

## TIEDOTE PARKOUR AKATEMIAN JÄSENILLE JA HEIDÄN VANHEMMILLEEN, KEVÄTKAUSI 2010

### ILMOITTAUTUMINEN KEVÄÄN TUNNEILLE

Varaat paikkasi kevään 2010 ryhmissä maksamalla tämän tiedotteen toisella puolella olevan laskun viimeistään joulukuun 27. päivään mennessä. Erillistä ilmoittautumista ei tämän lisäksi tarvita. Jos maksaminen lipsahtaa tämän eräpäivän tuolle puolen ja haluatte varmistaa paikkanne, soittatthän Hämähäkki Pertulle mahdollisimman pian asiasta. Ottakaa yhteyttä myös, jos haluatte vaihtaa ryhmää tai ilmoittautua useampaan ryhmään.

Joihinkin ryhmiin mahtuu vielä uusia! Jos haluat osallistua useampaan ryhmään tai jos tiedät jonkun halukkaan niin ole kärppänä 4.1.2009, jolloin uusien ilmoittautuminen alkaa osoitteessa [www.parkourakatemia.fi](http://www.parkourakatemia.fi). Jos asiasta on kysyttävää tai haluat kausikortin, jolla voi käydä kaikissa ryhmissä, ota yhteyttä Perttuun tai Jaskaan ([akatemia@dash.fi](mailto:akatemia@dash.fi) / 0503021696)

### PIKKUJOULUT

Hou hou hou! Älä unohda Akatemian pikkujoulukerralla eli viimeisellä treenikerralla tonttulakkia kotiin. Lastenryhmäläiset voivat ottaa mukaan huoltajan, muihin ryhmiin voi tuoda kaverin. Rynnistetään, leikitään ja tömistellään niin kuin ei koskaan. Mehua ja piparia!

### SUPREME PARKOUR ARMAGEDDON ULTIMATUM!

Viimeisenä treeniweekloppuna ennen joulua (19.-20.12.) Jyväskylässä järähtää! Akatemian harjoitusten lisäksi nuorille ja aikuisille on tarjolla vuoden mahtavin parkour-tapahtuma, josta löydät lisätietoa osoitteesta [www.parkour.fi](http://www.parkour.fi).

### AIKATAULUMUUTOKSIA KAUDEN VIIMEISELLÄ SUNNUNTAILLA

Parkour-tapahtumasta johtuen 20.12. sunnuntain treeni aikataulut ovat poikkeavat muutamassa ryhmässä. Katso ajat viereisestä taulukosta.

Ryhmä	normaali aika	20.12.2009 harjoitukset poikkeuksellisesti
Lapset 1	klo 13.00-14.15	klo 14.30-15.45
Nuoret 2	klo 13.00-14.30	klo 14.30-16.00
Lapset 2	klo 14.30-15.45	klo 16.00-17.15
Fitness	klo 14.30-16.00	klo 16.00-17.30

### KEVÄT 2010

Vanhojen ryhmien lisäksi alkunsa saa monituisia uusia ryhmiä eri puolilla Jyväskylää. Aikataulutietoa näet viereisestä taulukosta. Ryhmien tarkka määrä ja sijainnit varmistuvat vuodenvaihteeseen mennessä. Seuratkaa ihmeessä Akatemian nettisivuja; ei tiedä vaikka omassa kaupunginosassasi alkaisi uusi ryhmä! Laittakaa viidakkorummut pärisemään ja puskaradio täysille, parkour-kuume leviää!

PVM	TAPAHTUMA
25.1. →	kevätkausi alkaa kaikilla ryhmillä tällä viikolla
1.-7.3.	talviloma, ei harjoituksia
29.3.-5.4.	pääsiäisloma, ei harjoituksia
12.4. →	ulkokausi alkaa, harjoituspaikat verkkosivuilla
1.-2.5.	vappuviikonloppu, ei harjoituksia
11.-23.5.	kausi päättyy ryhmäkohtaisesti

### VAATTEET ON MUN AATTEET

Äskettäin on Akatemian jäsenille avautunut oma sivu, jonka kautta tilata parkour-aiheisia vaatekappaleita. Täyttämällä tilauksen verkossa vähintään päivää ennen seuraavia treenejä, saa tilaamansa tuotteet kyseisiin treeneihin. Vaatteiden tilaus käy osoitteessa [www.parkourakatemia.fi/vaatteet](http://www.parkourakatemia.fi/vaatteet).

### KESÄLEIRIT

Kesän tulon varmistavat Parkour Akatemian toimintaleirit, jotka jysähtävät kaupungin kaduille ja puistoihin myös ensi kesänä yhtä varmasti kuin tiilikivi putoaa. Tarkkailekaa internet-sivujamme, jotta tiedätte oikean hetken toimia. Maistiaisiksi voitte katsella tunnelmia viime kesältä osoitteesta [www.parkourakatemia.fi/akatemia\\_vidoeit](http://www.parkourakatemia.fi/akatemia_vidoeit)



Hämähäkki seinällä,  
kuva: Juha Mäkinen



Kesäleirin seinäjuoksuja,  
kuva: Taavi Hölttä