



Kuopion Reipas, kuukausitiedote lokakuu 2025

Ajankohtaista ja kalenteriin kirjattavaa

- Syysloma vk42 taukoviikko, ei harjoituksia
- Syyskauden viimeiset harjoitukset ovat viikolla 51
- Seura-asujen sovitus ja tilaus 31.10.2025 mennessä

Yleisurheilukoulujen harjoituksien siirtyminen Kuopio-halliin vk40

Lokakuun alusta alkaen Väinölänniemien ryhmät siirtyivät harjoittelemaan Kuopio-halliin. Ohjaajat ja valmentajat ovat jakaneet harrastajille koodit, jota käyttämällä pääsee sisälle halliin. Tiedotteen lopusta löytyy vielä tarkemmat ohjeistukset hallin vuoroihin liittyen.

Laskutus

Urheilukoulujen laskutuksia aloitetaan tekemään viikon 41 aikana Suomisportin kautta. Seuran sinulle osoittamat maksut löytyvät ja ovat maksettavissa Sporttitililtäsi "Maksut"-välilehdeltä. Sporttitilillesi löydät helpoiten lataamalla Suomisport-sovelluksen puhelimeesi tai kirjautumalla sisään www.suomisport.fi

"Maksut"-välilehdeltä löydät odottavat avoimet ja maksetut maksut. Suomisport ilmoittaa uusista ja erääntyneistä maksuista Suomisport-sovelluksen ilmoituksina ja Sporttitilillä olevaan sähköpostiosoitteeseen. Ohjeita maksujen maksamiseen ja seurantaan löydät tarkemmin

<https://suomisport.freshdesk.com/fi/support/solutions/articles/44002405629-miten-maksan-seuran-osoittaman-j%C3%A4sen-tai-kausimaksun->

Mikäli laskutuksesta tulee kysyttävää olkaa yhteydessä toimisto@kuopionreipas.fi

Lasten ja nuorten ryhmissä vielä tilaa

Napero-ryhmiin, perheliikunta-ryhmään, 6-vuotiaiden, 7-vuotiaiden ja 8-vuotiaiden ryhmiin mahtuu vielä hyvin mukaan. 9-vuotiaiden, 10-12-vuotiaiden ja 13-17-vuotiaiden ryhmissä vielä muutamia paikkoja vapaana. Vinkkaa siis kaverille hauska harrastuksesta.

Aikuisten yleisurheilukoulu syksy 2025

Tuo lapsesi urheilukouluun ja liiku itse samalla! Vielä ehtii ilmoittautua mukaan aikuisten yleisurheilukouluun! Ryhmä harjoittelee keskiviikkoisin klo 17.30-19.00 Kuopio-hallilla. Aikuisten yleisurheilukoulussa käydään kattavasti läpi kaikkia yleisurheilu lajeja. Osallistuminen ei vaadi aiempaa kokemusta ja harjoitukset räätälöidään kaikille sopiviksi. Harjoituksissa tekniikka ja kunto paranevat mukavassa porukassa. Ilmoittautuminen <https://www.suomisport.fi/events/a9c4f3ab-abce-4aa5-a822-edfd95c04046>

Seuran jäseneksi ilmoittautuminen ja lisenssien lunastaminen Suomisportissa

Kaudella 2025–2026 jäseneksi ilmoittautuminen tapahtuu Suomisportin kautta. Seura on luonut Suomisporttiin ilmoittautumiset jäsenille ja toimintamaksun alla oleville urheilijoille sekä aikuisurheilijoille. (ei koske urheilukouluryhmissä ja valmennusryhmissä mukana olevia) Ilmoittautumisten pohjalta pääsemme myös lunastamaan tarvittavat lisenssit, jotka laskutamme jäsenyyden yhteydessä. Ilmoittautuessa henkilö luo itselleen tilin ilmoittautumista varten, mikäli sellaista ei löydy jo ennestään. Jos kyseessä on lapsen vanhempi hän luo ensin tilin itselleen. Myöhemmässä vaiheessa luodaan tili huollettavalle tai huollettavan voi liittää oman tilin alle oman sporttitilin kautta.



