



On aika valita joukkueet kaudelle 2021-2022!

Tämä tiedote on luettava huolellisesti läpi (alle 18-vuotiaat huoltajan kanssa yhdessä). Tiedotteesta löydät joukkueiden ikäraajat, kuvaukset kustakin joukkueesta (treenimäärät, kausimaksut) ja valintaviikon aikataulut. Joukkueiden harjoitusvuorot sekä valmennustiimit tarkentuvat kesäkuun 2021 aikana. Muutokset ovat mahdollisia.

KEVÄTKAUDEN 2021 VAIHDOS SYYSKAUTEEN 2021 - AIKATAULUT

TOUKOKUU	KESÄKUU	HEINÄKUU	ELOKUU
30.5.2021 Harrastejoukkueiden kevätkausi loppuu, kesäloma alkaa.	12.6.2021 SM-kilpailut	26.-31.7. Kilpajoukkueiden valintaviikot, huippu- ja kilpajoukkueiden kausi alkaa.	1.8. Harrastejoukkueiden ilmoittautuminen aukeaa.
	14.-16.6. Seniori huippujoukkueiden (3 kpl) joukkuevalinnat (Elite, Xray + Dance Elite)		2.8. Kilpajoukkueiden kausi alkaa.
	15.6. Seniori huippujoukkueissa urheilevien maajoukkueurheilijoiden kesäloma alkaa.		15.8. Harrastejoukkueiden avoimet treenit
	30.6. Edustus- ja kilpajoukkueiden kevätkausi loppuu (tai juhannukseen 26.6.), ja kesäloma alkaa.		16.8. Harrastejoukkueiden kausialku.

VALINTOJEN AIKATAULU JA ILMOITTAUTUMINEN

HAC edustusjoukkueista aikuisten seniorijoukkueet Elite, Xray ja Dance Elite valitaan SM-kilpailuiden jälkeisellä viikolla 14.6.2021 alkaen HAC Training Centerillä, osoitteessa Ristipellontie 1A, 00390 Helsinki. Joukkuekohtaiset valinta-ajat on ilmoitettu joukkue-osiossa dokumentin alaosassa.

Muut edustus- ja kilpajoukkueet valitaan 26.-31.7.2021 välisenä aikana HAC Training Centerillä, osoitteessa Ristipellontie 1A, 00390 Helsinki. Valintaviikkojen aikataulu löytyy alemmaa infokirjeestä.

Cheer-joukkueiden valintaviikolle tulee ilmoittautua etukäteen oheisella HAC valinta ilmoittautuminen lomakkeella:

https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSeN3eFC6XRuy9H42eJ3_J06Ui4NpeaC5sM46QueyNcaLqALAQ/viewform?usp=sf_link

Tanssijoukkueiden valintaviikolle tulee ilmoittautua etukäteen oheisella HAC valinta ilmoittautuminen lomakkeella:

https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSearbriRLyeQjQHRJxKKYQOpU2Ebm54YARdbnDhPOur2fQxYA/viewform?usp=sf_link

Ilmoittautuminen 15-18-vuotiaiden juniorimaajoukkueiden valintareeneihin:

Double Elite:

https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSecRAGM9NHUoOXoQ-57Kjft-nk0xgD_48ug_EgyLyOAT48gA/viewform?usp=sf_link

Pom Elite: <https://forms.gle/x4qPfi9Qepdjvyi78>

Joukkueiden infokirjeet on julkaistu erillisessä valintainfossa (nettisivut, jäsentiedotteet).

Harrastejoukkueiden valinnat tapahtuvat sähköisen ilmoittautumisen kautta:

<https://www.hac.fi/aloita-cheer/> Ilmoittautuminen avataan 1.8.2021, ja yhteiset avoimet kokeilutreenit järjestetään sunnuntaina 15.8.2021 HAC Training Centerillä, osoitteessa Ristipellontie 1A, 00390 Helsinki. Klo 11-12.30 järjestetään mikrojen (3-8-vuotiaat) ja minien (8-12-vuotiaat) avoimet treenit. Klo 13-14.30 junioreiden (12-16-vuotiaat) ja senioreiden (16-vuotiaat ja vanhemmat) avoimet treenit. Seuraaviin joukkueisiin ilmoittaudutaan sähköisen ilmoittautumisen kautta: Epelit, Ease, Elves, Epic, Excite, Enter, Extempore, Eager, Enjoy, Elastic, Eternal.

HAC:n avoimissa treeneissä pääsee kokeilemaan lajin molempia alalajeja; Cheerleadingiä ja Performance Cheeriä (cheertanssia) sekä näkemään päätähuimaavia esityksiä! Avoimiin treeneihin tulee ilmoittautua etukäteen: <https://forms.gle/ZQnp7cErgdkdycsi7>

KAUDELLA 2020-2021 LOPETTAVAT URHEILIJAT

Harrastejoukkueiden harrastajien toivotaan ilmoittavan mahdollisesta lopettamisestaan sähköpostitse osoitteeseen toimisto@hac.fi 30.6.2021 mennessä. Mikäli harrastaja ei ole ilmoittanut lopettamisesta tämän HAC toimistoon: toimisto@hac.fi, oletamme harrastajan jatkavan seurassamme seuraavalle kaudelle.

Edustus- ja kilpatasolla urheilevien toivotaan ilmoittavan mahdollisesta lopettamisestaan 30.6.2021 mennessä joukkueensa valmentajille sekä HAC toimistoon: toimisto@hac.fi .

Lopettamisilmoituksen ehdoton takaraja valmentajille ja toimistoon on ennen joukkueen valintoja, suurimmalla osalla joukkueista tämä tarkoittaa ennen valintaviikkoja (ennen 26.7.2021)

HARJOITUSVUOROT, JÄSENMAKSUT JA VANHEMPAINILLAT

Joukkueiden harjoitusvuorot ja valmennuskokoonpanot kaudelle 2021-2022 löytyvät alempana joukkueosiosta. Edustus- ja kilpajoukkueiden harjoitteluun ja maksuihin on pääsääntöisesti sitouduttava sekä syys- että kevätkaudeksi. Jos sinulla on este sitoutua joukkueen harjoitteluun koko vuodeksi, ilmoita asiasta joukkueen valinta ilmoittautumis-lomakkeessa. Tutustu kilpa- ja edustusjoukkueiden

sitoutumislomakkeeseen: https://docs.google.com/document/d/1U0yxIW_YaDzIzHGus8h0nXdmezVKQKJJOwn8i6rruLqw/edit?usp=sharing

Jäsenmaksu keväälle on 35 euroa ja syksyllä 35 euroa. Seuraan liittyviltä uusilta jäseniltä peritään **20 euron liittymismaksu.** Kausimaksut ilmoitetaan joukkuekohtaisesti. Kausimaksu on treenikertaperusteinen ja maksetaan sekä syys-, että kevätkaudelta. Näiden lisäksi joukkueilla on mm. kilpailu-, leiri- ja varustekuluja. Urheilijoiden oletetaan osallistuvan kaikkiin tapahtumiin ja kustannukset tulevat kaikkien maksettavaksi. Kauden alussa järjestettävässä joukkueen vanhempainillassa esitellään tarkempi kauden budjetti kuluerittelyineen.

