

NAISTEN 2. JOUKKUEEN KAUSITIEDOTE

Kauden 2017 naisten 2. joukkueen, Diamondcatsien, karsinnat järjestetään keskiviikkona 14.12. klo 19–21 Unelma Areenalla.

Joukkue harjoittelee peruskaudella neljä kertaa viikossa (alustavasti ma, to, pe, su). Harjoittelu edistyneet tasolla merkitsee sitoutumista tavoitteelliseen harjoitteluun ja kilpaurheilijan elämäntapaan, joka vaatii arkirutiinien sopeuttamista sekä tytöiltä että heidän perheiltään. Harjoituksissa on oltava läsnä joka kerta, eikä poissaoloja voi tulla kuin sairauden tai erittäin pakottavan syyn vuoksi. Sitoutumalla joukkueeseen sitoutuu myös osallistumaan harjoituksiin, leireihin ja kilpailumatkoihin. Toivommeikin perheiden tukevan tyttöjen kilpaurheilua mahdollisimman hyvin ja huomioivan harjoitus-, leiri- ja kilpa-aikataulut perheen menoja ja loma-aikatauluja suunniteltaessa.

Tekniikkavalmennuksen lisäksi joukkue harjoittelee ulkopuolisen valmennuksen johdolla fysiikkaa kahdesti viikossa sekä akrobatiaa kerran viikossa tasoryhmissä. Ulkopuolisen valmennuksen kustannukset on huomioitu alla olevassa budjettiarviossa.

Joukkueen kalenteri ja kustannusarvio 2017:

- | | | |
|---|--------------------|---------|
| • DTC:n jäsen- ja harjoitusmaksu (koko kausi) | | 395 e |
| • Ulkopuolinen valmennus (koko kausi) | | 200 e |
| • SCL:n Lisenssi (koko kausi) | | 84/26 e |
| • Leirit yhteensä | | 300 e |
| ○ Harjoitusleiri, syksy (SCL) | | |
| ○ Jenkkileirit | maalis- ja syyskuu | |
| • Omatoiminen harjoitusjakso | 21.6.–26.7. | |
| • Kilpailut | | |
| ○ Summer Cheer cup | kesäkuu | 150 e |
| ○ Super Cheer - kilpailut (Vantaa) | marraskuu | 150 e |
| • Yhteiset varustehankinnat | | 85 e |

Mikäli et mahdu kokoonpanoon, tullaan sinulle tarjoamaan paikkaa Fiercecatsista tai iän salliessa seuran juniorijoukkueista.

Lisätietoja karsinnoista ja ensi kauden ohjelmasta antaa joukkueen valmentajat: Leena Röntynen ja Nelli Mäkinen tai dt.diamondcats@gmail.com.

Palauta alaosa valmentajille karsinnoissa. Urheilijan huoltajan tulee myös allekirjoittaa tiedote.

Urheilijan nimi: _____

Olen lukenut yllä olevan tiedotteen. Mikäli minut valitaan joukkueeseen, sitoudun joukkueen harjoitus-, leiri- ja kilpa-aikatauluihin sekä määrätietoiseen harjoitteluun.

Allekirjoitus ja nimenselvennys

Huoltajan allekirjoitus ja nimenselvennys