

Suomen Pilates Yhdistys ry

JÄSENTIEDOTE 1-2020

13.2.2020

Hei!

Toivottavasti vuotesi on käynnistynyt innostavasti. Tässä jäsentiedotteessa on sinulle terveisiä Suomen Pilates Yhdistykseltä.

Näkemisiin Tampereella maaliskuun lopussa,

toivoo Kati

Kati Kauravaara
puheenjohtaja
Suomen Pilates Yhdistys ry

Puh: 0505836802

Sähköposti: kati.kauravaara@liikuntafysio.fi

TÄSSÄ TIEDOTTEESSA:

Kevätkoulutus 28.3.2020 Tampereella
Yhdistyksen vuosikokous 28.3.2020 Tampereella
Syyskoulutus 21.11.2020
Jäsenmaksu 2020 ja yhdistyksen tilinumero
Yhteistyökumppanuudet

Kevätkoulutus 28.3.2020 Tampereella

Järjestämme yhdistyksen perinteisen kevätkoulutuksen tällä kertaa la 28.3 Tampereella. Koulutuksen ohjelma on seuraava:

Klo 9:30–10:00	Koulutuksen avaus
Klo 10:00–13:00	Markkinointikouluttaja Johannes Hesso: Miten myyn pilatesta digikanavissani ja Googlessa?
Klo 13:00–14:00	Lounas
Klo 14:00–15:00	Yhdistyksen vuosikokous
Klo 15:00–17:00	Rinnakkaiset työpajat: 1) LAITetyöpaja, Ulla Mannila: "Tower-päädyn käyttö osana laiteharjoittelua – käymme läpi monipuolisen liikemateriaalin ja pohdimme, miksi liikkumaton alusta ja kiinteät jousivastukset haastavat kehoa eri tavalla kuin reformer." 2) MATTOtyöpaja, Tero Kattilakoski: "Pallo pilatesvälineenä – miten liike muuttuu, kun käytössä on pilatespallot ja painopallot."
Klo 17:15–18:15	Kaikille yhteinen treenitunti

Koulutus järjestetään [Kauppi Sports Centerissä](#) (Kuntokatu 17). Koulutuksen hinta on jäsenille 60 € ja ei-jäsenille 120 €. Hinta sisältää lounaan. Koulutukseen ilmoittaudutaan viimeistään 12.3.2020 kahdella vaihtoehdoisella lomakkeella riippuen siitä, kumpaan työpajaan osallistut. Mukaan koulutukseen mahtuu ilmoittautumisjärjestyksessä 55 osallistujaa, ja laitetyöpajaan ilmoittautumisjärjestyksessä 20 osallistujaa. Laitetyöpajaan + koulutukseen ilmoittaudutaan [täällä](#) ja mattotyöpajaan + koulutukseen ilmoittaudutaan [täällä](#). Koulutuksen voi perua kuluitta viimeistään 12.3.2020. Tervetuloa koulutukseen!

Yhdistyksen vuosikokous 28.3.2020 Tampereella

Järjestämme yhdistyksen vuosikokouksen kevätkoulutuksen yhteydessä Tampereella 28.3 klo 14:00. Vuosikokouksesta lähetetään vielä erillinen kokouskutsu.

Syyskoulutus 21.11.2020

Ennakkotietona kalentereihin merkittäväksi, että tämän vuoden syyskoulutus järjestetään lauantaina 21.11. Lisää tietoa seuraa!

Jäsenmaksu 2020 ja yhdistyksen tilinumero

Lähetämme vuoden 2020 jäsenmaksulaskut helmikuun aikana. Huomaathan jäsenmaksun maksamisen yhteydessä, että yhdistyksen pankkitili vaihtui viime vuonna. Tarkistathan vielä, ettei verkkopankkisi asetuksissa ole enää vanhaa tilinumeroa. Nykyinen tilinumero on Osuuspankin tilinumero FI28 5227 0820 0447 39.

