



Kevään treenit

Treeni-intoa alkavalle vuodelle! Kevätkausi alkaa **maanantaina 2.1.2012**. Harjoitukset jatkuvat Pohjan koululla ja Pohjan nuorisotalolla syksyn treeniaikataulun mukaisesti. Peruskurssilaiset siirtyvät jatkoryhmiin ja uudet peruskurssit alkavat tammikuun puolivälissä.

MA	18.00 – 19.30	Yang-taiji 24	peruskurssi	Pohjan nuorisotalo	TMJ
	19.30 – 21.00	Chen-taiji 83	jatkokurssi B	Pohjan nuorisotalo	KK
TI	17.30 – 19.30	Wushu	jatkokurssi	Pohjan koulu	KK
KE	18.00 – 19.30	Chen-taiji 83	peruskurssi	Pohjan nuorisotalo	KK
	19.30 – 21.00	Chen-taiji 83	jatkokurssi A	Pohjan nuorisotalo	KK
	19.30 – 21.00	Yang-taiji 24 (42)	jatkokurssi	Pohjan koulu	TMJ
TO	19.00 – 20.30	Taijijian 32	jatkokurssi	Pohjan koulu	TMJ
	15.00 – 16.00	Vapaatreeni	-	Kasperitalon judosali	-
LA	16.00 – 17.30	Kuntosali	-	Kasperitalon kuntosali	-
	18.00 – 19.30	Wing Chun	jatkokurssi	Pohjan nuorisotalo	KK

Jäsenmaksu ja treenimaksut

Vuoden 2012 jäsenmaksu on **15 €**. Koko kevätkauden jatkotreinimaksu jäsenille **50 €/kurssi**. Taijin jatkokurssilaiset voivat samalla treenimaksulla osallistua myös peruskurssille, jos tuntuu että kaipaa lisäharjoitusta. Kuntosali ja vapaatreeni **2,50 €/kerta**. Maksulappuja saat ohjaajalta treeneissä. Muista merkata käyntisi treenikalenteriin.

Uudet peruskurssit

Uudet peruskurssit alkavat **16.1.2012**. Peruskurssit kestävät tammikuusta toukokuun loppuun (noin 4 kk), hinta on **65 €/kurssi**. Ilmoittautua voit nettisivuillamme tai tulemalla paikan päälle. Lajiesittely ensimmäisellä tunnilla.

Yang-taijiquan 24 peruskurssi

Alkaa: maanantaina 16.1. klo 18.00
Paikka: Pohjan nuorisotalo
Harjoitukset: maanantaisin klo 18.00–19.30
Opettaja: Tanja Mäki-Jussila, puh. 050 537 4454

Chen-taijiquan 83 peruskurssi

Alkaa: keskiviikkona 18.1. klo 18.00
Paikka: Pohjan nuorisotalo
Harjoitukset: keskiviikkoisin klo 18.00–19.30
Opettaja: Kari Koskimäki, puh. 045 137 0077

Tarkemmat tiedot ja ilmoittautumiset nettisivuillamme:
<http://www.wushuseinajoki.fi/>



Hyvää uutta vuotta!

Kiinalaisen kalenterin mukaan uusi vuosi alkaa **23.2.2012**. Tuleva vuosi on **Lohikäärmeen vuosi**. Lohikäärmeen vuosi on kunnianhimoisten tavoitteiden, voiman ja uskaltamisen aikaa. Silloin on erityisen hyvä aika aloittaa yrityksiä, mennä naimisiin, saada lapsia ja ottaa uskomattomia riskejä. Globaalilla tasolla voit odottaa äärimmäisiä maan muutoksia kuten maanjäristyksiä, tulivuorenpurkauksia ja hyökyaaltoja... Onhan tässä jo myrskyn merkit nähtykin!

Siispä treenaamaan vimmatusti, tuloksia tulee!!

Jäsenkirje lähetetään kaikille Virusmäen Wushun jäsenille ja sähköpostilistalle liitetyille henkilöille. Mikäli et halua tiedotteita jatkossa, ilmoita siitä alla olevaan osoitteeseen.