



SUOMEN
PILATESYHDISTYS RY

JÄSENTIEDOTE

2/2022 • KESÄKUUN 2022

PUHEENJOHTAJAN TERVEISET

Hei kaikki!

Tänä keväänä etäkoulutukseen osallistui ennätysmäärä jäseniämme, yli sata! Kiitos kaikille osallistuneille. Vaikka etäkoulutuksissa on omat hyvät puolensa, odotamme jo kovasti, että voimmme toteuttaa livenä koulutuksen tulevana syksynä.

Kevätkoulutuksen yhteydessä pidetyssä vuosikokouksessa valittiin uusia hallituksen jäseniä. Olette lämpimästi tervetulleita mukaan hallitukseen! Ja samalla suuri kiitos Virpi Peltomaalle ja Katarina Pahkalalle, jotka nyt jätitte hallitustyöskentelyn.

Tässä jäsentiedotteessa kannustamme sinua tutustumaan uusiin verkkosivuihimme, joita olemme työstäneet jo tovin. Tahdon kiittää lämpimästi etenkin Katarinaa ja hallituksen uutta jäsentä Juha Koistista, jotka olette vapaaehtoisina nähneet paljon vaivaa verkkosivujen eteen! Verkkosivujen valokuvat ovat Mervi van Veldhovenin ottamia. Valokuvat ovat nyt yhdistyksen vapaassa käytössä, ja tulemme hyödyntämään niitä jatkossa myös jäsentiedotteissamme sekä yhdistyksen uusissa roll upeissa.

Toivon, että kesä on mahdollisimman monelle teistä leppoisaa ja rentouttavaa aikaa.

Voi hyvin!

Kati

Kati Kauravaara
puheenjohtaja
Suomen pilatesyhdistys ry
Puh: 0505836802
Sähköposti: kati.kauravaara@pilateshetki.fi

Leppoisaa kesää!

TOIVOO YHDISTYKSEN HALLITUS

KATI, EEVA, MARI, KAISA, JUHA, KAROLIINA JA
TANJATUULIA

TÄSSÄ TIEDOTTEESSA:

- Hallituksen uusi kokoonpano ja vastualueet
- Syyskoulutus 19.11.2022 Helsingissä
- Uudet verkkosivut!
- Kuukauden treenit
- Yhdistyksen hallitus

HALLITUKSEN UUSI KOKOONPANO JA VASTUUALUEET

Maaliskuussa yhdistyksen vuosikokouksessa valittiin uusia hallituksen jäseniä. Mari Sutinen valittiin jatkamaan hallituksessa, ja uutena varsinaisena jäsenenä aloitti Juha Koistinen. Viime vuonna uudistetut säännöt mahdollistivat 1-2 varajäsenen valinnan, ja uusiksi varajäseniksi valittiin Tanjatuulia Kaavinen ja Karoliina Mäkäräinen.

Kati Kauravaara jatkaa puheenjohtajana sekä Eeva Lindström ja Kaisa Suomalainen hallituksen jäseninä. He ovat erovuorossa sitten ensi vuonna.

Olemme sopineet hallituksen vastuualueista seuraavasti:

- puheenjohtaja Kati Kauravaara: hallinto ja talous, jäsentiedote
- varapuheenjohtaja Eeva Lindström: koulutus ja kansainväliset asiat
- jäsen Kaisa Suomalainen: jäsenasiat
- jäsen Mari Sutinen: sihteeri
- jäsen Juha Koistinen: verkkosivut, koulutus
- varajäsen Karoliina Mäkäräinen: varasihteeri

SYYSKOULUTUS 19.11.2022 HELSINGISSÄ

Syyskoulutus pyritään järjestämään livenä Helsingissä. Tästä seuraa lisää tietoa.

UUDET VERKKOSIVUT

Olemme työstäneet uusia verkkosivuja Katriina Pahlkan ja Juha Koistisen johdolla. Verkkosivujen ulkoasusta vastaa Velhovisio Digital Oy. Nyt verkkosivut ovat valmiit! Ne löytyvät osoitteesta www.suomenpilatesyhdistys.fi. Otamme mielellämme vastaan palautetta sivuista.

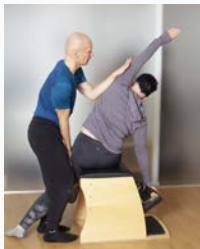
Käy joka tapauksessa tarkistamassa omat tietosi verkkosivujen ohjaajalistasta. Uudistuksen jälkeen ohjaajalista ei päivity automaattisesti jäsentieto-ohjelman kautta, joten jos haluat muuttaa verkkosivujen ohjaajatiiedoissasi jotakin, ole yhteydessä jäsenvastaava Kaisaan ja pyydä muutosta häneltä. Käy silti muuttamassa tiedot myös jäsentieto-ohjelmaan, koska sitä käytämme jatkossakin esimerkiksi viestien lähettämiseen ja laskuttamiseen.

KUUKAUDEN TREENIT

Kuukauden pilates-treeni on yhdistyksen jäsenilleen kerran kuukaudessa tarjoama etäpilates-tunti, johon kaikki jäsenet voivat osallistua. Tunnista tehdään tallenne, joka on jäsenen katsottavissa kahden treeniä seuraavan viikon ajan. Kuukauden pilates-treeni toteutetaan aina kuukauden toisena lauantaina klo 10-11, ja se on maksuton. Saat linkin treeniin ennen tuntia ja linkin tallenteeseen treenipäivän tunnin jälkeen.

Tässä loppuvuoden pilates-tuntien ohjaajat ja sisältöt:

Ajankohta	Ohjaaja ja tunti
11.6.2022	Sampo Idetam: Reformer jalkatyö ja soudut
9.7.2022	Riitta Saarikko: Keskitalon tunti pilatespallolla
13.8.2022	Ilona Kauppinen: keskitalon tunti pilatesruullalla
10.9.2022	Säde Kajoavaara: keski- ja jatkotason mattopilates-tunti "Challenge Your Balance -haastetta ja onnistumisen iloa tasapainoharjoituksista"
8.10.2022	Ohjaaja avoin
12.11.2022	Ohjaaja avoin
10.12.2022	Taru Montanari



YHDISTYKSEN HALLITUS



KATI KAURAVAARA
PUHEENJOHTAJA, HALLINTO, TALOUS,
JÄSENTIEDOTE
[kati.kauravaara\(at\)pilateshetki.fi](mailto:kati.kauravaara(at)pilateshetki.fi)



EEOVA LINDSTRÖM
VARAPUHEENJOHTAJA, KOULUTUS,
KANSAINVÄLISET ASIAT
movementmerge@gmail.com



MARI SUTINEN
SIHTEERI
mari.sutinen@urheilufysio.com



JUHA KOISTINEN
VERKKOSIVUT, KOULUTUS
juha.koistinen@urheilufysio.fi



KAISA SUOMALAINEN
JÄSENASIAT
pilates.kaisa@gmail.com



KAROLIINA MÄKÄRÄINEN
VARAJÄSEN, VARASIHTEERI



TANJATUULIA KAAVINEN
VARAJÄSEN