Vanhempainillat kaikille HAC joukkueille järjestetään syyskauden alussa. Seniorijoukkueet päättävät itse vanhempainillan ajankohdan ja toteutustavan. Seuran edustus- ja kilpajoukkueet pitävät vanhempainillat maanantaina 9.8. Klo 17.30. Vanhempainilloissa on yhteinen seuraosuus sekä joukkuekohtainen osuus, josta lisäinfot tulevat myöhemmin. Seuran harrastejoukkueet pitävät vanhempainillat 23.8. Klo 17.30. Vanhempainilloissa on yhteinen seuraosuus sekä joukkuekohtainen osuus, josta lisäinfot tulevat myöhemmin.

JOUKKUEKATEGORIAT, KAUDEN KESTO JA IKÄRAJAT

HAC:n joukkueet on jaettu neljään kategoriaan. Huippu-joukkueiksi on määritelty kilpapuolelta aikuisten edustusjoukkueet (4 kpl). Edustuksella viitataan muiden ikäryhmien kilpapuolen edustusjoukkueisiin. Muut kilpajoukkueet pitävät sisällään kaikki kilpailevat joukkueet. Harrastepuolella viitataan kaikkiin joukkueisiin, jotka eivät kilpaile.

Kauden 2021-2022 kesto:

Huippu-, edustus- ja kilpajoukkueiden kausi on 26.7.2021-30.6.2022 tai EM-kilpailuihin saakka.

Harrastejoukkueiden kausi on 16.8.2021-30.5.2022.

Ikäraajat ja sarjatasot kaudelle 2021-2022

Huom: Minien ikärajoissa seura kannustaa 2009 syntyneitä jäämään vuodeksi mineihin. Seuran ulkopuolelta siirtyviä urheilijoita, ja mahdollisesti jo juniorijoukkueessa urheilleita tarkastellaan tapauskohtaisesti. 2009-syntynyt urheilijan on mahdollista hakea erikoislupaa junioreihin siirtymiseen valmentajalta (etunimi.sukunimi@hac.fi).

Cheer aikuiset				
Syntymävuosi	Edustusjoukkue level 6	Kilpajoukkue level 4-5	Harrastejoukkue level 1-3	Harrastejoukkue / Klassikkojoukkue
2005 ja vanhemmat	Elite, Xray, Enchanted	Ego (2006 erikoisluvalla)	Eager (2006 erikoisluvalla)	Elephants (1998 ja vanhemmat, lvi 6 klassikko), Elixir (2003 ja vanhemmat, lvi 2-3 klassikko)

Cheer Juniorit

Syntymävuosi	Edustusjoukkue level 5	Kilpajoukkue level 4	Kilpajoukkue level 3	Kilpajoukkue level 2	Harrastejoukkue level 1
2006-2008 (2009 erikoisluvalla)	Junior Elite, Xtreme	Empire	Elation	Excel, Electric	Extempore
2003-2007	Double Elite				

Cheer Minit

Syntymävuosi	Edustusjoukkue level 3	Kilpajoukkue level 2	Kilpajoukkue level 1	Harrastejoukkue level 1
2009-2011	Mini Elite			
2009-2010		Energy	Effect	
2011-2012		Exact	Essence	
2009-2014			Effort	Enter Excite Epic(cheer+tanssi)

Mikrot Cheer ja tanssi		
Mikrot	Syntymävuosi	Harrastejoukkue
	2013-2014	Elves (7-8-vuotiaat)
	2015-2016	Ease (5-6-vuotiaat)
	2017-2018	Epelit (3-4-vuotiaat)

Tanssi				
Taso	Syntymävuosi	Tanssi edustusjoukkue	Tanssi kilpajoukkue	Tanssi harrastejoukkue /klassikkojoukkue
Aikuiset	2005 ja vanhemmat	Dance Elite	Euphoria	Eternal (klassikko, 2003 vanhemmat)
Juniorit	2006-2008 (2009 erikoisluvalla)	Junior Dance Elite	Elastic	
	2003-2007	Pom Elite		
Minit	2009-2012	Mini Dance Elite	Enjoy	
	2009-2014			Epic (cheer+tanssi)

HAC VALINTAVIIKON AIKATAULU

HAC Valintaviikon aikataulu 26.7.-31.7.2021

Klo.	Maanantai 26.7.2021	Tiistai 27.7.2021	Keskiviikko 28.7.2021	Torstai 29.7.2021	Perjantai 30.7.2021	Lauantai 31.7.2021
16.30-18.30			Mini Elite,	Energy, Mini Dance Elite	Effect	Essence, Effort
17.00-19.00	MM-kisoihin tähtäävät juniorijoukkueet Double Elite, Pom Elite (all girl & tanssi)	Junior Elite, Xtreme, Empire	Junior Dance Elite, Elation,	Excel	Exact, Electric	
19.00-21.00	MM-kisoihin tähtäävät juniorijoukkueet Double Elite, Pom Elite (all girl & tanssi)	Enchanted	Ego			
Valintojen ilmoitus	Valintojen ilmoitus lähempänä ajankohtaa	Joukkueiden valinnat ilmoitetaan 28.7. klo 12.00 mennessä	Joukkueiden valinnat ilmoitetaan 29.7. klo 12.00 mennessä	Joukkueiden valinnat ilmoitetaan 30.7. klo 12.00 mennessä	Joukkueiden valinnat ilmoitetaan 31.7. klo 12.00 mennessä	Joukkueiden valinnat ilmoitetaan 1.8. klo 12.00 mennessä

Cheer joukkueet

Aikuiset

Elite täydennetään tiistaina 15.6.2021 klo. 19.15-21.15 HAC Training Centerillä. Joukkueeseen valitaan 28-32 urheilijaa. Joukkue on aikuisten **level 6** edustusjoukkue. Joukkueessa on taitovaatimuksena volttiakrobatia.

Valmentajat: Nina Nyberg, Katariina Hintsu, Eeva Ventilä

Harjoitukset: 4 kertaa viikossa + omatoimiset fysiikka, stuntti ja peruskunto - treenit

Kausimaksu: 350e

Arvioitu kokonaisbudjetti: syksy 1750e + kevät 1850e

Joukkue kilpailee: 5-7 kertaa vuodessa. Joukkue kilpailee kansallisissa ja kansainvälisissä kisoissa.

