



Kuopion Reipas, kuukausitiedote kesäkuu 2022

Kesän yleisurheilukoulut ja perheliikunta käynnistyvät viikolla 19

Reippaan kesän harrastustoiminta käynnistyi iloisissa ja reippaissa tunnelmissa!

Ohjaajat viestivät tärkeitä asioita harjoituksiin ja kisoihin liittyen whatsapp ryhmien kautta, mikäli et vielä kuulu ryhmään ole yhteydessä ohjaajiin tai seuran toimistolle.

Kesäkauden laskutus on tehty viime ja tällä viikolla, laskut on lähetetty sähköpostilla. Mikäli laskussa on epäselvyyttä tai laskua ei ole saapunut otathan yhteyttä toimisto@kuopionreipas.fi

Kesän yleisurheilukoulut Hiltulanlahdessa Vanulan kentällä sekä Saaristokaupungissa Eino Leinon lähiliikunta-alueella käynnistyvät ensi viikolla 23.

Aikuisten yleisurheilukoulu

Aikuisten yleisurheilukouluun on vielä paikkoja jäljellä!

Urheilukoulu harjoittelee keskiviikkoisin klo: 17.30–19.00 Väinölänniemien kentällä.

Et tarvitse aiempaa kokemusta yleisurheilusta. Tervetuloa mukaan!

Intersport juoksukoulu alkaa taas kesäkuussa!

Juoksukoulun päämääränä on Rauhalahdi-Kuopio Maraton tapahtuma, mistä voit valita mieluisesi matkan. (Voi myös osallistua juoksukouluun ilman tapahtumaan osallistumista)

Juoksukoulu tarjoaa 10x monipuoliset yhteistreenit eri maastoissa, treeniseuraa, tekniikka- ja harjoitteluvinkkejä kohti tapahtumaa sekä energiaa arkeen!

Lisätiedot nettisivuiltamme: <https://www.kuopionreipas.fi/kuntoliikunta-juoksukoulu/intersport-juoksukoulu/>

Tarjoamme myös juoksukoulupaketteja, yleisurheiluiltoja tai kuntotestauksia yrityksille!

Vinkkaa omalle työpaikallasi tyhy-päivää! <https://www.kuopionreipas.fi/kuntoliikunta-juoksukoulu/>

Kisatapahtumat kesällä 2022

Yleisurheilijoille tärkeää tietoa kilpailuista löytyy www.kilpailukalenteri.fi sivustolta. Sieltä pystytte hakutoiminnolla etsimään Kuopion, Pohjois-Savon tai muiden alueiden kilpailuja. Kilpailukalenterin kautta voivat ilmoittautua kaikki lisenssin (kilpailuluvan) omaavat harrastajat. Huom! Reipas lunastaa lisenssit kaikille harrastajille. 14-vuotiaiden ja sitä vanhempien lisenssiin ei kuulu vakuutusta, vaan harrastajan tulee hankkia se itse. Seuraattehan tapahtumia sekä Reippaan sivuilta että kilpailukalenterista.

Kisatapahtumat Väinölänniemellä kesällä 2022

- 7.6. 2.Kultajousi kuukausikisat ja seurakisat
- 29.6. Pohjola Seuracup I
- 9.–10.7. Hannes Junior Games
- 19.7. 3.Kultajousi kuukausikisat ja seurakisat
- 16.8. 4.Kultajousi kuukausikisat ja seurakisat päätös
- 24.8. OP Pohjois-Savon Hippokisat
- 6.9. Vänärin syyskisa



Hannes Junior Games 9.–10.7.2022

<https://www.kuopionreipas.fi/kilpailut-ja-tapahtumat/hannes-junior-games-9-7-10-7-202/>

Perinteinen HJG kisataan Väinölänniemellä heinäkuussa ja ilmoittautuminen kisaan tapahtuu kilpailukalenterin kautta <https://kilpailukalenteri.fi/?cs=16&nid=29705>

Kaikki Reippaan yleisurheilijat -niin harrastus- kuin valmennusryhmistä- ovat tervetulleita kilpailemaan! Kotikisoissa on hyvä tunnelma ja paljon tuttuja, joten rohkeasti vaan mukaan.

Lisätietoja kilpailusta, ilmoittautumisesta ja kisatapahtumasta voi kysyä oman ryhmän ohjaajilta tai valmentajalta. Myös seuran toimisto auttaa kisaan liittyvissä kysymyksissä.

Huom! Mikäli Reippaan urheilijan perheenjäsen on toimitsijana HJG:ssa, kaikki lajit seuran urheilijalle on maksutta kyseisessä kisassa.

Vapaaehtoisia ja toimitsijoita tarvitaan kesän kisoihin

Kesä on yleisurheilun sesonkiaikaa ja niinpä kisakoneisto käy läpi kesän täydellä teholla.

