

GYMNAESTRADA
9-12.6. TAMPERE 2022
LIIKKEEN JA VOIMISTELUN SUPERTAPAHTUMA

Kuopion Reippaan Voimistelijat ry
Gymnaestrada-info 9.9.2021

Gymnaestrada Tampere
2022 – Suomen
Voimisteluliitto

Mikä on Gymnaestrada?

Gymnaestrada on iloisia kohtaamisia, perhosia vatsanpohjassa, uusia ystäviä ja läpi elämän kantavia muistoja.

Gymnaestrada on vuoden harjoittelun huipentava päätapahtuma, pölisevää magnesiumia, varpaiden väliin tarttuvaa nurmikkoa, näyttämön häikäiseviä valoja ja rinnassa liikkeen tahdissa sykkiviä sydämiä.

Gymnaestrada on yhteisiä hetkiä, uusia kokemuksia, kuperkeikkoja, pyöriviä vanteita ja ilmalentoja.

Gymnaestrada on sinun näköisesi tapahtuma, tapahtuma, joka jättää jäljen sydämeesi.



Suur tapahtumia Suomessa

- 2022 Gymnaestrada Tampere
- 2018 Voimistelun Suomi Gymnaestrada, Turku
- 2015 15th World Gymnaestrada, Helsinki (kansainvälinen voimistelun suur tapahtuma)
- 2013 Sun Lahti, Lahti
- 2006 Sun Svoli, Tampere
- 1996 SYKE 100, Helsinki (Naisliikunnan 100-vuotisjuhluvuosi)
- 1990 SVUL:n suur kisat, Helsinki
- 1986 Nuorten suur kisat, SNLL:n 90-vuotisjuhlakisat, Lahti



Kesän 2022 liikuttavin festivaali on Gymnaestrada Tampere 9.-12.6.2022

Tampereelle odotetaan 12000 osallistujaa n. 200 seurasta ympäri Suomen.

Gymnaestradan aikana pääset näkemään ja kokemaan:

- Kenttäohjelmia, jotka täyttävät Tampereen stadionin Ratinassa ääriään myöten täyteen.
- Iltänäytöksiä, joissa päästään nauttimaan tunnelmallisista esityksistä, joita seurat ympäri Suomen ovat.
- Kilpailuja ja kisailuja. Gymnaestradan yhteydessä järjestetään kahdeksan voimistelulajin ja tanssin kilpailuja.
- Voimistelun tapahtuma- ja kokeilupisteitä, joissa jokainen vauvasta vaariin pääsee kokeilemaan voimistelua.

Olethan sinäkin mukana?

Kuopion Reippaan Voimistelijoiden jäsenet voivat osallistua tapahtumaan voimistelijoina kenttäohjelmissa, eri lajien kilpailuissa, huoltajina tai kisaturisteina.

Kenttäohjelmat:

Jos kuussa voisi tanssia;
voimisteluohjelma 7-12 –vuotiaille

Millaisen tarinan kirjoitat elämällesi;
voimisteluohjelma 12-18 -vuotiaille

Ystäväni, elämäni;
vaikeampi tanssillisen voimistelun ohjelma vahvan voimistelutaustan omaaville yli 15-vuotiaille

Kirkkaat vedet;
helpompi tanssillisen voimistelun ohjelma kaikenikäisille aikuisille

Elämä on matka; hallinäytösohjelma 60+ -ikäisille.



Jos kuussa voisi tanssia (voimisteluohjelma 7-12 vuotiaille)

Ohjelma vaatii kuntoa, kestävyyttä ja taitoa. Harjoitteluun haastetta tuova ohjelma sopii kaikille jo voimistelua aikaisemmin harrastaneille 7–12-vuotiaille voimisteliijoille sekä joukkuevoimistelun, rytmisen voimistelun ja tanssillisen voimistelun kilparyhmille. Ohjelmassa käytetään välineinä kimaltavia kapuloita, joiden avulla saadaan luotua ääntä ja korostettua voimistelijoiden liikkeitä.