Joukkue leireilee viikonloppuleirit max 2 kertaa vuodessa + päiväleirit n. 10 vuodessa.

Joukkueella pakollisia edustusvarusteita: HAC svetari 58€ (cheer.fi), HAC tuulihousut 42€ ja HAC reppu 39€. Tuulihousut ja reppu ostettavissa HAC myclub verkkokaupasta.

Harjoitusvuorot:

Ti 19.15-21.15 Leijona Areena
Ke 19.00-21.30 Helsinki Areena
Pe 17.15-19.15 Helsinki Areena
Su 18.30-21 Helsinki Areena

Xray täydennetään tiistaina 15.6. klo 19.45-21.30 HAC Training Centerillä. Joukkueeseen valitaan 28-36 urheilijaa. Joukkue on aikuisten **level 6** edustusjoukkue.

Valmentajat: Sanna Karjalainen, Henri Haukkovaara, Oona Tuononen

Harjoitukset: 3 kertaa viikossa + omatoimiset fysiikka, stuntti ja peruskunto - treenit

Kausimaksu: 310e

Arvioitu kokonaisbudjetti: Syksy 2021 1400€/ urheilija, Kevät 2022 1200€/ urheilija (ei sisällä kisamatkoja eikä joukkuepäivät/ -illat)

Joukkue kilpailee: 5-7 kertaa vuodessa. Joukkue kilpailee kansallisissa ja kansainvälisissä kisoissa.

Joukkue leireilee viikonloppuleirit max 2 kertaa vuodessa + päiväleirit n. 10 vuodessa.

Joukkueella pakollisia seuran edustusvarusteita: HAC svetari 58€ (cheer.fi), HAC tuulihousut 42€ ja

HAC reppu 39€. Tuulihousut ja reppu ostettavissa HAC myclub verkkokaupasta.

Lisäksi joukkuepaita ja shortsit.

Harjoitusvuorot:

Ti 19.30-21.30 Helsinki Areena

Ke 17.45-19.30 Leijona Areena + 19.30-20 Huippu areena

Su 16.30-19 Leijona Areena

Enchanted täydennetään tiistaina 27.7.2021 klo. 19-21 HAC Training Centerillä. Joukkueeseen valitaan 28-36 urheilijaa. Joukkue on aikuisten **level 6** edustusjoukkue. Joukkueen taitovaatimus uusille hakijoille on flikki.

Valmentajat: Hanna Haapalinna, Heli S.

Harjoitukset: 3 kertaa viikossa + omatoimiset stuntti- ja fysiikkatreenit

Kausimaksu: 310e

Arvioitu kokonaisbudjetti: syksy 910€ + kevät 870€

Joukkue kilpailee: 4-6 kertaa vuodessa. Joukkue kilpailee kansallisissa kisoissa, mahdollisista kansainvälisistä kisoista päätetään joukkueen vanhempainillassa.

Joukkue leireilee viikonloppuleirit max 2 kertaa vuodessa + päiväleirit n. 4-6 vuodessa.

Joukkueella pakollisia edustusvarusteita: HAC svetari 58€ (cheer.fi), HAC tuulihousut 42€ ja HAC reppu 39€. Tuulihousut ja reppu ostettavissa HAC myclub verkkokaupasta.

Harjoitusvuorot:

Ke 19-21.30 Ensimmäinen 30min Huippu-Areena, loput Leijona Areena

To 18.-20.30 Ensimmäinen 2h Leijona Areena, 30 min Huippu-Areena

Su 19-21.30 Leijona Areena + Huippu Areena 19.30-20.15

Elephants täydennyksistä voi olla suoraan yhteydessä valmentajiin (etunimi.sukunimi@hac.f). Joukkueeseen valitaan 32-40 urheilijaa. Joukkue on aikuisten **level 6** klassikkojoukkue.

Valmentajat: Elisa Ruha, Katri Kakkuri, Tuija Karanko

Harjoitukset: 2 kertaa viikossa

Kausimaksu: 250e

Arvioitu kokonaisbudjetti: syksy 365e + kevät 365e. Budjettiin ei ole laskettu kisoja ulkomailla.

Joukkue kilpailee vuodessa: 1-3 kertaa. Joukkue kilpailee kansallisissa ja kansainvälisissä kisoissa.

Joukkue leireilee vuodessa: viikonloppuleirit max 1 kertaa vuodessa + päiväleirit max. 2-4 kertaa vuodessa.

Joukkueella pakollisena varusteena punainen leijonaperhe-paita 20€ (hankittavissa myclub verkkokaupasta).

Harjoitusvuorot:

To 19.00-21.00 Helsinki Areena

Su 17-19 Mestari Areena

Ego täydennetään keskiviikkona 28.7.2021 klo. 19-21 HAC Training Centerillä. Joukkueeseen valitaan 28-36 urheilijaa. Joukkue on aikuisten **level 5** kilpajoukkue.

Valmentajat: Nenna Kortelainen, Karoliina Kuusela, Claudia Sari, Nella Koskinen

Harjoitukset: 3 kertaa viikossa + omatoimiset stuntti treenit

Kausimaksu: 310e

Arvioitu kokonaisbudjetti: syksy 700 + kevät 700 e

Joukkue kilpailee: 2-4 kertaa vuodessa Joukkue kilpailee kansallisissa kisoissa.

Joukkue leireilee viikonloppuleirit max 2 kertaa vuodessa + päiväleirit n. 2-6 vuodessa.

Joukkueella pakollisena varusteena HAC svetari 58€ (hankittavissa cheer.fi verkkokaupasta).

Harjoitusvuorot:

Ma 19.30-21.30 Helsinki Areena

To 19.30-21.30 Ensimmäinen 30 min Huippu Areena, loput Leijona Areena

Su 19.00 -21.00 Töölön Kisahalli

Elixir on **klassikko level 2-3** kilpajoukkue. Joukkueeseen valitaan 24-32 harrastajaa. Joukkueen täydentää valmentajien kautta: etunimi.sukunimi@hac.fi.

Valmentajat: Pirita Sorvisto, Hanna Westenius, Tiia-Maria Mäkinen

Harjoitukset: 2 kertaa viikossa

Kausimaksu: 250e

Arvioitu kokonaisbudjetti: syksy 510e + kevät 470e

Joukkue kilpailee vuodessa: 1-3 kertaa. Joukkue kilpailee kansallisissa kisoissa.

