



## UUDEN JÄSENEEN ALOITUSINFOPAKETTI 2018

### 1. Mitä kurssin jälkeen – kuinka voin jatkaa miekkailua?

Kurssin käyneenä voit liittyä seuraamme, ja jatkaa miekkailua **harrastemiekkailijana** tai **kausimiekkailijana**. Perhemiekkailulle ja pyörätuolimiekkailulle on varattu myös omat harjoitusvuoronsa. Harraste- ja kausimiekkailijalla on valittavanaan erilaisia harjoitusvuoroja ja heidän sali-valmennus-maksunsa muodostuvat eri tavoin. Jäljempänä on kerrottu tarkemmin näiden pääryhmien väliset erot.

#### **Liityäksesi seuraamme:**

1) täytä jäsenhakemuksesi nettisivuiltamme ohjeiden mukaan: [www.espoonmiekkailijat.fi/jasen](http://www.espoonmiekkailijat.fi/jasen) ja valitse pääryhmäsi (harrastemiekkailija tai kausimiekkailija)

2) maksa verkkokaupassamme ([www.espoonmiekkailijat.fi/shop](http://www.espoonmiekkailijat.fi/shop)) **nuorten** / **aikuisten** harrastemiekkailukorttisi tai kausimiekkailijan nuorten / aikuisten sali-valmennusmaksu + jäsenmaksu. Tämän jälkeen voit heti tulla omalle harjoitusvuorollesi miekkaillemaan! Maksujen suuruudet on esitetty kohdassa 4.

#### **Harrastemiekkailijaryhmät**

Harrastemiekkailijoiden harjoituksissa pääpaino on miekkailun mielekkäässä harrastamisessa riittävillä perustaidoilla ja niiden ylläpitämisessä. Harjoitusmaksu on kertakäyntiin perustuva.

**Harjoitusvuoro on 9-16 -vuotiailla nuorilla sunnuntaisin klo 16.00-17.30 ja/tai maanantaisin klo 17.00-18.30. Aikuisilla vastaava harrastemiekkailun harjoitusvuoro on sunnuntaisin klo 18.00-19.30.**

Miekkailuharjoituksiin voi tulla helposti milloin vain osallistua maksamalla 10 euroa/kerta (nuoret) tai 14 euroa/kerta (aikuiset) **harrastemiekkailukortilla**, joka käsittää valmentajien ja ohjaajien vetämät harjoitukset, varusteiden käyttöoikeuden, harraste-lisenssivakuutuksen ja seuran jäsenyyden.

Harrastemiekkailukortin hinta on 50 euroa (nuoret) tai 70 euroa (aikuiset), ja se käsittää 5 harjoituskertaa. Kortti on voimassa vuoden ostopäivästä. Harrastemiekkailukortteja voit ostaa seurasta verkkokauppamme kautta: [www.espoonmiekkailijat.fi/harrastekortti](http://www.espoonmiekkailijat.fi/harrastekortti) . Kun olet maksanut harrastemiekkailukorttimaksusi, saat korttisi seuraavalla kerralla osallistuessasi miekkailuharjoituksiin.

Halutessasi voit vaihtaa kauden aikana kausimiekkailijoiden ryhmiin tai kausimiekkailijoista harrastemiekkailijoihin.

#### **Kausimiekkailijaryhmät**

Kausimiekkailijoiden ryhmiä ovat nuorten ryhmät, aikuiset kunto- ja kilpamiekkailijat, valmennusryhmien miekkailijat ja pyörätuolimiekkailijat.

Kausimiekkailijoiden ryhmissä miekkailu on tavoitteellisempaa harrastamista, heillä on valittavissa **harjoitusvuoroja enemmän (mahdollisuus jopa 5 kertaan viikossa ma-su)** ja ammattimainen miekkailuvalmennus keskittyy miekkailijan fysiikan ja teknis-taktis-taito-ominaisuuksien säännölliseen kehittämiseen antaen mahdollisuudet myöhemmin pyrkiä myös kilpamiekkailijaryhmiin.

Kausimiekkailijan harjoitusmaksut ovat erilaisia kuin harrastemiekkailijalla: aktiivi-miekkailija maksaa syys- tai kevätlukukauden alussa kauden valmennusmaksun (nuoret 120 euroa, aikuiset 140 euroa). Valmennusmaksun suuruuteen harjoituskertojen lukumäärä ei vaikuta ollenkaan. Jos haluat heti liittyä kausimiekkailijaksi kurssin jälkeen, laskemme erikseen lukukauden osittaisen harjoitusmaksun.

