

Melonnan peruskurssit 2018 / Joensuun Kauhojat ry

Kiinnostaako melontaharrastus hyvässä seurassa?

Tule oppimaan melontaa kokeneiden harrastajien opastuksella Joensuun Kauhojien järjestämille peruskursseille! Kurssilla opetellaan kajakkimelonnin perustekniikoita, turvallisuusasioita ja retkimelonnin alkeita Suomen melonta- ja soutuliitto ry:n suositusten mukaisesti. Mukaan toivomme ensisijaisesti henkilöitä, joita kiinnostaa harrastuksen jatkaminen seuran jäsenenä.

Kurssien ajankohdat (kolme iltaa, yhteensä 10 tuntia)

Kurssi I:	ma 21.5.	ke 23.5.	to 24.5.	klo 17–n. 20.30
Kurssi II:	ma 28.5.	ke 30.5.	to 31.5.	klo 17–n. 20.30
Kurssi III:	ma 4.6.	ke 6.6.	to 7.6.	klo 17–n. 20.30

Osallistumisen edellytykset

- uimataito ja normaali terveys
- 15–17 -vuotias tarvitsee huoltajan kirjallisen luvan osallistumiseen (sis. huoltajan nimen ja puhelinnumeron), jos huoltaja ei osallistu samalle kurssille
- alle 15-vuotias voi osallistua täysi-ikäisen henkilön seurassa (tarvittaessa lisäksi huoltajan kirjallinen lupa puhelinnumeroineen); seuralla on muutama lasten kajakki, joten yhdelle kurssille ei voi osallistua montaa lasten kalustoa tarvitsevaa melojaa

Mahdollisia esteitä osallistumiselle

- tajunnan tai tasapainon menetystä aiheuttavat sairaudet (hyvä kertoa etukäteen)
- veden pelko (kajakilla kaatuminen ei ole kovin todennäköistä mutta kaatuessaan meloja joutuu hetkeksi kokonaan veden alle)
- vartalon kiertämisen estävät selkävaivat

Kurssin hinta ja maksuohjeet

- aikuiset 80 euroa ja alle 18-vuotiaat 40 euroa
- ilmoittautuminen vahvistetaan maksamalla kurssimaksu viikkoa ennen kurssin alkamista Joensuun Kauhojien tilille (maksuohjeet saat sähköpostitse tai postitse)
- maksu palautetaan, jos peruutat osallistumisen viimeistään kolme päivää ennen kurssin alkua tai lääkärin/terveydenhoitajan todistuksella kurssin alkamispäivänä

Ilmoittautumiset ja lisätiedot

- ilmoittautumiset **21.4. alkaen** Eveliina Hiltuselle, [toiminta \(at\) joensuunkauhojat.net](mailto:toiminta@joensuunkauhojat.net), puh. 041 467 0954; ilmoittautuessasi kerro nimi, sähköpostiosoite ja puhelinnumero (ja osoite, jos sähköpostiosoitetta ei ole) sekä syy, miksi haluat kurssille
- lisätietoja saa Eveliinalta tai nettisivuilta www.joensuunkauhojat.net → "toiminta"
- tarkemmat ohjeet saat sähköpostitse tai postitse ilmoittautumisen jälkeen