

TYHY-TARJOTIN TAVASTIAN HENKILÖSTÖLLE SYKSY 2018



Hei! Syksyn tyhytarjotin on nyt pääpiirteissään valmis ja luettavissa alla. Liikunnat alkavat viikolla 37.

Ilmoittautuminen tapahtuu lomakkeella, joka avautuu linkistä <https://urly.fi/10Da>

Jaossa on myös 10 kpl viiden euron Smartum liikunta- ja kulttuuriseteleitä, jotka tilataan samalla lomakkeella. Setelien omavastuu on 10 euroa, ja se maksetaan seteleitä haettaessa. Muut tyhy-omavastuuosuudet peritään suoraan palkasta lokakuussa.

Muistathan, että Koulutuskuntayhtymä Tavastian lakisääteinen tapaturmavakuutus ei ole voimassa tyhytarjotimen tunneilla, koska tyhytoiminta on vapaaehtoista ja omalla ajalla tapahtuvaa.

Terveisin

Marjo Tauru, johdon sihteeri

Koulutuskuntayhtymä Tavastia

PL 30, Hattelmalantie 25, K-rak., 13101 HÄMEENLINNA

p. 050 464 0283, marjo.tauru@kktavastia.fi

Tyhy-tarjonta on tarkoitettu päätoimiselle henkilökunnalle ja niille Vanajaveden Opiston tuntiopettajille, joilla on vähintään 16 opetustuntia viikossa. Mikäli paikkoja jää, myös sivutoimiset tuntiopettajat ja alle 16 tuntia viikossa opettavat kansalaisopiston opettajat voivat osallistua.

ILMOITTAUTUMINEN TYHYYN

Ilmoittautuminen alkaa viikolla 33. Ilmoittaudu viimeistään perjantaina 31.8.2018 annetun linkin (<https://urly.fi/10Da>) kautta. Ohjelmiin, joita ei ole ilmoittautumislomakkeessa, voi mennä ilman ilmoittautumista. Mikäli ilmoittautuneita tulee enemmän kuin tunnille mahtuu, osallistujat arvotaan ja muut jäävät varasijoille. Arvonta tapahtuu tarvittaessa 3.9.2018.

Liikuntalajeista peritään 25 euron omavastuuosuus, joka peritään suoraan palkasta lokakuussa. Smartum-setelit lunastetaan edelleen käteisellä, kymmenen euron omavastuulla

VAKUUTUS

Koulutuskuntayhtymä Tavastian lakisääteinen tapaturmavakuutus ei ole voimassa tyhytarjotimen tunneilla, koska tyhytoiminta on vapaaehtoista ja omalla ajalla tapahtuvaa.

TAVASTIAN KUNTOSALI

- Avoimet vuorot henkilökunnalle löytyvät IMS:stä
- Jotta voit käydä kuntosalilla, tarvitset sähköisen kulkukortin ulko-ovea ja väliovia varten. Lisäksi tarvitset avaimen kuntosalin oveen.
 - Sähköisen kulkukortin saat Jarmo Niinimäeltä (0500 481 848).
 - Mikäli sinulla ei vielä ole kuntosalin avainta, saat sen Kyösti Syrjäselältä (0500 715 620).
- Salin käyttö on sallittua vain Tavastiaan palvelussuhteessa oleville henkilöille ja Tavastian eläkeläisille.
 - Kulkukortti on henkilökohtainen eikä sitä saa luovuttaa ulkopuoliselle
 - Samassa taloudessa asuva perheenjäsen voi käydä salilla samanaikaisesti tavastialaisen kanssa
 - Ilmoita mahdollisesta ulkopuolista käytöstä Jarmo Niinimäelle.
 - Merkitse käyntisi salilla olevaan kansioon käytön seuraamiseksi. Samaan kansioon voit merkitä tiedot mahdollisista laitteiden vioista.
 - Ota henkilökuntakortti mukaan salille.
- Kyösti Syrjänen antaa infoa salin käytöstä.
- Huomioitahan, että myös Ammattiopisto Tavastian ja Hämeenlinnan lyseon lukion opiskelijoilla on oikeus käyttää kuntosalia arki-iltaisain samaan aikaan henkilökunnan kanssa.
 - Opiskelijoilla pitää olla opiskelijakortti mukana. Sinulla on oikeus kysyä opiskelijalta opiskelijakorttia, mikäli on epäily, että kyse ei ole Ammattiopisto Tavastian opiskelijasta.

- Opiskelijat kulkevat salille Tavastia Areenan puoleisen päädyn ovesta, joka on avoinna asuntolan aukioloaikojen mukaisesti.
- Perjantai-iltaisain ja viikonloppuisin opiskelijoilla ei ole kulkua kuntosalille.