Joukkue leireilee vuodessa: viikonloppuleirit max 1 kertaa vuodessa + päiväleirit max. 2-4 kertaa vuodessa.

Joukkueella pakollisena varusteena punainen leijonaperhe-paita 20€ (hankittavissa myclub verkkokaupasta).

Harjoitusvuorot:

Ti 18.30-20.30 Ensimmäinen 1h Helsinki Areena, vika 1h Huippu Areena
Su 17.00-19.00 Töölön Kisahalli

Eager täydennetään sunnuntaina 15.8.2021 klo. 13-14.30 HAC Training Centerillä joukkueiden avoimissa treeneissä. Joukkueeseen valitaan n. 30 harrastajaa. Joukkue on **level 1-3** aikuisten kilpajoukkue.

Valmentajat: Heli Kortesalmi, Jenna Toivonen

Harjoitukset: 1 kertaa viikossa + omatoimiset stuntti treenit

Kausimaksu: 210e

Arvioitu kokonaisbudjetti: syksy 265e + kevät 265e

Joukkue kilpailee 0-2 kertaa viikossa. Joukkue kilpailee kansallisissa kisoissa.

Joukkue leireilee päiväleireillä 2-4 kertaa vuodessa.

Joukkueella pakollisena varusteena punainen leijonaperhe-paita 20€ (hankittavissa myclub verkkokaupasta).

Harjoitusvuorot: Ke 19.00-21.00 Voittajasali

Cheer joukkueet

Juniorit

Double Elite valitaan maanantaina 26.7.2021. Joukkueen ilmoittautuminen alkaa viikolla 24 omalla forms-lomakkeella. Joukkue on 15-18 vuotiaiden junioreiden **level 5**, edustusjoukkue. Joukkue tähtää vuoden 2022 MM-kilpailuihin. Tullakseen valituksi joukkueeseen, tulee urheilijan olla mukana seurajoukkueessa. Joukkueen harjoittelu perustuu leirityksiin. Joukkueen infoista on jaettu erillinen infokirje.

Junior Elite täydennetään tiistaina 27.7.2021 klo. 17-19 HAC Training Centerillä. Joukkueeseen valitaan 28-36 urheilijaa. Joukkue on junioreiden **level 5**, edustusjoukkue. Joukkueessa on taitovaatimuksena volttti ja arabiflikkivolttti.

Valmentajat: Nina Nyberg, Katariina Hintsu, Rosanna Toivonen, 1krt/vko Elli Vappula ja Hanna Stocklin

Harjoitukset: 4 kertaa viikossa + omatoimiset fysiikka, stuntti ja peruskunto - treenit

Kausimaksu: 350e

Arvioitu kokonaisbudjetti: Syksy 1335€ +kisamatkat, kevät 1335€ + Em-kisamatka 1050€

Joukkue kilpailee: 5-7 kertaa vuodessa. Joukkue kilpailee kansallisissa ja kansainvälisissä kisoissa.

Kaudella 2021-2022 joukkue leireilee yläkoululeirityksillä koko joukkueena yhteistyössä Kisakallion kanssa. Leirit toteutetaan neljällä leirillä (x2 syksyllä ja x2 keväällä) maantaista torstaihin. Leirit sisältävät lajiharjoittelua, koulunkäyntiä sekä urheiluun kasvamista. Valtakunnallinen yläkoululeirit on osa Suomen Olympiakomitean urheiluakatemiaohjelmaa. Tämän yhteistyöverkoston keskeisimpiä tehtäviä on huippu-urheilijoiden ja huipulle pyrkivien urheilijoiden valmennuksen tukeminen ja tehostaminen sekä urheilijoiden opiskelun tukeminen. Yläkoululeirit on tarkoitettu huippu-urheilu-urasta unelmoiville nuorille, jotka ovat mukana tavoitteellisessa kilpaurheilussa.

Joukkueella pakollisia edustusvarusteita: HAC svetari 58€ (cheer.fi), HAC tuulihousut 42€ ja HAC reppu 39€. Tuulihousut ja reppu ostettavissa HAC myclub verkkokaupasta.

Harjoitusvuorot:

Ti 17.00-19.15 Ensimmäinen 1,5 h Helsinki Areena, loput Huippu Areena

Ke 17.00-19.00 Helsinki Areena

Pe 19.15-21.15 Helsinki Areena

Su 16.00-18.30 Ensimmäinen 30min Huippu-Areenalla, 2h Helsinki Areenalla

Huom! viikon 30 ohjelma: ke 16-19, to 17 alkaen-pe klo 11, pe 18.45-21.15 ja su 12-18.30.

Xtreme täydennetään tiistaina 27.7.2021 klo. 17-19 HAC Training Centerillä. Joukkueeseen valitaan 28-36 urheilijaa. Joukkue on junioreiden **level 5**, edustusjoukkue. Joukkueessa on taitovaatimuksena uusille harrastajille voltti.

Valmentajat: Henri Haukkoara, Karoliina Kuusela, Joa Hänninen, Leirivalmennuksissa: Emma Kauppinen

Harjoitukset: 4 kertaa viikossa + omatoimiset fysiikka, stuntti ja peruskunto - treenit

Kausimaksu: 350e

Arvioitu kokonaisbudjetti: syksy 1800 e + kevät 1800 e

Joukkue kilpailee: 5-7 kertaa vuodessa. Joukkue kilpailee kansallisissa ja kansainvälisissä kisoissa.

Joukkue leireilee viikonloppuleirit max 3 kertaa vuodessa + päiväleirit n. 10 vuodessa.

Joukkueella pakollisia edustusvarusteita: HAC svetari 58€ (cheer.fi), HAC tuulihousut 42€ ja HAC reppu 39€. Tuulihousut ja reppu ostettavissa HAC myclub verkkokaupasta.

Harjoitusvuorot:

Ti 17.15-19.15 Leijona Areena

Ke 16.15-17.45 Mestari Areena + 17.45-18.45 Huippu Areena

Pe 18-20.15 Ensimmäinen 1h45min Leijona Areena, loput Huippu Areena

Su 14-16.30 Ensimmäiset 30 min Huippu Areena, loput 2h Helsinki Areena

Empire täydennetään tiistaina 27.7.2021 klo. 17-19 HAC Training Centerillä. Joukkueeseen valitaan 28-36 urheilijaa. Joukkue on junioreiden **level 4**, kilpajoukkue. Joukkueessa on taitovaatimuksena flikki.

Valmentajat: Katariina Erwe, Nenna Kortelainen, Kiia Kalm

Harjoitukset: 4 kertaa viikossa + omatoimiset fysiikka, stuntti ja peruskunto - treenit

Kausimaksu: 350e

Arvioitu kokonaisbudjetti: syksy 800e + kevät 800

Joukkue kilpailee: 4-6 kertaa vuodessa. Joukkue kilpailee kansallisissa kisoissa. Mahdollisista kansainvälisistä kisoista päätetään joukkueen vanhempainillassa.

