja pehmeämmät pallot. Minaritunnilla ehtii tapahtua paljon. On pallon pomputusta, kuljetusta, peruslyöntejä, syöttöä, aitoja, tasapainolautaa ja myös hippaa ja maamerilaivaa. Tavoitteena on, että kun minitennisläinen siirtyy tenniskoululaiseksi olisi perusasiat tiedossa ja lapsen henkilökohtaisen kehityksen huomioon ottaen myös hallussa.

Perusasioiksi voi laskea peruslyönnit eli kämmenen ja rystyn, syötön, pallon nostamisen ja heittämisen (nämä ovat kaksi eri asiaa). Jonkinlainen käsitys pitää olla myös itse pelaamisesta, sillä tennis on peli ja tätä asiaa ainakin minä tulen korostamaan aina. Minitenniksessä ei pelaamisen vielä tarvitse olla hampaat irvessä pelaamista (tarvitseeko sen koskaan olla). Ei siinä välttämättä edes tarvita mailaa aluksi. Peli syntyy palloa heittämällä verkon yli toiselle tai voidaan pelata joukkueina pallosotaa. Kun käden ja silmän yhteispeli kehittyä siirrytään pelaamaan mailan kanssa.

Erittäin hyvää harjoittelua ovat myös tenniskoulun omat pelipäivät. Pelipäivien softissarjaan ovat kaikki halukkaat minitennisläiset tervetulleita. Vanhempien tai lasten ei tarvitse miettiä, että milloin olisi sopiva aika osallistua pelipäivään, sillä softis sarjassa ei vielä tarvitse osata pelata itsenäisesti. Se on hyvä tilaisuus harjoitella kilpailutilannetta ja pisteistä pelaamista. Pelipäivä olisikin syytä ottaa kaikissa sarjoissa enemmän harjoituksen ja kilpailutilanteeseen tutustumisen kannalta.

Milloin sitten on hyvä aika aloittaa minitennis? Vaikka yleensä itse suosittelen noin viiden vuoden iässä tenniksen aloittamista aikasintaan niin toki nuorempanakin voi aloittaa. Tämä riippuu hyvin pitkälti lapsesta itsestään. kolmevuotiaskin voi minitenniksen aloittaa, jos selviää tunnin ryhmän mukana ilman vanhempaa kentän laidalla.

Tärkeää minitenniksessä on myös oikea mailan koko ja oikea pallo. Ei ole aivan sama minkälaisella mailalla lapsi pelaa. Omaa mailaa ei ole heti hankkia, hallilta saa lainata aluksi oikeankokoista mailaa. Kun sitten oman mailan osto tulee ajankohtaiseksi toivoisinkin vanhempien kysyvän neuvoa meiltä valmentajilta. Liian painava tai liian iso tai pieni maila haittaa oppimista. Liian pienellä mailalla palloon on vaikea osua ja liian isoa ja painavaa mailaa minitennisläinen jaksaa kyllä raahata perässään, mutta lyömisestä ei tule mitään. Koittakaapas aikuiset itse mennä pelaamaan tennistä pingismailalla tai kokeilkaa miltä tuntuu lyödä lumilapiolla.

Oikea pallon valinta on tärkeää. Minitenniksessä ei tarvita muita palloja kuin softiksia ja huopasoftiksia. Kovaa ns. ”oikeaa” tennispalloa ei tulisi minitennisläisen käyttää kuin korkeintaan heittoharjoituksiin. Softis ja huopasoftis ovat tarpeeksi hitaita, jotta lyönnin ehtii tehdä. Ne eivät myöskään pomppaa pienen minarilaisen yli ja näin pieninkin pelaaja saa lyötyä lyönnin oikealta korkeudelta ja oikealla tekniikalla. Lapsen innostus tennikseen voi myös kärsiä, jos onnistumisia ei tule väärin välineiden takia. Softiksilla harjoittelu on lasten kanssa myös huomattavasti turvallisempaa.

Parhaimmillaan minitennis on hauskaa yhdessäoloa ja pelaamisen opettelua, onnistumisen hetkiä ja myös terveitä pettymyksen tunteita. Minitenniksestä ja tenniksestä ylipäänsä voisi kirjoittaa vaikka kuinka paljon, mutta jos teillä minarilaisten vanhemmilla on kysyttävää niin tulkaa rohkeasti juttelemaan meille valmentajille.