Ryhmän ohjaaja: Kia Aminoff ja Henni Hoffren
Ilmoittautuminen: go.hoika.net 18.10. mennessä
Lisätiedot: kia.aminoff@krv.fi



Millaisen tarinan kirjoitat elämällesi? Voimisteluohjelma 12 - 18-vuotiaille

Tule mukaan kertomaan omaa tarinaasi tähän kauniiseen ja lyyriseen ohjelmaan, jossa perinteiseen suomalaiseen naisvoimisteluun sidotaan luontevasti tanssillinen ja moderni liikekieli. Tämä aistillinen ohjelma sopii joukkuevoimistelijoille (harraste- ja kilpasarjat) sekä tanssillisen voimistelun harrastajille ja kilpailijoille. Vaatimuksena ohjelmaan osallistumiselle ovat voimistelun perustaidot.

Ryhmän ohjaaja: Kia Aminoff

Ilmoittautuminen: go.hoika.net 18.10. mennessä

Lisätiedot: kia.aminoff@krv.fi



Ystäväni, elämäni **Tanssillisen voimistelun ohjelma yli 15-** **vuotiaille ja aikuisille (vaativampi)**

Ohjelma sisältää vauhdikasta liikuntaa, nopeita siirtymiä, isoja hyppyjä, eri liiketasojen vaihtelua sekä laajoja vartaloliikkeitä. Tämän vuoksi ohjelma vaatii perusvoimistelutaitoja, hyvää fyysistä kuntoa sekä halua sitoutua harjoitteluun. Rytmisesti ohjelma on melko haastava, sillä sen musiikki sisältää sekä kolmi-, viisi- että nelijakoista musiikkia. Ohjelma on suunnattu yli 15-vuotiaille ja aikuisille tanssillisen voimistelun harrastajille, kilpailijoille ja joukkuevoimistelijoille. Asuna on pitkä viitta, joka toimii osin välineenä liikkeessä.

Ryhmä harjoittelee sunnuntaisin klo 17-18.30 alussa joka toinen viikko KRV-sali, Kauppakatu. Harjoitukset alkavat 10.10.

Ryhmän ohjaaja: Marika Makkonen

Ilmoittautuminen: go.hoika.net



Kirkkaat vedet Tanssillisen voimistelun ohjelma aikuisille (helpompi)

Tämä tanssillista voimistelua sisältävä kenttäohjelma sopii kaikenikäisille aikuisille (yli 15-v.). Ohjelma sisältää soljuvia liikesarjoja ja vaihtelevia siirtymisiä kuvioista toiseen, ja tarjoaa riittävästi sisältöä tulevan vuoden harjoitustunneille. Ohjelmaan osallistuminen edellyttää joko tanssillisen voimistelun perusasioiden osaamista tai muuten hyvää/kohtuullista perusvoimistelutaitoa.

Ryhmä harjoittelee sunnuntaisin klo 17-18.30 alussa joka toinen viikko KRV-sali, Kauppakatu. Harjoitukset alkavat 3.10.
Ryhmän ohjaaja: Marika Makkonen
Ilmoittautuminen go.hoika.net



Elämä on matka Ohjelma 60+ ikäisille (hallinäytöksessä)

Gymnastradaan Tampereelle 2022 valmistuu elämänmakuinen yhteisohjelma kaikille jäsenseurojen 60+ ikäisille senioreille, Ikiliike-toiminnassa mukana oleville, leideille, ikivireille, kiltalaisille jne.

Ohjelma koostuu voimistelun perustason liikkeistä ja askelluksista. Ohjelma ei sisällä vauhdikasta juoksua, hyppelyitä tai hyppyjä. Siirtymiset kuviosta toiseen ovat yksinkertaisia. Voit valita joko helpomman (kevyemmän) rooliin tai vaativamman (raskaamman) roolin.

Ryhmä harjoittelee su klo 18.30-20
Harjoitukset alkavat 3.10. KRV-sali, Kauppakatu
Ryhmän ohjaajat: Pirjo Karinen ja Merja Suurniemi
Huom. Ilmoittautuminen pirjo.karinen@gmail.com
30.9. mennessä.



