



Perhepesis-vuoro kesä 2024 Haapavesi

Aika:

- 3.6.2024- 5.8.2024 (10 kertaa)
 - yksittäisiä maanantai päiviä voi olla ilman ohjaajaa/seuran edustajaa
- maanantaisin klo 18-19.30
- halukkaat voivat tämän myötä treenata koko kesän 10.8 la harrastepesisturnaukseen

Paikka: Hakakuja pesäpallokenttä, Hakakuja 4, 86600 Haapavesi (Jäähallin pukuhuoneet, juomapisteeet ja wc käytettävissä)

Kenelle: Lähtökohtaisesti kaikille haapavetisille perheille lapsesta mummoon ja vaariin

Ilmoittautuminen/lisätiedot: [Ei ilmoittautumisia](#). Jos haluaa tiedustella vuoroon liittyen asioita jussi.viitala@gmail.com / 050-3983211.

Osallistumismaksu: 0 €

Vakuutukset: Ei pakollinen mutta suotava. Jokainen osallistuja vastaa omasta mahdollisesta vakuutuksestaan. Suosituksena on vakuutuksellinen harrastelisenksi, mutta joka tapauksessa pelaajan tulee itse huolehtia omasta vakuutuksestaan

<https://www.pesis.fi/kilpailu/lisenssit/>

Harrastelisenksi on 10 € ilman vakuutusta, vakuutus 72 €, yhteensä vakuutuksen kanssa 82 €

Varusteet:

- HaU-pesiksen puolesta pallot, harrastevuorolla harjoitellaan ja pelataan lähtökohtaisesti naisten pallolla tai tenavapallolla
- Räpylöitä ja mailoja on käytettävissä seuran puolesta
- Päänsuojusta (kypärää) käytetään naisten pallolla pelatessa lukkaria ja koppareita lukuun ottamatta kaikilla pelaajilla. Kypäriä on saatavilla jonkin verran järjestävän tahon HaU-pesiksen puolesta pelin ajaksi lainaan.
- Junioripelaajilla päänsuojusta käytetään aina pakollisena, riippumatta millä pallolla ottelu pelataan
- Suosituksena pesäpallo kentälle tarkoitetut piikkarit mutta lenkkarit yms vastaavat juoksukengät/urheilukengät kelpaavat hyvin. Crocseilla tai reinoilla ei kannata omaa terveyttään vaarantaa kentällä 😊

Perheen pienimmät: voivat harjoitella kentän laidalla olevaan lyöntiverkkoon heittoja ja lyöntejä jos ikä ja pituus eivät ihan vielä riitä muun perheen mukana pelailuun

Perhevuoron sisältö: Jokaisella vuorolla aluksi n. 30-45 min lämmitellään, heitellään ja lyödään minkä jälkeen jaetaan paikalle saapuneet kahteen joukkueeseen ja pelataan loppuaika n. 45 min – 1h iloista perhepesistä.

Perhevuoron idea on koota sekä keskustan, että kaikkien kylien perheet yhteen pelivuorolle kansallispeleimme ääreen ja halukkaat voivat vuorosta innostuneena osallistua kesän lopuksi pesikesän huipentavaan 10.8 la harrastepesisturnaukseen