UIMAHALLIT (HÄMEENLINNA JA LAMMI)

1.1.2018 lähtien molemmissa uimahalleissa muuttui yritysten tukema käytäntö. Kertamaksun lisäksi käyttöön tulee kymmenen kerran sarjakäynti. Paperiset nimilistat poistuvat käytöstä, ja käynnit tallentuvat suoraan kassajärjestelmään. **Sen vuoksi on tunnistauduttava kassalla Tavastian henkilökortilla.** Kertakäynnillä henkilökortti on esitettävä joka kerta.

Sarjakäynnit vaativat henkilökohtaisen kulkurannekkeen, johon käynnit ladataan. Ranneke maksaa 5,00 euroa, ja **sen työntekijä maksaa itse.** Työnantajan tarjoama etu määrittää rannekkeeseen, minkä vuoksi **työntekijän on ensimmäisellä käyntikerralla todistettava henkilökortilla olevansa oikeutettu etuun.** Samalle rannekkeelle voidaan ladata useita etuja (esim. normaaliaikaiset- ja aamu-käynnit).

Tavastian työntekijän itse maksamat osuudet ovat samat sekä Hämeenlinnan että Lammin uimahalleissa:

- Kertakäynti 3,50 euroa
- Kertakäynti klo 6.00 – 8.00 aamulla 2,00 euroa
- Sarjakäynti 10 kertaa 20,50 euroa
- Sarjakäynti klo 6.00 – 8.00 aamulla 18,00 euroa

Uimahallialennus on tarkoitettu päätoimiselle henkilökunnalle ja niille Vanajaveden Opiston tuntiopettajille, joilla on vähintään 16 opetustuntia viikossa.

AHVENISTON MAAUIMALA

Tavastia tukee henkilöstön uintiharrastusta siten, että itse maksettava osuus on yksittäislipussa 3 euroa. Vuonna 2018 on mahdollisuus myös 10 kerran sarjakorttiin, josta henkilöstö maksaa 20 euroa (Tavastian tuki on 10 euroa). *Sarjakorttia varten tulee itse hankkia ladattava kortti, joka maksaa 5 €.* Lippua ostettaessa kirjoitetaan nimi ja osasto/työpiste kassalla olevalle lomakkeelle. Maauimala on avoinna 1.9. saakka.

TYHY-ETU VANAJAVEDEN OPISTON KURSSEILLE

- Henkilökunta saa **kerran lukuvuodessa** 50 euron arvoisen tyhy-edun, jota voi käyttää Vanajaveden Opiston ryhmäopetuksena järjestettävien kurssien maksuihin (ei yksilöopetukseen eikä musiikin pienryhmäopetukseen). Ellet käyttänyt etua syyslukukauden aikana, voit käyttää sen keväällä.
- Etu koskee päätoimista henkilökuntaa ja Vanajaveden Opiston tuntiopettajia, joilla on yli 180 tuntia opetusta lukuvuodessa
- Ilmoittaudu normaalisti haluamallesi Vanajaveden Opiston kurssille ja täytä etulomake heti ilmoittautumisen jälkeen (<https://urly.fi/10B2>). Lomake löytyy myös IMSin Käsikirjaosiosta Kuntayhtymäpalvelut – Henkilöstöhallinto - Tyhy ja virkistys. *Etua ei saa jälkikäteen, mikäli kurssin hinta on jo ehditty laskuttaa.* Voit ilmoittautua myös sellaiselle kurssille, jonka hinta on vähemmän kuin 50 €, jolloin voit käyttää lopun edusta myöhemmin.
- Etu on henkilökohtainen eikä sillä voi maksaa esim. perheenjäsenten kurssimaksuja. Kurssimaksun loppuosasta saat laskun kotiosoitteeseesi. Tarkista, että laskussa on huomioitu henkilöstöetu.

SMARTUM-SETELIT

Smartum kulttuuri- ja liikuntaseteleitä voi tilata yhden nipun, jossa on 10 seteliä á 5 euroa. Setelinipun omavastuu on 10 euroa.

MUU TARJONTA

KAHVAKUULA / maanantai

Aika: Maanantaisin 10.9. – 3.12. klo 16.30 – 17.30, yhteensä 12 kertaa. Lomaviikolla 42 ei tuntia.
Paikka: fitSTATION liikuntakeskus, linja-autoasema Hämeenlinna

Ohjaus: Helena Vilen
Tunnille mahtuu 25 henkeä.
Omavastuu 25 €

STEPPILAUTAKUNTOILU / maanantai

Steppilauta-kuntoilu 17.9. – 10.12. klo 16.15 – 17.15, yhteensä 12 kertaa. Lomaviikolla 42 ei tuntia. Ohjelma sisältää lautasteppailua (helppoja askeleita!) ja lihaskuntoa (niska, selkä, vatsat, pakarat) erilaisissa yhdistelmissä. Lopuksi n. 10 minuutin venyttely.
Paikka: S-rakennuksen liikuntasali
Ohjaus: Rita Ahvenniemi