## Yhteenveto seuran ryhmistä, harjoitusvuoroista ja sali-valmennusmaksuista (kts. 4. maksut)

Ryhmä	Harjoitusvuorot (vapaasti valittavissa)	Sali-valmennusmaksu
<b>Harrastemiekkailija</b>		Harrastemiekkailukortti
aikuiset	su 18:00-19:30, ke 18:30-20:00**	14 €/kerta
nuoret 9-16v	su 16:00-17:30*, ma 17:00-18:30, ke 18:30-20:00**	10 €/kerta
<b>Kausimiekkailija</b>		Kausimaksu (kevät/syksy)
aikuiset	su 18:00-19:30, ma 18:30-20:00*, ti 18:00-19:30, to 18:00-19:30, ke 18:30-20:00**	140 €
nuoret 9-14v	su 16:00-17:30, ma 17:00-18:30*, ti 17:00-18:30*, to 17:00-18:30*, ke 18:30-20:00**	120 €
nuoret 15-20v	ma 18:30-20:00*, ti 18:00-19:30*, to 18:00-19:30*, ke 18:30-20:00**	120 €
minizorrot 5-8v	ke 17:30-18:30 *	90 €
<b>Perhemiekkailu</b>		Kertamaksu, enn. ilmo ***
2-4 hlöä perheestä	su 14:00-16:00 (joka toinen su ***)	30 €
<b>Pyörätuolimiekkailu</b>		Kausimaksu (kevät/syksy)
	su 18:00-20:00	90 €

\* = ensisijaiset valittavissa olevat harjoitusvuorot

\* \* = seuran avoin, kaikille miekkailijoille tarkoitettu harjoitusvuoro EM-kalenteriin merkittyinä ke-päivinä

\* \* \* = kertamaksu, ennakoilmoittautuminen ilmoitetuille su-päiville: [www.espoonmiekkailijat.fi/perheet](http://www.espoonmiekkailijat.fi/perheet)

## 2. EM-Foorumi

Kun liityt kurssin jälkeen seuraamme ja olet lähettänyt jäsenhakemuksesi, sinut rekisteröidään samalla seuramme ”intranettiin”, EM-Foorumiin ([www.emfoorumi.info](http://www.emfoorumi.info)). Täältä löydät tarvittavaa tietoa seuran asioista, harjoittelusta, kilpailuista, tapahtumista, yms. Lähetämme myös säännöllisesti viestejä Foorumin jäsenille.

Tunnus ja salasana lähetetään jäsenhakemuksessa / kurssi-ilmoittautumislomakkeessa ilmoittamaasi sähköpostiosoitteeseen.

### 3. Seuran valmentajat ja ohjaajat 2018

**Kimmo Puranen, päävalmentaja**, puh. 0500 416 826, kimmo.puranen@espoonmiekkailijat.fi  
Malminmäentie 2 C 6, 02280 Espoo

**Taneli Rautala**, valmentaja (zorrot, minijuniorit, kadetit, juniorit),  
taneli.rautala@espoonmiekkailijat.fi

**Wieslaw Koniczek**, valmentaja (zorrot, minijuniorit, kadetit, juniorit),  
wieslaw.koniczek@espoonmiekkailijat

**Ilkka Lampi**, valmentaja (zorrot, minijuniorit, kadetit, juniorit), ilkka.lampi@espoonmiekkailijat.fi

**Dimitar "Mitro" Pruginic**, valmentaja (mini- ja mikrozorrot, harraste-kuntomiekkailijat, pt-miekkailu),  
dimitar.pruginic@espoonmiekkailijat.fi

**Selma Mustonen**, (harrastemiekkailu, tapahtumamiekkailu),  
selma.mustonen@espoonmiekkailijat.fi

**Veera Vesterinen** (harrastemiekkailu), veera.vesterinen@espoonmiekkailijat.fi

**Meri-Maaria Kivekäs** (aikuiskuntomiekkailijat), meri-maaria.kivekas@espoonmiekkailijat.fi

**Lissu Kujanpää** (kurssiohjaaja, tapahtumiekkailu), lissu.kujanpaa@espoonmiekkailijat.fi

**Terho Mustonen** (KULPS-ohjaaja, tapahtumiekkailu), terho.mustonen@espoonmiekkailijat.fi

### 4. Maksut 2018

**Seuramme johtokunnan vahvistamat maksut:**

#### Harrastemiekkailijat

nuoret 9-20v: 10 € /harjoitusvuoro, 5 harjoituskerran kortti 50 € (sis. jäsenmaksun)  
aikuiset :14 € /harjoitusvuoro, 5 harjoitusvuoron kortti 70 € (sis. jäsenmaksun)