Joukkue leireilee viikonloppuleirit max 2 kertaa vuodessa + päiväleirit n. 4-6 kertaa vuodessa.

Joukkueella pakollisena varusteena HAC svetari 58€ (hankittavissa cheer.fi verkkokaupasta).

Harjoitusvuorot:

Ma 16.15-18.15 Leijona Areena
To 17.30- 19.30 Ensimmäinen 1,5h Helsinki Areena, 30min Huippu Areena
Pe 18.30-21 Ensimmäinen 1h15min Voittajasali, loput Leijona Areena
Su 14.30-16.30 Leijona Areena

Elation täydennetään keskiviikkona 28.7.2021 klo. 17-19 HAC Training Centerillä. Joukkueeseen valitaan 28-36 urheilijaa. Joukkue on junioreiden **level 3**, kilpajoukkue.

Valmentajat:Milla Packalen, Anna Toivonen, Laura Junntila

Harjoitukset: 3 kertaa viikossa + omatoimiset stuntitreenit

Kausimaksu: 310e

Arvioitu kokonaisbudjetti: syksy 713€ + kevät 850€

Joukkue kilpailee: 4-6 kertaa vuodessa. Joukkue kilpailee kansallisissa kisoissa.

Joukkue leireilee viikonloppuleirit max 2 kertaa vuodessa + päiväleirit n. 4-6 kertaa vuodessa.

Joukkueella pakollisena varusteena HAC svetari 58€ (hankittavissa cheer.fi verkkokaupasta).

Harjoitusvuorot:

Ti 16-18.30 Ensimmäinen 1h15min Leijona Areena, loput Huippu Areena
Pe 18.45-21 Ensimmäiset 30 min Huippu Areena, loput Mestari Areena
Su 12.30-14.30 Leijona Areena

Excel täydennetään torstaina 29.7.2021 klo. 17-19 HAC Training Centerillä. Joukkueeseen valitaan 28-36 urheilijaa. Joukkue on junioreiden **level 2** kilpajoukkue.

Valmentajat: Annika Lindell, Anna Karvinen, Iris Henttonen

Harjoitukset: 2 kertaa viikossa + omatoimiset stuntti treenit

Kausimaksu: 250e

Arvioitu kokonaisbudjetti: syksy 580e + kevät 580e

Joukkue kilpailee: 2-4 kertaa vuodessa. Joukkue kilpailee kansallisissa kisoissa.

Joukkue leireilee päiväleireillä n. 4-6 kertaa vuodessa.

Joukkueella pakollisena varusteena HAC svetari 58€ (hankittavissa cheer.fi verkkokaupasta).

Harjoitusvuorot:

Ma 19-21.15 Ensimmäinen 1h Huippu Areena, 1,15h Leijona Areena
To 16.30-18.30 Ensimmäinen 1,5h Leijona Areena, 30min Huippu-Areena

Electric täydennetään perjantaina 30.7.2021 klo.17-19 HAC Training Centerillä. Joukkueeseen valitaan 28-36 urheilijaa. Joukkue on junioreiden **level 2** kilpajoukkue.

Valmentajat: Minna Aalto, Marja Pesonen, Pipsa Nykänen

Harjoitukset: 2 kertaa viikossa + omatoimiset stuntti - treenit

Kausimaksu: 250e

Arvioitu kokonaisbudjetti: syksy 580e + kevät 580e

Joukkue kilpailee: 2-4 kertaa vuodessa. Joukkue kilpailee kansallisissa kisoissa.

Joukkue leireilee päiväleireillä n. 4-6 kertaa vuodessa.

Joukkueella pakollisena varusteena HAC svetari 58€ (hankittavissa cheer.fi verkkokaupasta).

Harjoitusvuorot:

Ti 19.30-21.15 Voittajasali

Su 19-21.30 Töölön Kisahalli

Extempore täydennetään sunnuntaina 15.8.2021 klo. 13-14.30 HAC Training Centerillä joukkueiden avoimissa treeneissä. Joukkueeseen valitaan n. 30 harrastajaa. Joukkue on juniorien **level 1-2** harrastejoukkue.

Valmentajat: Selena Qi, Eevi Ollaranta, Ronja Puhakainen

Harjoitukset: 2 kertaa viikossa + omatoimiset stuntti treenit

Kausimaksu: 250e

Kokonaisbudjetti: syksy 300e + kevät 300e

Joukkue ei kilpaile

Joukkue leireilee päiväleireillä max. 2 kertaa vuodessa.

Joukkueella pakollisena varusteena punainen leijonaperhe-paita 20€ (hankittavissa myclub verkkokaupasta).

Harjoitusvuorot:

Ma 18.30-20.30 Voittajasali + 20-20.30 Mestari Areena
Pe 16.00-18.00 1,15h Helsinki Areena, 45min Huippu-Areena

Cheer joukkueet

Minit

Mini Elite täydennetään keskiviikkona 28.7.2021 klo. 16.30-18.30 HAC Training Centerillä. Joukkueeseen valitaan 28-36 urheilijaa. Joukkue on minit **level 3** kilpajoukkue. Joukkueessa on taitovaatimuksena arabiflikkivoltti.

Valmentajat: Tiia Koponen (vastuuvallmentaja), Riina Häkkinen, Ella Karjalainen

Harjoitukset: 4 kertaa viikossa + omatoimiset stuntti - treenit

Kausimaksu: 350e

Arvioitu kokonaisbudjetti: kevät 1000e + syksy 1000e

Joukkue kilpailee: 4-6 kertaa vuodessa. Joukkue kilpailee kansallisissa kisoissa. Mahdollisista kansainvälisistä kisoista päätetään joukkueen vanhempainillassa.

Joukkue leireilee viikonloppuleirit max 2 kertaa vuodessa + päiväleirit n. 8 kertaa vuodessa.

Joukkueella pakollisia edustusvarusteita: HAC svetari 58€ (cheer.fi), HAC tuulihousut 42€ ja HAC reppu 39€. Tuulihousut ja reppu ostettavissa HAC myclub verkkokaupasta.

Harjoitusvuorot:

Ma 17.30-19.30, Ensimmäinen 30min Huippu Areena, 1,5h Helsinki Areena

Ke 16.00-17.45Leijona Areena + 16-16.45 Huippu-Areena

Pe 16.30-18.45 1,5h Leijona Areena loppu 45 min Mestari Areena

Su 10-12.30, Helsinki Areena + 11.30-12.30 Mestari Areena

Energy täydennetään torstaina 29.7.2021 klo. 16.30-18.30 HAC Training Centerillä. Joukkueeseen valitaan 28-36 urheilijaa. Joukkue on minien **level 2** kilpajoukkue. Joukkueessa on taitovaatimuksena flikki.