LAVIS / tiistai

Aika: Tiistaisin 11.9. – 4.12. klo 16.15– 17.15, yhteensä 12 kertaa. Lomaviikolla 42 ei tuntia.
Paikka: S-rakennuksen liikuntasali
Ohjaus: Reija Siltanen
Omavastuu 25 €

OHJATTU KUNTOSALITYÖSKENTELEY VASTA-ALKAJILLE (”Tanhupallo-ryhmä”) / tiistai

Kiinnostaako sinua kuntosaliharjoittelu? Haetko lisää voimaa, kuntoa ja vahvempaa kehoa? Haluatko parantaa aineenvaihduntaasi ja kiihdyttää kulutustasi? Olet kenties harjoitellut joskus aikaisemmin salilla tai harrastus on sinulle täysin uusi, tämä kurssi on ehdottomasti sinua varten. Pääset tutustumaan turvalliseen ja oikea oppiseen tekniikkaan, liikeratoihin ja liikkeisiin. Rakennamme monipuolisen ohjelman, jota voit käyttää myös itsenäisesti harjoitellessasi. Eva tsemppaa ja opastaa koko kurssin ajan, huomioiden sinut henkilökohtaisesti. Kurssin sisältö rakentuu osallistujien tarpeiden mukaan. Nostetaan yhdessä rautaa hiki otsalla ja onnellinen irvistys huulilla. Tervetuloa mukaan!

Aika: Tiistaisin 11.9. – 27.11. klo 16.15 – 17.15, yhteensä 10 kertaa. Viikoilla 40 ja 42 ei tuntia.
Paikka: Punaportin kuntosali Puntsari
Ohjaus: Eva Travanti
Tunnille mahtuu 10 henkeä.
Omavastuu 25 €

SYVÄVENYTTELY JA KEHONHUOLTO / keskiviikko

Aika: Keskiviikkoisin 19.9. – 12.12. klo 16.15 – 17.15 yhteensä 12 kertaa. Lomaviikolla 42 ei tuntia.
Paikka: S-rakennuksen liikuntasali
Ohjaus: Kristiina Pirinen
Omavastuu 25 €

VESIJUMPPA / torstai toteutuu, mikäli Hämeen allergia- ja astmayhdistykselle tulee oma vuoro. Tästä tulee infoa heti, kun tiedetään enemmän.

KÄSITYÖKERHO

Kerho on avoin kaikille käsityön ja askartelun harrastajille. Tehdään yhdessä, opetellaan uusia tekniikoita, jaetaan kokemuksia, saadaan ja jaetaan ohjeita ja autetaan ohjeiden lukemisessa.
Aikataulu ilmoitetaan myöhemmin.
Ohjaus: Päivi Malinen

LENTOPALLO / tiistai

Lentopallon päivä muuttuu, paikka ja aika täsmentyvät alkuvuodesta 34.
Ei ilmoittautumista

SÄHLY / keskiviikko

Keskiviikkoisin klo 16.00 – 17.00, Tavastia areena
Ei ilmoittautumista

HIERONTA

Hierojia kutsutaan syksyn aikana eri toimipaikkoihin tekemään henkilöstölle omakustanteisia hierontaa. Hierontaan voi mennä omalla ajalla työpäivän aikana sopimalla siitä esimiehen kanssa. Ajankohdista ja aikojen varaamisesta tiedotetaan myöhemmin.

KAKSI KAUSIKORTTAI HPK:N RUNKOSARJAN KOTIOTTELUIHIN

Varaukset Marjo Taurulta, marjo.tauru@kktavastia.fi

Lisätietoa on varauslistassa, joka löytyy IMS Käsikirja - Kuntayhtymäpalvelut / Henkilöstöhallinto / Tyhy ja virkistys. Asiakirjassa näkyy varaustilanne, mutta siihen ei voi itse tallentaa varauksia.

ILMAINEN PÄÄSY HÄMEENLINNAN LENTOPALLOKERHON KOTIOTTELUIHIN

Koulutuskuntayhtymä Tavastian henkilökunta ja opiskelijat pääsevät maksutta HPK:n naisten runkosarjan lentopallo-otteluihin esittämällä henkilökunta- tai opiskelijakortin.

FOREVER-KUNTOKLUBI, Vanajantie 10

- Kuntoklubi tarjoaa tavastialaisille palveluja erikoishinnalla, [tarjous](#)
- Mahdollisuus ilmaiseen viikon tutustumiseen, edun voi lunastaa täällä <http://www.forever-club.fi/viikko>

PIUKAT PAIKAT & KOVAT KUNDIT, Viipurintie 36

- Kuntoklubi tarjoaa palvelut tavastialaisille opiskelijahinnoilla, hinnasto löytyy [täältä](#)