Alla ilmoittautumisten linkit:

- Kuopion Reipas ry jäsenyys kausi 2025–2026
<https://www.suomisport.fi/events/9419a51f-1d28-4176-9581-44084d9da865>
- Urheilijaksi ilmoittautuminen/ Toimintamaksu
<https://www.suomisport.fi/events/2ba0b401-976d-4ba5-a120-f3885ed0cfbe>

Seuratoiminnan palautekyselyt

Seura toteuttaa seuratoiminnan palautekyselyt yhteistyössä Suomen Olympiakomitean kanssa. Kysely suoritetaan anonyyminä, joten yksittäisiä vastaajia ei voida tunnistaa. Toivomme että jokainen seuran jäsen sekä seurassa mukana toimiva henkilö vastaisi oman osa-alueen kyselyyn. Näin saadaan arvokasta tietoa seuratoiminnan kehittämisen kannalta. Lapsille ja nuorille on muodostettu myös omat kyselyt, kyselyä täyttäessä vanhemmat voivat olla apuna täyttämässä.

Alla linkit kyselyihin (**kyselyt sulkeutuvat 31.10.2025**). Kiitos.

Jos linkki ei aukea klikkaamalla, kopioi se selaimen osoiteriville.

- Lasten kysely (suositellaan alle 14-vuotiaille) <https://q.surveypal.com/1836.-Palautekysely-lapsille>
- Nuorten kysely (suositellaan yli 14-vuotiaille) <https://q.surveypal.com/1780.-Palautekysely-nuorille>
- Vanhempien kysely <https://q.surveypal.com/2392.-Palautekysely-vanhemmille>
- Aikuisliikkujien kysely <https://q.surveypal.com/1013.-Palautekysely-aikuisliikkujille>

Seura-asujen Basic malliston sovitus ja tilaus

Seura-asujen Basic malliston sovitus ja tilaus mahdollisuus on viikoilla 41–43. Asuja pääsee sovittamaan Intersport Kuopiossa 6.10.-26.10.2025 välisenä aikana ja tilaus tulee tehdä **perjantaihin 31.10.2025 mennessä**.

Tilaus tulee tehdä Intersportin mikrokauppaan <https://kuopionreipas.ourwear.shop/products>

Tilaus on sitova ja se laskutetaan tilauksen saavuttua. Tilaushintoihin lisätään painatuskulut.

Tilattua asua ei voi vaihtaa liikkeen kanssa. Seuran kanssa mahdollisesti voi, mikäli seuralla sattuu ylimääräisiä kokoja olemaan. Vastuu tilauksesta on kuitenkin tilaajalla.

Piirin hallikortin lunastaminen

Pohjois-Savon Yleisurheilu ry:n harjoitusvuorot Kuopio-hallissa ovat perjantaisin klo 17.00–19.00.

Yleisurheilualueen käyttö on perjantaisin klo 17.00–19.00 mahdollista ainoastaan piirin kortin haltijoille.

Reippaan jäsenille perjantain vuorolle hallikortin hinta kaudelle 2025–2026 on 20 euroa / henkilö. Korttitilaukset tulee tehdä piirin sihteerille Hanna Leinolalle sähköpostitse (hanna.leinola@gmail.com). Viestiin tulee liittää listaus kortin tilaavasta henkilöstä sekä laskutus- ja postitusosoite. HUOM! Vuorot eivät ole käytössä koulujen lomaviikoilla. Vuorot eivät ole myöskään käytössä silloin, kun Kuopio-hallissa on tapahtumia (messuja, konsertteja yms.) samaan aikaan. Huomioitathan, että Kuopio-hallilla on usein erilaisia tapahtumia, erityisesti perjantain vuorot eivät siis ole joka viikko käytettävissä. Ennen vuorolle menoa kannattaa siis tarkistaa varaustilanne Kuopio-hallin nettisivuilta osoitteesta: <https://liikkuvakuopio.fi/liikuntapaikat/monitoimihalli-areena/kuopio-halli/> tai Tilatori-varauskalenterista osoitteesta:

https://asp3.timmi.fi/WebTimmi/login.do?loginName=GUEST_TORI&password=GUEST&profileId=2089&adminArealD=2165



YLEISURHEILU



Reippaasti liikkumaan harrastustukirahasto

Reippaasti liikkumaan -harrastustuki rahastolla seura mahdollistaa vähävaraisten lasten- ja nuorten harrastamisen tukemisen. Rahaston avulla pystymme seurana olemaan mukana ehkäisemässä lasten ja nuorten syrjäytymistä, harrastamattomuutta ja tukemaan henkistä sekä fyysistä hyvinvointia. Edistää harrastamisen tasa-arvoisuutta. Rahastosta haetaan tukea vapaamuotoisella hakemuksella, johon ohjeet löydät alta.