Valmentajat: Ellen Leppinen, Kitte Kokkonen, Kia Killström

Harjoitukset: 3 kertaa viikossa + omatoimiset stuntitreenit

Kausimaksu: 310e

Arvioitu kokonaisbudjetti: kevät 850e + 850e

Joukkue kilpailee: 4-6 kertaa vuodessa. Joukkue kilpailee kansallisissa kisoissa.

Joukkue leireilee viikonloppuleirit max 2 kertaa vuodessa + päiväleirit n. 4-6 vuodessa.

Joukkueella pakollisena varusteena HAC svetari 58€ (hankittavissa cheer.fi verkkokaupasta).

Harjoitusvuorot:

Ma 16-18.30, 2h Helsinki Areena, 30min Huippu-Areena

Ke 17.15-19.30, 30min Huippu-Areena, 1,45h Mestari Areena

Su 12.30-15.00, Ensimmäiset 2h Helsinki Areena, loput 30 min Huippu Areena

Exact täydennetään perjantaina 30.7.2021 klo.17-19 HAC Training Centerillä. Joukkueeseen valitaan 28-36 urheilijaa. Joukkue on minien **level 2** kilpajoukkue. Joukkueessa on taitovaatimuksena flikki.

Valmentajat: Bettina Rönnerberg, Sonja Vassel, Inka Koskinen

Harjoitukset: 3 kertaa viikossa + omatoimiset stuntti - treenit

Kausimaksu: 310e

Arvioitu kokonaisbudjetti: syksy 520e + kevät 850e

Joukkue kilpailee: 3-5 kertaa vuodessa. Joukkue kilpailee kansallisissa kisoissa.

Joukkue leireilee viikonloppuleirit max 2 kertaa vuodessa + päiväleirit n. 4-6 vuodessa.

Joukkueella pakollisena varusteena HAC svetari 58€ (hankittavissa cheer.fi verkkokaupasta).

Harjoitusvuorot:

Ma 16.30-18.30Voittajasali

To 16-18.00, 1,5h Helsinki Areena, 30min Huippu-Areena

Su 11-13.00 1,5h Leijona Areena, 30min Huippu-Areena

Effect täydennetään perjantaina 30.7.2021 klo. 16.30-18.30 HAC Training Centerillä. Joukkueeseen valitaan 28-36 urheilijaa. Joukkue on minien **level 1** kilpajoukkue. Joukkueessa on taitovaatimuksena siltakaadot molempiin suuntiin.

Valmentajat: Ella Patrakka, Pipsa Nykänen, Heidi Isotalo

Harjoitukset: 3 kertaa viikossa + omatoimiset stuntti - treenit

Kausimaksu: 310e

Arvioitu kokonaisbudjetti: kevät 596e + syksy 653e

Joukkue kilpailee: 3-5 kertaa vuodessa. Joukkue kilpailee kansallisissa kisoissa.

Joukkue leireilee viikonloppuleirit max 1 kertaa vuodessa + päiväleirit n. 3-5 vuodessa.

Joukkueella pakollisena varusteena HAC svetari 58€ (hankittavissa cheer.fi verkkokaupasta).

Harjoitusvuorot:

Ma 18.15-20.00 Leijona Areena

Pe 17.45-19.45, 1,5h Mestari Areena, 30min Huippu-Areena

Su 17-19 Töölön Kisahalli

Essence täydennetään lauantaina 31.7.2021 klo. 16.30-18.30 HAC Training Centerillä.

Joukkueeseen valitaan 28-36 urheilijaa. Joukkue on minien **level 1** kilpajoukkue. Joukkueessa on taitovaatimuksena siltakaato.

Valmentajat: Bettina Rönnerberg, Marja Pesonen, Rosa Luostarinen

Harjoitukset: 2 kertaa viikossa + omatoimiset stuntti - treenit

Kausimaksu: 250e

Arvioitu kokonaisbudjetti: kevät n.330e + syksy n. 300e

Joukkue kilpailee: 2-4 kertaa vuodessa. Joukkue kilpailee kansallisissa kisoissa.

Joukkue leireilee viikonloppuleirit max 1 kertaa vuodessa + päiväleirit n. 2-4 vuodessa

Joukkueella pakollisena varusteena HAC svetari 58€ (hankittavissa cheer.fi verkkokaupasta).

Harjoitusvuorot:

Ke 17.00-19.00 Voittajasali

Pe 16.15-18.30, 1,5h Mestari Areena, 45min Voittajasali

Effort täydennetään lauantaina 31.7.2021 klo. 16.30-18.30 HAC Training Centerillä. Joukkueeseen valitaan 28-36 urheilijaa. Joukkue on minien **level 1** kilpajoukkue.

Valmentajat: Miia Hartonen, Tilda Kustila, Mimosa Konsin

Harjoitukset: 2 kertaa viikossa

Kausimaksu: 250e

Arvioitu kokonaisbudjetti: kevät 350e + syksy 350e

Joukkue kilpailee: 1-3 kertaa vuodessa. Joukkue kilpailee kansallisissa kisoissa.

Joukkueella pakollisena varusteena HAC svetari 58€ (hankittavissa cheer.fi verkkokaupasta).

Joukkue leireilee päiväleireillä n. 2-4 kertaa vuodessa.

Harjoitusvuorot:

To 17.00-19.00 Voittajasali

Su 15.00-17.00 Voittajasali

Enter täydennetään sunnuntaina 15.8.2021 klo. 11-12.30 HAC Training Centerillä joukkueiden avoimissa treeneissä. Joukkueeseen valitaan n. 32 harrastajaa. Joukkue on minien **level 1** harrastejoukkue.

Valmentajat: Lulu Marstio, Miisa Suojanen

Harjoitukset: 2 kertaa viikossa, 2h kerrallaan

Kausimaksu: 250e

Arvioitu kokonaisbudjetti: kevät 380e + syksy 380e

Joukkue ei kilpaile

Joukkue leireilee päiväleireillä max. 2 kertaa vuodessa.

Joukkueella pakollisena varusteena punainen leijonaperhe-paita 20€ (hankittavissa myclub verkkokaupasta).

Harjoitusvuorot:

Pe 16-17.45 Voittajasali

Su 10.00-12.00, Voittajasali

Excite täydennetään sunnuntaina 15.8.2021 klo. 11-12.30 HAC Training Centerillä joukkueiden avoimissa treeneissä. Joukkueeseen valitaan n. 32 harrastajaa. Joukkue on minien **level 1** harrastejoukkue.