Toivomme että sinulla ja perheelläsi on mahdollisuus osallistua vapaaehtoisena kisajärjestelyihin!

Kuukausi- ja seurakisat järjestetään kerran kuukaudessa, lisäksi Reipas järjestää Pohjola Seuracupin kesäkuussa, perinteikkäät Hannes Junior Gamesit heinäkuussa, OP:n Hippokisat elokuussa ja Rauhalahdi Kuopio Maratonin syyskuussa.

Toimitsijaksi ja vapaaehtoiseksi voi ilmoittautua kuka vain, yleisurheilutausta ei ole välttämätön.

Opastamme ja koulutamme vapaaehtoiset tehtäviin eikä aiempaa kokemusta vaadita. Tulethan Reippaseen porukkaamme mukaan tekemään onnistuneet kisatapahtumat!

Ota yhteyttä toimisto@kuopionreipas.fi tai ilmoittaudu suoraan Reippaan nettisivujen kautta

<https://www.kuopionreipas.fi/vapaaehtoiseksi/>

Kultajousen kesän kuvasto

Kultajousen kesän tarjoukset ovat Reipaslaisille Kuopion kaikissa kolmessa myymälässä. Alennukset saat esittämällä Reippaan jäsenkortin ostosten yhteydessä.

Kultajousi myymälät löydät Puijonkadulta, Kolmisopesta ja Matkuksesta. Tervetuloa ostoksille!

www.kultajousi.fi



Kuopion Eläinpuistot avoinna kesällä

Vehmasmäessä sijaitseva Kuopion Eläinpuisto sekä Kuopion eläinpuisto Rauhalahdi on avannut jälleen ovensa. Reippaan jäsenkortilla pääset alennushinnoilla tutustumaan leppoisaan maalaismiljööseen ja ihaniin eläimiin.

Vierailu puistoissa Kuopion Reippaan jäsenille:

- Pääsylippu Vehmasmäkeen 10 €
- Pääsylippu Rauhalahteen 6 €
- Yhteispassi molempiin eläinpuistoihin 25 €



Tervetuloa viihtymään!

Löydät Eläinpuistot osoitteesta Rantasuontie 39, Hiltulanlahti (Vehmasmäki) sekä Rauhankatu 3, Kuopio (Rauhalahdi)



Käyttämällä Mehiläisen palveluita ja lataamalla Oma Urheilun sovelluksen tuette samalla myös seuran toimintaa

Mehiläinen tarjoaa laadukkaat ja kokonaisvaltaiset terveystalvelut, lääkäri- ja yleislääkäripalvelut nopeasti ja sujuvasti. Mehiläisen kokeneet ammattilaiset tukenasi ja apunasi. Olemme täällä sinua varten. Varaa aikasi nyt, asioida voit vastaanotolla tai etänä. Asiantuntevat lääkärit. OmaMehiläinen Mobiiliedut. Nopeasti hoitoon. Lisätietoja Urheilun Mehiläisen hoitopolusta ja Oma Urheilun käytöstä.

<https://www.kuopionreipas.fi/yhteistyökumppanit-ja-jasenedut/urheilu-mehiläisen-hoitopolku/>

Seuraa meitä somessa, tutustu yhteistyökumppaneihimme

Seuraa Reipasta Facebookissa ja Instassa, ja pysy ajan tasalla seuramme tulevista asioista ja tapahtumista. Katso tarkemmat edut ja yhteystiedot <https://www.kuopionreipas.fi/yhteistyökumppanit-ja-jasenedut/>

Reipasta tukemassa seuraavat yritykset ja yhteisöt:



AKTIVOI EDUSTUSTASON HOITOTIIMI JA OMAURHEILUN EDUT LATAAMALLA OMAMEHILÄINEN-SOVELLUS PUHELIMEESI.

1. Lataa tai Avaa OmaMehiläinen -sovellus
2. Klikkaa sovelluksen alareunasta "LISÄÄ"
3. Klikkaa "OMAUURHEILU"
4. Etsi urheiluseuralistauksesta oma seurasi
5. Rekisteröidy salasanalla "MEHURHEILU"

OmaMehiläisen käyttöönnotto vaatii verkkopankkitunnukset. Jos sinulla ei ole verkkopankkitunnuksia voit aktivoida OmaUrheilun huoltajasi OmaMehiläisessä.

Voit myös rekisteröidä perheenjäsenesi OmaUrheiluun. Jos perheenjäsenesi näkyvät jo OmaMehiläinen sovelluksessa, pääset lisäämään heidät Oma Urheilun asetuksista. Jos perheenjäsenet eivät näy OmaMehiläisessä, tulee ensin tehdä perheliitos. Ohjeet perheliitoksen tekemiseen löydät osoitteesta

mehilainen.fi/omamehilainen/perheliitos