<https://www.kuopionreipas.fi/reippaasti-liikkumaan-harrastust/>

Kultajousen SÄÄSTÖPÄIVÄT

Kultajousessa on säästöpäivät, Tervetuloa ostoksille!

Kultajousi myymälät löydät

Puijonkadulta, Kolmisopesta ja Matkuksesta.

www.kultajousi.fi

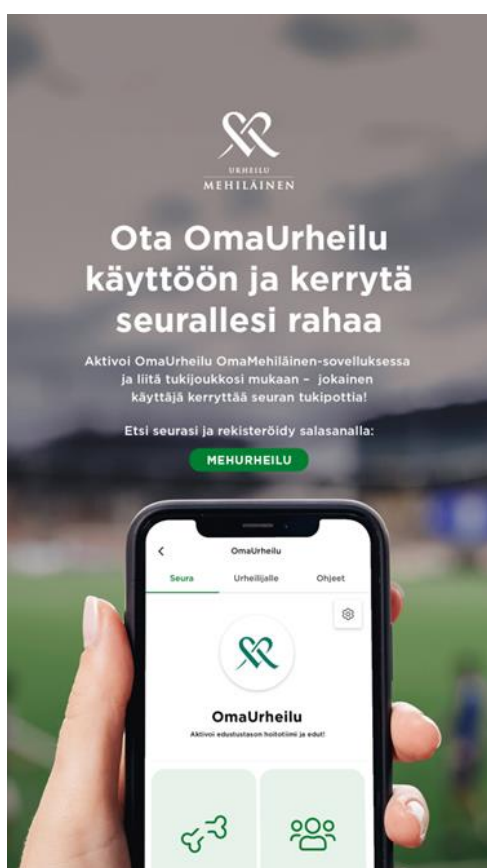


Lataa Mehiläisen Oma Urheilu ja kerrytä seuran bonusta!

Käyttämällä Mehiläisen palveluita ja lataamalla Oma Urheilun sovelluksen tuet samalla myös seuran toimintaa. Kannustammekin nyt kaikkia seuran jäseniä mukaan latauskampanjaan ja tukemaan seuraa! Lataamalla Oma Urheilun sovelluksen ja rekisteröitymällä Kuopion Reippaan jäseneksi Oma Urheilussa tuet suuresti 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. Ohjeet Oma Urheilun lataamiseen ja tärkeää tietoa Urheilu Mehiläisen hoitopolusta löydät seuran sivuilta

<https://kuopionreipas.fi/hoitopolku/>





Seuraa meitä somessa, tutustu yhteistyökumppaneihimme

Seuraa Reipasta Facebookissa ja Instagramissa, ja pysyt ajan tasalla seuramme tulevista asioista ja tapahtumista. Reippaan yhteistyökumppanit ovat mukana seuramme arjessa aktiivisesti ja kannattaa ehdottomasti hyödyntää heidän tarjoamiaan etuja. Reippaan jäsenkortin voit noutaa seuran toimistolta tai pyytää yleisurheilukoulujen ohjaajilta. Katso tarkemmat edut ja yhteystiedot Reippaan nettisivuilta <https://www.kuopionreipas.fi/yhteistyokumppanit-ja-jasenedut/>

Reipasta tukemassa seuraavat yritykset ja yhteisöt:



Kuopio-hallin toimintaohje Reippaan vuoroilla syksy 2025 – kevät 2026

Kuopion Reippaan yleisurheilu harjoitukset siirtyvät viikolla 40 Kuopio-halliin.

Urheilijan saapuessa harjoituksiin Kuopio-halliin, hänellä on käytössään Kuopion Reippaan seurakohtainen koodi (ohjaajat jakavat koodin WhatsApp-ryhmään). **Koodia ei saa jakaa muille eteenpäin vaan se on tarkoitettu käytettäväksi ainoastaan seuran vuoroille tuleville harrastajille ja urheilijoille.** Koodi toimii puolituntia ennen ja jälkeen seuran varauksen ajalla klo.16.30–19.30. Koodilla siirrytään hallin sisäpuolelle, pukukopin kautta hallin sisäpuolen aulaan. (Koodinlukija pukuhuone käytävän oven vieressä.)