Valmentajat: Ella Patrakka, Marja Pesonen, Ellen Leppinen

Harjoitukset: 1 kertaa viikossa, 1,5 h kerrallaan

Kausimaksu: 195e

Arvioitu kokonaisbudjetti: kevät 250e + syksy 250e

Joukkue ei kilpaile

Joukkue leireilee päiväleireillä max. 2 kertaa vuodessa

Joukkueella pakollisena varusteena punainen leijonaperhe-paita 20€ (hankittavissa myclub verkkokaupasta).

Harjoitusvuorot: Su 10-11.30, 1h Leijona Areena, 30min Huippu-Areena

Epic täydennetään sunnuntaina 15.8.2021 klo. 11-12.30 HAC Training Centerillä joukkueiden avoimissa treeneissä. Joukkueeseen valitaan n. 30 harrastajaa. **Joukkueessa harjoitellaan cheerleadingiä ja cheertanssia.**

Valmentajat: Viivi Paasonen ja Inka Sillanpää

Harjoitukset: 1 kertaa viikossa, 1,5h kerrallaan

Kausimaksu: 195e

Arvioitu kokonaisbudjetti: kevät 225e + syksy 225e

Joukkue ei kilpaile

Joukkue leireilee päiväleireillä max. 2 kertaa vuodessa.

Joukkueella pakollisena varusteena punainen leijonaperhe-paita 20€ (hankittavissa myclub verkkokaupasta).

Harjoitusvuorot: Su 17.00-18.30 Voittajasali

Cheer / Tanssi

Mikrot

Elves täydennetään sunnuntaina 15.8.2021 klo. 11-12.30 HAC Training Centerillä joukkueiden avoimissa treeneissä. Joukkueeseen valitaan n. 30 harrastajaa

Valmentajat: Ella Patrakka, Tia Kettunen, Marja Pesonen

Harjoitukset: 1 kertaa viikossa, 1h kerrallaan

Kausimaksu: 185e

Arvioitu kokonaisbudjetti: kevät 215e + syksy 215e

Joukkue ei kilpaile eikä leireile

Joukkueella pakollisena varusteena punainen leijonaperhe-paita 20€ (hankittavissa myclub verkkokaupasta).

Harjoitusvuorot: Su 14.00-15.00 Voittajasali

Ease täydennetään sunnuntaina 15.8.2021 klo. 11-12.30 HAC Training Centerillä joukkueiden avoimissa treeneissä. Joukkueeseen valitaan n. 16 harrastajaa

Valmentajat: Ella Patrakka, Tia Kettunen, Marja Pesonen

Harjoitukset: 1 kertaa viikossa, 1h kerrallaan

Kausimaksu: 185e

Arvioitu kokonaisbudjetti: kevät 215e + syksy 215e

Joukkue ei kilpaile eikä leireile.

Joukkueella pakollisena varusteena punainen leijonaperhe-paita 20€ (hankittavissa myclub verkkokaupasta).

Harjoitusvuorot: Su 13.00-14.00 Voittajasali

Epelit täydennetään sunnuntaina 15.8.2021 klo. 11-12.30 HAC Training Centerillä joukkueiden avoimissa treeneissä. Joukkueeseen valitaan n. 10 harrastajaa

Valmentajat: Ella Patrakka, Tia Kettunen

Harjoitukset: 1 kertaa viikossa, 1h kerrallaan

Kausimaksu: 185e

Arvioitu kokonaisbudjetti: kevät 215e + syksy 215e

Joukkue ei kilpaile eikä leireile.

Joukkueella pakollisena varusteena punainen leijonaperhe-paita 20€ (hankittavissa myclub verkkokaupasta).

Harjoitusvuorot: Su 12.00-13.00 Voittajasali

Tanssi

Aikuiset

Dance Elite kokoonpano valitaan tiistaina 15.6. klo 19:15-21:15 HAC Training Centerillä.

Joukkueeseen valitaan 18-24 urheilijaa. Joukkue on aikuisten pom edustusjoukkue. Joukkueessa on taitovaatimuksena tuplapiruetit molemmille puolille, perusteet a la secissa, kaikki spagaatit pohjassa, hypyt ja loikat vaakatasossa tai lähellä sitä, lajitaustaa joko cheertanssista tai esim. voimistelusta, muista tanssilajeista, luistelusta, kilpa-aerobicista tms.

Valmentajat: Siiri Kahri, Aino Majanen, Sini Liukkonen

Harjoitukset: 4 kertaa viikossa + omatoimiset fysiikka/peruskunto/liikkuvuus ja kehonhuolto-treenit

Kausimaksu: 350e

Arvioitu kokonaisbudjetti: kevät 1130e + syksy 1130e

Joukkue kilpailee: 3-4 kertaa vuodessa. Joukkue kilpailee kansallisissa ja kansainvälisissä kisoissa.

Joukkue leireilee viikonloppuleirit max 2 kertaa vuodessa + päiväleirit n. 10 vuodessa.

Joukkueella pakollisia edustusvarusteita: HAC svetari 58€ (cheer.fi), HAC tuulihousut 42€ ja HAC reppu 39€. Tuulihousut ja reppu ostettavissa HAC myclub verkkokaupasta.

Harjoitusvuorot:

Ma 17.00-19.00 Mestari Areena

Ti 19.15-21.15 Mestari Areena + Huippu areena 20.30-21.15

To 19.15-21.00 Mestari Areena

Pe 18.00-21.00 Yrjönkadun liikuntasali (30.8. asti la kisis 15.00-17.15)

Euphoria täydennetään sunnuntaina 4.8.2021 HAC Training Centerillä. Joukkueeseen valitaan 16-24 urheilijaa. Joukkue on aikuisten pom kilpajoukkue. Lisätiedot valintatreeneistä valmentajilta: etunimi.sukunimi@hac.fi.

Valmentajat: Inka Sillanpää, Veera Välimäki, Emma Pukkila

Harjoitukset: 3 kertaa viikossa + omatoimiset fysiikka ja peruskunto - treenit

Kausimaksu: 310e

Arvioitu kokonaisbudjetti: kevät 700e + syksy 700e

Joukkue kilpailee: 3-5 kertaa vuodessa. Joukkue kilpailee kansallisissa kisoissa. Mahdollisista kansainvälisistä kilpailuista päätetään joukkueen vanhempainillassa.

Joukkue leireilee viikonloppuleirit max 1 kertaa vuodessa + päiväleirit n. 4-8 vuodessa.

Joukkueella pakollisena varusteena HAC svetari 58€ (hankittavissa cheer.fi verkkokaupasta).