Kilparyhmien osallistuminen:

Joukkuevoimistelu:

L-tiimi: kenttäohjelma ”Jos kuussa voisi tanssia”

V-tiimi: kenttäohjelma ”Jos kuussa voisi tanssia”

ja 10-12 sarjan joukkuevoimistelukisat

D-tiimi: kenttäohjelma ”Millaisen tarinan kirjoitat elämällesi” ja

12-14 mestaruuskisat

C-tiimi kenttäohjelma ”Millaisen tarinan kirjoitat elämällesi”

Naisten telinevoimistelu:

kilpa- ja maajoukkueelinjan luokkakilpailut, joukkuekilpailut,
SM-kilpailut (ainakin osa ryhmistä osallistuu tapahtumaan)

Kilpa-aerobic:

ei osallistu kisoihin

Team Gym:

mahdollisesti alimpien luokkien voimistelijat lähtevät kisoihin

Tanssillinen voimistelu:

kenttäohjelma ja mahdollisesti toriesiintyminen



Osallistujapassi

Kaikki Gymnaestradan osallistujat tarvitsevat Gymnaestradan osallistujapassin: voimistelijat, harrastajat ja kilpailijat, ohjaajat ja valmentajat, koreografit, huoltajat jne. Passin lisäksi urheilijoille ei tule erillistä kilpailumaksua.

Passi oikeuttaa:

- Kilpailemaan eri voimistelulajien ja tanssin kilpailuissa
- Esiintymään kentällä, lavalla, iltanäytöksissä (huom: iltanäytöksiin hakuprosessi)
- Sisään Messu- ja urheilukeskukseen: katsomaan kilpailuja, superstaraan, voimistelukoulun kokeilupisteille
- Sisään Stadionille: avajaisiin ja päätösjuhlaan (huom: osallistujille varattuihin katsomoihin)
- Paikallisliikenteen bussien käyttö kuuluu osallistujapassiin

Osallistujapassilla pääsee kilpailemaan ja katsomaan jo keskiviikkona naisten telinevoimistelun SM-kilpailua.



Passien hinnat:

Early Birds -hinnat eli sitovat ilmoittautumiset 1.2.2022 mennessä
(Late Birds hinta 2.2.-11.4.)

Osallistujapassi - voimassa koko tapahtuman ajan

Aikuiset 108 € (125 €)

Nuoret (7–16-vuotiaat) 85 € (98 €)

Lapset (alle 7-vuotiaat) 50 € (58 €)

Päiväpassi, 1 päivä (saatavana keskiviikoksi, torstaiksi,
perjantaiksi, lauantaiksi, sunnuntaiksi)

Aikuiset 55 € (63 €)

Nuoret (7–16-vuotiaat) 45 € (50 €)

Lapset (alle 7-vuotiaat) 25 € (29 €)

Vuosina 2021 – 2022 syntyneet vauvat eivät tarvitse passia (eikä
lisenssiä, huom: vakuutus hoidettava muulla tavalla)

Vuosina 2016 – 2020 syntyneet tarvitsevat lasten passin

Vuosina 2006 – 2015 syntyneet tarvitsevat nuorten passin

Vuonna 2005 syntyneet ja sitä vanhemmat tarvitsevat aikuisten
passin



Majoitus

Gymnastradan osallistujat voivat majoittua kouluissa, hotelleissa, sukulaisten tai ystäviensä luona. Koulumajoitus on mahdollinen vain osallistujapassin hankkineille.

Hotellimajoitus

Gymnastrada-tapahtumaa varten kiintiöidyn hotellimajoituksen varauksista ja myymisestä vastaa Elämys DMC Oy. Maanantaina 4.10. avautuu online-varausmahdollisuus, josta voi suoraan varata haluamalleen ajankohdalle mieleisensä hotellimajoituksen.

Koulumajoitus

Koulumajoituksen hinta torstaista sunnuntaihin on 48€. Hinta sisältää aamupalat.



Muita kuluja:

Matkat Kuopio-Tampere-Kuopio
KRV järjestää myös yhteiskuljetuksen bussilla.

Kenttäohjelmien esiintymisasut: 60-65 €
(lisäksi Ystäväni, elämäni trikoot+paida 45€)

Mahdolliset iltanäytösten liput

Taskuraha

Ruokailut (saatavilla ruokapaketteja)

KRV:n jäsenmaksu sekä kenttäohjelmien
harjoitusmaksu 20 €

Matkat yhteisharjoitukseen Vantaalle 9.4.
(Yhteiskuljetus)



Tärkeitä päivämääriä

- 1.11.2021 Alustavat ilmoittautumiset seuroittain
1.2.2022 Sitovat ilmoittautumiset (Early Birds)
1.2.2022 Kenttäohjelmien esiintymisasujen tilaukset
(Chopar)
1.2.2022 Osa passista laskutetaan varausmaksuna (aikuiset ja
nuoret 40€ ja lapset 25€)
9.4.2022 Kenttäohjelmien yhteisharjoitukset Vantaa
11.4.2022 Ilmoittautuminen päättyy (Late Birds)
12.5.2022 Loppulaskun eräpäivä
9.-12.6.2022 Gymnaestrada Tampere