Harrastemiekkailukortit ostetaan verkkokaupan kautta:

[www.espoonmiekkailijat.fi/harrastekortti](http://www.espoonmiekkailijat.fi/harrastekortti)

#### Kausimiekkailijat

##### 1. Jäsenmaksu 2018

Vuosittainen jäsenmaksu 70€

##### 2. Kausimiekkailijan sali-valmennusmaksut (harjoitusvuoroja valittavissa 1-4 / viikko)

- Minizorrot (5-8v) sali-valmennusmaksu 90€. Harjoitukset keskiviikkoisin.
- Nuorten (9-20v) sali-valmennusmaksu (syys- /kevätlukukausi) 120€
- Aikuisten sali-valmennusmaksu (syys- /kevätlukukausi) 140€
- Pyörätuolimiekkailun sali-valmennusmaksu (syys- /kevätlukukausi) 90€

Salimaksu kohdistuu puoleen vuoteen (lukukauteen) ja se maksetaan sitovasti kokonaisuudessaan kausien alussa eikä sitä palauteta kesken kautta. Maksu on vakio kaikille riippumatta siitä, miekkailenko kerran kuukaudessa vai esim. 3-4 kertaa viikossa.

#### Perhemiekkailuvuoro

**2-4 hlöä perheestä:** 30 € /kertamaksu (joka toinen sunnuntai klo 14-16)

ennakkoilmoittautuminen [www.espoonmiekkailijat.fi/perheet](http://www.espoonmiekkailijat.fi/perheet)

Kaikista maksuista on tarkemmat esitykset EM-Foorumissa ([www.emfoorumi.info](http://www.emfoorumi.info)).

Kaikki maksuista lähetetään erikseen lasku ilmoitettuihin osoitteisiin. Jäsenmaksut ja salimaksut laskutetaan kausien alussa tammi-/syyskuussa.

Muistathan, että kurssipakettiin kuului lisäksi

- miekkailuvakuutus-lisenssi, joka on 31.8.2018 asti. Vakuutus kattaa miekkailuharjoitusten aikana tai -harjoitukseen liittyvillä matkoilla tapaturmat

## 5. Miekkailuvarusteista

Seuralla on erä aseita, maskeja, hanskoja ja vaatteita, joita voit käyttää harjoituksissa.

Miekkailijat voivat hankkia vähitellen omia varusteita. Suositeltava järjestys on:

- kalpa (n. 80-90 €), vartalojohto (n. 25 €) ja hanska (n.25-35 €)
- maski (n. 100-160 €)
- miekkailutakki ja -housut (n. 160-200 €)

Varusteita voit tilata seuramme kautta tai erikseen ilmoitettavina ajankohtina seuran järjestämissä kilpailutapahtumissa. Ilmoitamme tilauksista EM-Foorumissa Miekkailuvarusteet-osiossa. Ennen tilaustasi huoltajat voivat keskustella tilauksen sisällöstä seuran valmentajan kanssa. Kaikki seuran varustetilaukset tehdään sähköpostitse Kimmolle, joka tarkistaa tilauksen.

## 6. Yhteystiedot 2018

Toiminnanjohtaja / päävalmentaja Kimmo Puranen

**EM-Sähköposti:** kimmo.puranen@espoonmiekkailijat.fi, **EM-Puhelin:** 0500 416 826

**EM-Postiosoite:** Kimmo Puranen / Espoon Miekkailijat ry, Malminmäentie 2 C 6, 02280 Espoo

## 7. Seuran johtokunta 2018

<b>Simo Säaskilähti</b> , puheenjohtaja simo.saaskilähti@espoonmiekkailijat.fi	
<b>Kaisa Thodén</b> , varapuheenjohtaja kaisa.thodén@espoonmiekkailijat.fi	<b>Katja Kaakinen</b> , varapuheenjohtaja katja.kaakinen@espoonmiekkailijat.fi
<b>Elina Fogde</b> , taloudenhoitaja elina.fogde@espoonmiekkailijat.fi	<b>Dana Freling</b> dana.freling@espoonmiekkailijat.fi
<b>Karri Huusko</b> karri.huusko@espoonmiekkailijat.fi	<b>Hans Sundquist</b> , hans.sundquist@espoonmiekkailijat.fi