Harjoitusvuorot:

Ti 17.45-19.30 Voittajasali

Ke 19.30-21.30 Mestari Areena

Su 19.00-21.30 Mestari Areena

Eternal täydennetään sunnuntaina 15.8.2021 13-14.30 HAC Training Centerillä joukkueiden avoimissa treeneissä. Joukkueeseen valitaan n.16-24 harrastajaa. Joukkue on aikuisten klassikkojoukkue.

Valmentajat: Jenni Järvinen, Maria Pehkonen

Harjoitukset: 1 kertaa viikossa

Kausimaksu: 210e

Arvioitu kokonaisbudjetti: syksy 345e + kevät 345e

Joukkue kilpailee vuoden aikana 0-2 kertaa. Joukkue kilpailee kansallisissa kisoissa.

Joukkue leireilee päiväleireillä 2-4 kertaa vuodessa

Joukkueella pakollisena varusteena punainen leijonaperhe-paita 20€ (hankittavissa myclub verkkokaupasta).

Harjoitusvuorot:

Ma 20-21.30 Yrjönkadun tanssisali (Ma 16.00-17.00 Mestari areena + 17.00-17.30 Huippu areena 30.8. asti)

Su 18-18.30 Huippu areena + 18.30-20.30 Voittajasali

Tanssi

Juniorit

Pom Elite valitaan maanantaina 26.7.2021. Joukkueen ilmoittautuminen alkaa viikolla 24 omalla forms-lomakkeella. Joukkue on 15-18 vuotiaiden junioreiden pom, edustusjoukkue. Joukkue tähtää vuoden 2022 MM-kilpailuihin. Joukkueen harjoittelu perustuu leirityksiin. Joukkueen infot on julkistettu erillisessä valintainfossa (nettisivut, jäsenkirjeet).

Junior Dance Elite täydennetään tiistaina 15.6. Klo 17.30-19 HAC hallilla HAC Training Centerillä. Joukkueeseen valitaan 16-24 urheilijaa. Joukkue on junioreiden pom edustusjoukkue.

Valmentajat: Emma Heino, Annumaiju Toukola

Harjoitukset: 4 kertaa viikossa + omatoimiset fysiikka ja peruskunto - treenit

Kausimaksu: 350e

Arvioitu kokonaisbudjetti: Yhteensä noin 1400€ / vuosi. Budjettiin ei ole laskettu kisoja ulkomailla.

Joukkue kilpailee: 5-7 kertaa vuodessa. Joukkue kilpailee kansallisissa ja kansainvälisissä kisoissa.

Joukkue leireilee viikonloppuleirit max 2 kertaa vuodessa + päiväleirit n. 6-10 kertaa vuodessa.

Joukkueella pakollisia edustusvarusteita: HAC svetari 58€ (cheer.fi), HAC tuulihousut 42€ ja HAC reppu 39€. Tuulihousut ja reppu ostettavissa HAC myclub verkkokaupasta.

Harjoitusvuorot:

Ma 18.30-19 Huippu arena + 19--21 Mestari arena

Ti 17-17.45 Voittajasali + 17.45-19.15 Mestari Arena

To 17.30-19.15, Mestari Arena

Su 9.00-11.00 Mestari Arena / 11-13.00 vuorotellen Mini Dance Elite

Elastic täydennetään sunnuntaina 15.8.2021 13-14.30 HAC Training Centerillä joukkueiden avoimissa treeneissä. Joukkueeseen valitaan n.16-24 harrastajaa. Joukkue on junioreiden kilpajoukkue.

Valmentajat: Karoliina Parviainen, Tia Kettunen

Harjoitukset: 2 kertaa viikossa

Kausimaksu: 250e

Arvioitu kokonaisbudjetti: 415e + 415e

Joukkue kilpailee: 0-2 kertaa vuodessa. Joukkue kilpailee kansallisissa kisoissa.

Joukkue leireilee päiväleireillä 2-4 kertaa vuodessa.

Joukkueella pakollisena varusteena punainen leijonaperhe-paita 20€ (hankittavissa myclub verkkokaupasta).

Harjoitusvuorot:

Ti 16.30-18.30 Töölön Kisahalli (Ti 19.30-21.30 Töölön Kisahalli 30.8. asti)

Su 15.00-17.00 Mestari Arena

Tanssi

Minit

Mini Dance Elite täydennetään torstaina 5.8 klo 16-17.30 HAC Training Centerillä. Joukkueeseen valitaan 16-24 urheilijaa. Joukkue on minien pom kisajoukkue.

Valmentajat: Veera Välimäki, Nea Honkanen, Daniela Leander

Harjoitukset: 3 kertaa viikossa + omatoimiset treenit

Kausimaksu: 310e

Arvioitu kokonaisbudjetti: syksy 760 + kevät 760e

Joukkue kilpailee: 4-6 kertaa vuodessa. Joukkue kilpailee kansallisissa kisoissa. Mahdollisista kansainvälisistä kisoista päätetään joukkueen vanhempainillassa.

Joukkue leireilee viikonloppuleirit max 2 kertaa vuodessa + päiväleirit n. 8 kertaa vuodessa.

Joukkueella pakollisia edustusvarusteita: HAC svetari 58€ (cheer.fi), HAC tuulihousut 42€ ja HAC reppu 39€. Tuulihousut ja reppu ostettavissa HAC myclub verkkokaupasta.

Harjoitusvuorot:

Ti 16.00-17.45, Mestari Areena

To 16-17.30, Mestari Areena + 17-17.30 Huippu arena

Su 11-13.00 Mestari Areena / 9-11 vuorotellen Junior Dance Elite

Enjoy täydennetään lauantaina 15.8.2021 klo. 11-12.30 HAC Training Centerillä joukkueiden avoimissa treeneissä. Joukkueeseen valitaan n.16-24 harrastajaa. Joukkue on minien harrastekilpa joukkue.

Valmentajat: Daniela Nyström, Petra Landen

Harjoitukset: 2 kertaa viikossa

Kausimaksu: 250e

Arvioitu kokonaisbudjetti: syksy 315e + kevät 315

Joukkue kilpailee: 0-2 kertaa vuodessa. Joukkue kilpailee kansallisissa kisoissa.

Joukkue leireilee päiväleireillä 2-4 kertaa vuodessa

Joukkueella pakollisena varusteena punainen leijonaperhe-paita 20€ (hankittavissa myclub verkkokaupasta).

Harjoitusvuorot:

Ti 16.30-18.30 Töölön Kisahalli (Ti 19.30-21.30 Töölön kisahalli 30.8. Asti
Su 13-15.00 Mestari Areena