Tapahtuman ohjelma

(Keskiviikko 8.6.2022 NTV SM-kilpailut)

Torstai 9.6.2022

Saapuminen Tampereelle

Majoittuminen

Harjoituksia, kilpailuja, esiintymisiä, liikkumista

Avajaiset klo 18.30

Perjantai 10.6.2022

Festivaalitunnelmaa, voimistelun kilpailuja ja kokeilupisteitä,
esiintymisiä

Yhteisohjelmien harjoituksia

Illtanäytös klo 19.00



Lauantai 11.6.2022

Festivaalitunnelmaa, voimistelun kilpailuja ja
kokeilupisteitä, esiintymisiä
Yhteisohjelmien harjoituksia
Iltanäytös

Sunnuntai 12.6.2022

Festivaalitunnelmaa, voimistelun kilpailuja ja
kokeilupisteitä, esiintymisiä
Yhteisohjelmien harjoituksia
Päätösjuhla klo 14.00
Tampereelta kohti kotia



Peruutusehdot:

2.2.-11.4.2022 ilmoittautumisen peruuttaneille ei palauteta varausmaksua (aikuiset ja nuoret 40 € ja lapset 25 €).

12.4.2022 tai sen jälkeen peruutetuista tilauksista (osallistujapassi, ruokailut, koulumajoitus) veloitus 100%.

Kenttäohjelmien esiintymisasut tilataan Choparilta 1.2.2022 mennessä. Tilauksesta vastaa seurojen Gymppi, ja tilauksia tehdään 1/seura. Toimituksista ja laskutuksesta vastaa Chopar. Tilattuja kenttäohjelmien esiintymisasuja ei voi peruuttaa lainkaan. Ne tulee lunastaa joka tapauksessa, sillä tuotteita valmistetaan vain tilattu määrä.

Tapahtuman peruuntuessa palautamme passi-, ruokailu-, koulumajoitusmaksut kokonaisuudessaan.

Lisenssimaksut eivät ole tapahtumakohtaisia (voimassa 1.9.-30.8.), joten niitä ei palauteta.



Sairastuminen/loukkaantuminen

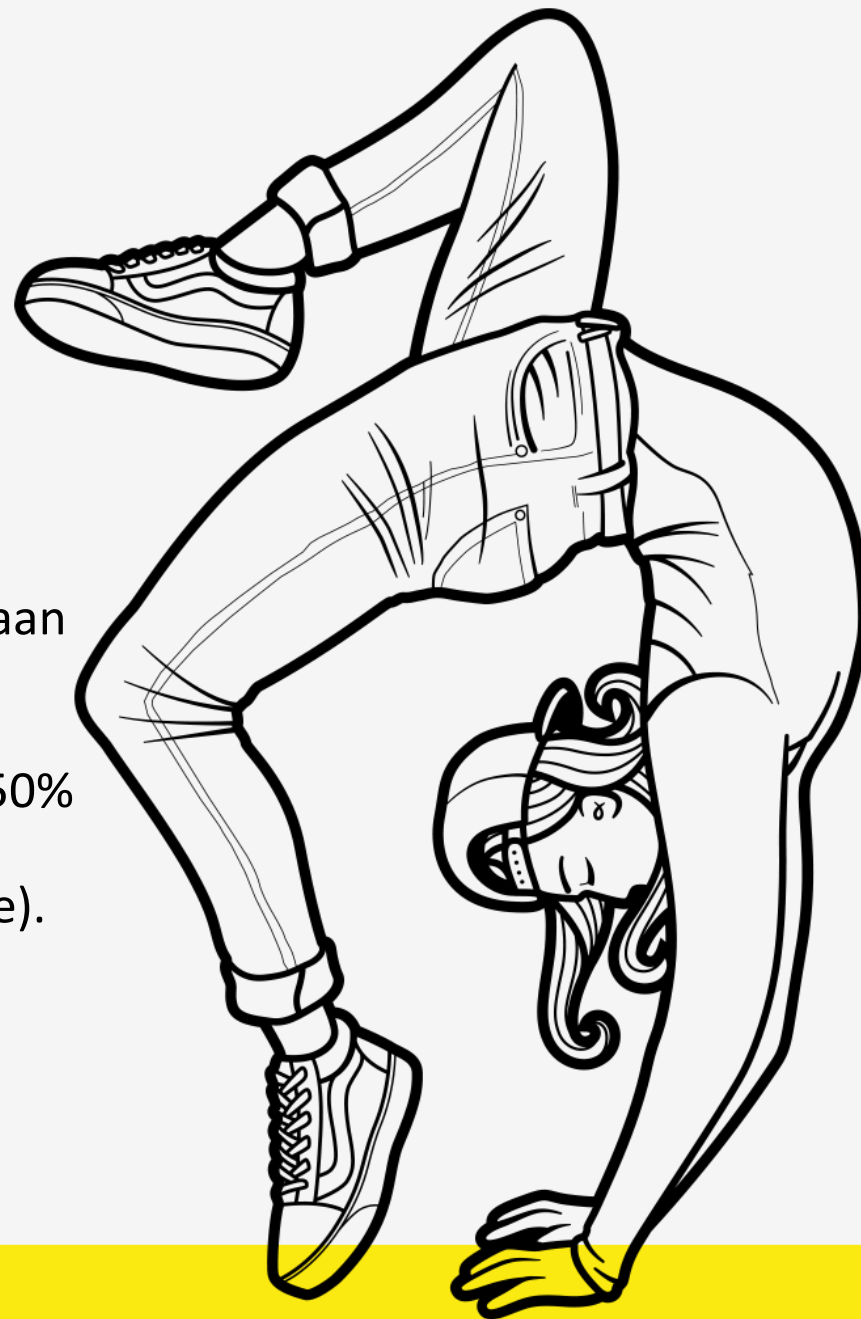
Tapahtumaan osallistumisen kieltävää lääkärintodistusta vastaan ilmoittautuminen on mahdollista peruuttaa.