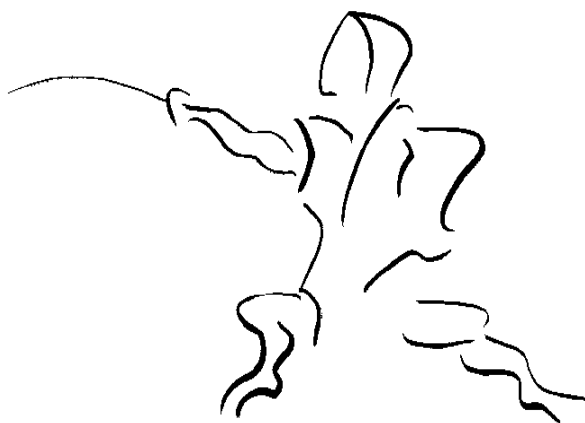
### Jäsen, seuraathan internet-sivujamme:

- kotisivujamme [www.espoonmiekkailijat.fi](http://www.espoonmiekkailijat.fi)
- EM-Facebook –sivuja: [www.facebook.com/espoonmiekkailijat](http://www.facebook.com/espoonmiekkailijat)
- EM-Foorumin jäsensivuja: [www.emfoorumi.info](http://www.emfoorumi.info)

EM-Foorumissa [www.espoonmiekkailijat.fi/emkalenteri](http://www.espoonmiekkailijat.fi/emkalenteri) on seuran Toiminta- ja Kilpailukalenteri (tarvitset ensiksi EM-Foorumin jäsentunnukset)!

**Kevätkaudella lisäksi mm. ystävänpäivämiekkailut ja äitienpäivämiekkailut!**

- Kysy Kimmolta jos joku miekkailuasialta askarruttaa! Kaikki kysymykset ovat yhtä hyviä!



**TERVETULOA MIEKKAILEMAAN!**



# ESPOON MIEKKAILIJAT RY

## MIEKKAILUSALIN JÄRJESTYSSÄÄNNÖT MIEKKAILIJOIDEN HYVÄT KÄYTÖSTAVAT

- 1 § **Tulen miekkailuharjoituksiin hyvissä ajoin ennen harjoitusten alkamisaikaa.** Jos myöhästyn, pyrin mahdollisimman kohteliaasti liittymään muun ryhmän harjoitteluun. Harjoitukset lopetetaan samanaikaisesti.
- 2 § **Tullessani miekkailuharjoituksiin tervehdin kohteliaasti kaikkia muita miekkailijoita ja valmentajia.** Ennen harjoitusten alkua ilmoittaudun tarvittaessa harjoitusten valmentajalle, joka kirjaa läsnäoloni harjoituksissa.
- 3 § **Huolehdin hyvin varusteistani ja välineistäni.** Tiedän, että puhtaissa vaatteissa on muidenkin mielestä miellyttävämpää harjoitella.
- 4 § **Ottelen rehdisti miekkailusääntöjä noudattaen.** En kiroile ja kiukuttele, jos häviän otteluni. Miekkailijat ovat kohteliaita.
- 5 § **Noudatan tarkkaan valmentajien ohjeita ja neuvoja.** Voit kysyä neuvoa myös vanhemmilta kokeneemmilta miekkailijoilta.
- 6 § **Vapaamiekkailun aikana yritän otella mahdollisimman monta ottelua.** Vaihdan ripeästi varusteet ja välineet ennen vapaamiekkailua.
- 7 § **Harjoitusten jälkeen peseydyn ja vaihdan puhtaat vaatteet ylleni mahdollisimman nopeasti.**
- 8 § **Sairaana tai loukkaantuneena en harjoittele.** Muista, että sairaana voit tartuttaa muita, jotka haluavat harjoitella ja kilpailla terveenä. Jos sairaus tai kipu jatkuu pitkään ja joudut olemaan poissa harjoituksista, kerron asiasta myös pian valmentajalle.
- 9 § **Seuraan tarkasti salilla ja netistä omaa ryhmääni koskevia tiedotuksia ja kilpailutiedotteita.** Ilmoittaudun hyvissä ajoin kilpailuihin ja kirjoitan heti tarpeelliset kilpailutiedot muistiin.
- 10 § **Miekkailijan iloinen ja reipas käytös lisäävät yhteistä mukavuuttamme salilla ja myös salin ulkopuolella.**

**Muistathan noudattaa miekkailuseuramme  
järjestyssääntöjä ja käytöstapoja!**