Yhteistyökumppanuudet

Vuonna 2020 yhteistyökumppaneitamme ovat Alignpilates.fi, Foodin, Pilateskauppa.fi, Tampereen Pilates Studio sekä Treenikamat.fi. Kumppanimme tarjoavat etujaan Suomen Pilates Yhdistyksen jäsenille:

Alignpilates.fi

Alignpilates.fi on Suomen ensimmäinen laitepilatekseen erikoistunut sivusto. Sivustolta löydät laajan valikoiman studiolaatuisia pilateslaitteita kuten Reformerit, Half ja Full Cadillacit (torni ja trapetsi), Ladder Barrelit, Combo Chairit (Wunda Chair), kaaret sekä paljon muita laitteita ja apuvälineitä. Valikoimissamme on myös kotikäyttöön suunniteltuja pilateslaitteita. Alignpilates.fi tarjoaa kattavat huolto-, asennus- ja varaosapalvelut – suomeksi. Näin sinun ei itse tarvitse keskittyä laitteiden puolesta kuin itse tekemiseen. Anna meidän hoitaa kaikki muu. Tarjoamme Suomen pilatesyhdistyksen jäsenille yhden vuoden ilmaisen huoltosopimuksen Alignpilates -laitteille. Showroomimme sijaitsee Espoon Leppävaarassa, jossa voit tutustua tarkemmin laitteisiin – sovi esittely ja toteuta unelmasi! www.alignpilates.fi-sivustolta jäsenille -10% kaikista Align-Pilates tuotteista pl. laitteet. Kauttamme myös OP:n myöntämää rahoitusta.

Foodin

Foodin on jyväskyläläinen perheyrittäjä, joka tuo maahan ja valmistaa eettisiä ja laadukkaita luomuelintarvikkeita ja superfoodeja. Tavoitteenamme on luoda parempaa ruokakulttuuria, jossa jokaisella on mahdollisuus valita paremmin. Kestävästi ja eettisesti tuotettu, aito ja puhdas ruoka on sijoitus, jossa kaikki voittavat: sinä, viljelijät ja ympäristö. Tarjoamme www.foodin.fi verkkokaupasta jäsenille -20% normaalihintaisista tuotteista koodilla SPY.

Pilateskauppa.fi

Pilateskauppa.fi on vuodesta 2008 toiminut pilates- ja joogatuotteisiin erikoistunut verkkokauppa. Valikoimastamme löydät mm. laajan valikoiman mattoja, suositut pilatesrullat ja -pallot, laadukkaat bambuvaatteet sekä varvassukat. Tilaa parhaat Mind&Body -hyvinvointituotteet netistä helposti ja nopeasti. Avoinna 24/7. Tarjoamme www.pilateskauppa.fi sivuston kaikista normaalihintaisista tuotteista jäsenille -10% koodilla SPYJÄSEN.

Tampereen Pilates Studio

Firstbeat sykevälianalyysi yksilöpalautteella -15% (norm. 180 €). Firstbeat Hyvinvointianalyysi kertoo, kuinka keho reagoi arjen erilaisissa tilanteissa. Ympäri vuorokautinen sykevälimittaus (3 vrk) kuvaa yksilöllisesti kuormittavia ja palauttavia tekijöitä sekä liikunnan vaikutusta. Tieteellisesti kehitetty Hyvinvointianalyysi kertoo kehon voimavaroista ja nostaa pöydälle asiat, jotka parantavat jaksamista, kuntoa ja terveyttä. <https:// tampereenpilatesstudio.fi>

Treenikamat.fi

Monipuolinen treenivälineiden verkkokauppa. Laaja valikoima pilates- ja joogatarvikkeita, kuten tukipalat, varvassukat, matot ja pallot. Olemme myös erikoistuneet kehon ja mielen hyvinvointiin, ja kaupastamme löytyy mm. hierontavälineitä, tyynyjä ja peittoja. Suomen Pilatesyhdistyksen jäsenille kaikista normaalihintaisista tuotteista -10%.

Iloa helmikuuhun,

toivoo SPY:n hallitus

Kati, Eeva, Katariina, Antti ja Minja