Harjoitusten alkaessa ohjaajat ottavat oman ryhmänsä jonoon **hallin sisäpuolella aulassa** ja lähtevät siitä yhdessä harjoittelupaikalle. Jos harjoituksiin saapuu myöhässä, tulee itse etsiä oma ryhmä hallista. Toivomme kuitenkin lapsien olevan hallilla ajoissa paikalla, jotta pääsemme aloittamaan harjoitukset sovittuun aikaan. Kuopio-hallin pukukopeista on viime vuosina hävinnyt tavaroita, joten arvoesineet kannattaa jättää kotiin. Jos esim. puhelinta kuitenkin tarvitsee, voi sen harjoitusten ajaksi jättää hallin lukollisiin lokeroihin, jotka toimivat kolikoilla. Lapsilla voi olla mukana myös pieni reppu tai jumppapussi, jonka voi kuljettaa mukanaan harjoittelupaikalle.

**Harjoittelemme hallissa yleisurheilupaikoilla,
- takasuoralla ja takasuoran pituushyppypaikalla**



YLEISURHEILU



- **etusuoralla voimistelupäädyssä/kaarteessa (myös koko kiertävä rata-alue on seuramme käytössä)**
- **katsomosta katsottuna oikealla heittopäädyssä sekä korkeus- ja seiväspaikoilla**
- *Näiltä paikoilta ryhmät löytyvät, mikäli saavut paikalle myöhässä.**

Harjoitusten päätyttyä ohjaajat kuljettavat pienimmät lapset takaisin hallin sisäpuolen aulaan, josta vanhemmat ottavat heidät vastaan ja isommat saavat itse omaa tahtia poistua pukukopeista. Yhdellä vanhemmalla/ huoltajalla on lupa tulla saattamaan lapsensa harjoituksiin hallin puolelle. **Lasten siirtyessä harjoittelemaan tulee vanhempien poistua katsomon puolelle.** Harjoituksiin hallissa kannattaa pukeutua mukaviin urheiluvaatteisiin ja lenkkareihin. Lenkkareiksi sopivat mitkä vain sisäkäytössä olevat urheilukengät (ei tarvitse siis olla sisäpelikengät). Myös hyvin merkitty juomapullo voi olla mukana. Hallissa lämpötila on hieman huonelämpötilaa viileämpi, joten ainakin verryttelyn ajaksi voi olla tarvetta t-paidan lisäksi päällyspaidalle tai kevyelle verkkatakille. *Hallin ollessa varattu muulle käytölle harjoitukset siirretään ulos tai vaihtoehtoiseen paikkaan.* Ohjaajat informoivat harjoituspaikka muutoksista vanhempia hyvissä ajoin.

Syyslomaviikolla vk42 harjoitukset ovat tauolla!

Yleisiä ohjeita muille seuran vuoroja käyttäville

- Kuopion Reipas ry:llä on yleisurheilulle varatut vuorot Kuopio-hallissa arkisin maanantaista torstaihin ajalla 1.10.–23.4. klo. 17.00–19.00.
- Koko yleisurheilualue on varattu Kuopion Reippaan urheilijoille, samaan aikaan alueella ei saa olla muita seuran ulkopuolisia ryhmiä tai käyttäjiä.
- Keskiviikkoisin harjoitusvuorot ovat yhteiset Pohjois-Savon Yleisurheilun kanssa, jolloin vuorolle saa tulla myös piirin kortin lunastaneet yleisurheilijat. (Kortti lunastetaan piiriltä)
- Kenttävuoroja käyttävät seurat voivat kuitenkin varata etusuoran 3 ulommaista rataa lämmittelyalueeksi ennen vuoronsa alkua hinnaston mukaisella hinnalla.
- Reippaan urheilijat ja muut seuran jäsenet, jotka eivät harjoittele mukana seuran ryhmissä tai ole suorittaneet toimintamaksua kaudelle 2025–2026 voivat käyttää seuran harjoitusvuoroja lunastamalla seuran hallinkäyttö oikeuden (sisään pääsykoodi) toimistolta. Hallinkäyttö oikeuden hinta on 90 € ja on voimassa seuran hallivuoroilla ajalla 1.10.–23.4. Reippaan vuorot ovat ensisijaisesti seuran harjoittelevien ryhmien käytössä, joiden mukaan myös lajipaikat jaetaan, mutta väistövelvollisuudella kiertävää rataa ja muita yleisurheilupaikkoja saa käyttää ja varmasti tilaa aina löytyy myös hallinkäyttö oikeuden lunastaneille.
- Pyrimme myös mahdollistamaan muiden seurojen yleisurheilijoiden harjoittelemisen tarpeen mukaan Reippaan vuoroilla. Urheilijan tulee olla yhteydessä Reippaan toimistolle ja sopia vuorojen käytöstä etukäteen sekä lunastaa samalla seuran hallinkäyttö oikeus hintaan 110 €.