Lääkärintodistus tulee toimittaa Voimisteluliittoon viikon sisällä peruutuksesta.

2.2. - 11.4.2022 mennessä tehty peruutus: varausmaksu palautetaan vähennettynä 15 euron toimistokululla

12.4. - 16.5.2022 tehty peruutus: osallistujapassista palautetaan 50% (kuluja kertynyt 50% edestä), mahdollisista koulumajoitus- ja ruokailutilauksista ei palautuksia (kulut aiheutuneet jo järjestäjälle).

16.5.2022 jälkeen tehty peruutus: ei palautuksia.



Vastuukysymyksiä

Alaikäisille osallistujille tulee seurasta ilmoittaa tapahtumaan riittävä määrä huoltajia. Jokaisella alaikäisellä osallistujalla tulee siis olla tapahtumassa nimetty aikuinen huoltaja. Yhdellä huoltajalla voi olla enintään 10 alle 12-vuotiasta lasta huolehdittavanaan. Lapset liikkuvat tapahtumassa ryhmänä huoltajiensa johdolla. 12 – 18-vuotiaalla riittää kun on tapahtumaan osallistuva nimetty huoltaja seurasta (ei sidottu ryhmäkokoan). Pelisäännöt on tärkeää keskustella ja sopia seurassa osallistujien, lasten vanhempien ja huoltajien kesken selkeästi etukäteen. Myös huoltajat tarvitsevat osallistujapassit, lisenssit ja vakuutukset.



Innostuitko tapahtumasta?

Ilmoittautuminen jäsentietoon (Jonna Heikkinen)

Kenttäohjelmiin osallistujat ovat tervetulleita ensimmäiselle harjoituskerralle, missä ryhmän ohjaajan kanssa sovitaan tulevat tapaamiset, perustetaan mahdolliset viestintäryhmät jne. JV-ohjelmiin ja halliohjelmaan ilmoittautuminen etukäteen sähköpostilla.

Kilparyhmien osalta Gymppi on yhteydessä lajien vastuuhenkilöihin lokakuussa alustavia ilmoittautumisia varten.

Viestintä tapahtuu sähköpostitse sekä ryhmien omissa WhatsApp tms. ryhmissä, KRV:n nettisivulla sekä somekanavilla facebookissa ja instagramissa.

KRV:n gymppi Marika Makkonen,
puh. 050-4994444

mar.pe@dnainternet.net



Mikä sua liikuttaa!
Lähde mukaan Gymnaestrada
Tampere 2022
kaupunkifestivaaliin!

.Gymnaestrada Tampere
2022 – Suomen
Voimisteluliitto