Terveisin minitennisvalmentaja Katja Siukonen

Lähtisitkö teatteriin - tukemaan tennisjunioreita?

Tennisliiton Naistoimikunta kerää vuosittain muhevan potin jaettavaksi stipendeinä tennisjunioreille. Tennislehdessä olet voinutkin lukea stipendin saajista.

Suurin summa kertyy joulukorttien myymisestä. Kortit on lähetetty marraskuun Tennislehden mukana lehden jakelun mukaisesti, noin 15000 kuorta, joissa muutamia kortteja sekä maksulappu. Siinä onkin Naistoimikunnalla plus avustajilla talkoota syys-lokakuun ajan!

Rahaa saamme myös teatterikatsomoon myydyistä lipuista. Lähinnä Kansallisteatterin ja Kaupunginteatterin

ryhmälipuista saadaan näytöskohtaisesti pieni alennus, joka kerätään tuohon tukirahastoon.

Jos olet kiinnostunut teatteri-illasta silloin tällöin, niin ilmoittaudu minulle sähköpostitse; liitän sinut teatterinfon jakelulistalleni. Siten saat tiedon hyvissä ajoin mitä esityksiä on saatu/valittu näihin ryhmänäytäntöihin. Tämän kevään osalta ei tule enää tapahtumia paitsi että Naistoimikunta osallistuu teattereiden infoihin tulevasta ohjelmistosta.

Terveisin Maarit Koivisto, maaritkoivisto(at)wmail.fi

VarTen etuja

VarTe tukee kilpailuissa käyviä VarTea edustavia jäseniään palauttamalla osan kilpailumaksuista kuitteja vastaan. Vuosittain kilpailumaksuja varten budjetoidaan jokin summa. Kuitit palautetaan vuoden loppuun mennessä menestymistiedoilla varustettuina, joten ota kuitit talteen vuoden mittaan.

Muistathan, että kun osallistut VarTen järjestämiin kisoihin, niin maksat vain puolet ilmoittautumismaksusta, jos edustat VarTea. Näistä maksuista ei enää saa palautuksia.

Seuran hallituksen jäsenet ja yhteystiedot

Pekka Purho, puheenjohtaja
Päivätie 2
02210 ESPOO
p. 0400 701 420 p.t. 020 742 0455
e-mail: pekka.purho (a) newsec.fi

Pekka Marjamäki, sihteeri
Haltiantie 8 F 48
01600 VANTAA
p. 050 574 6955
e-mail: pekka.marjamaki (a) iki.fi

Päivi Pulkkinen, jäsenrekisteri
e-mail: pulkkpai (a) hotmail.com

Teemu Marjamäki, kilpailut
Kastanjakuja 3 B 34
01710 Vantaa
p. 040 849 8575, p.t. 5028 0523
e-mail: teemu.marjamaki (a) okmetic.com

Janne Janhonen
p. 050 364 2618
e-mail: janne.janhonen (a) pussikeskus.fi

Jere Nieminen
p. 044 755 5788



Variston Tennis VarTe r.y.

JÄSENTIEDOTE 1/2013

21.3.2013

4 (4)

e-mail: jere.nieminen (a) lining.fi

Leena Kainomaa, laskutusasiat
Riistatie 5 B 5
02940 Espoo
p. 040 595 0525
e-mail: leena.kainomaa (a) gmail.com

Antti Pelkonen, päävalmentaja
Puolukkamäki 10 B 5
02430 Masala
p. 0400 617 665
e-mail: antti.pelkonen (a) varistontennis.net

Matti Vehmas
p. 050 525 6226
e-mail: matti.vehmas (a) fimnet.fi

Valmennuspäällikkö (ei hallituksessa):

Kari Siukonen
Valkotie 3 B
01620 Vantaa
p. 0500 639 085
e-mail: kari.siukonen (a) varistontennis.net

Seuran internetsivut

Seuramme omat internet sivut löytyvät osoitteesta
www.varistontennis.net.

Sähköpostia voit lähettää osoitteeseen:
varistontennis(a)varistontennis.net