

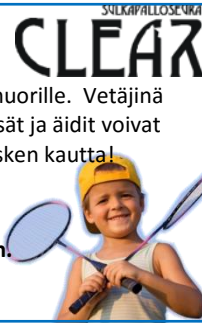
LASTEN LIKUNTAKERHOT

LASTEN SULKAPALLOKERHOT ja KURSSIT AIKUISILLE ja RYHMILLE

Sulkapalloseura Clear järjestää useita eri sulkapallokeroja kaikenikäisille lapsille ja nuorille. Vetäjinä toimii pitkän sulkiskokemuksen omaavia valmentajia sekä lasten vanhempia. Myös isät ja äidit voivat tarttua mailaan ja toimia apuvalmentajina! Ryhmään voi tulla aina mukaan myös kesken kautta! Lue lisää www.clear.fi ja tule rohkeasti mukaan.

Sulkapallon salat voi opetella sulkiskurssilla! Kurssuja järjestetään tarpeen mukaan.

Lue lisää www.kilosport.fi tai kysy kassalta!



SULKISLIIGA - rento kisa harrastelijoille

Lue lisää www.kilosport.fi

LÄHDE MUKAAN MUKAAN SULKISPÄIVÄÄN LEPOISAN KISAN MERKEISSÄ!

Kerran kuussa pidettävät harrastekisat kokoavat aloittelijat ja aktiiviharrastajat mukavaan kisapäivään ilman suuria tavoitteita. Hiki lentää, hauskaa pidetään ja saadaan uusia pelivastuksia. Vain harrastelijoille - ei kilpapelajille!

TULEVAT TURNAUKSET 2016 SU 9.10. / LA 5.11. / ITSENÄISYSPÄIVÄ TI 6.12. /

LOPPIAINEN PE 6.1.2017. Muut turnauspäivät julkaistaan myöhemmin.

Voit osallistua yhteen tai vaikka kaikkiin kilpailupäiviin.

KAKSINPELI (12 eur /hlö/kisapäivä)

NELINPELI (7 eur /hlö/pelipäivä)



LASTEN SYNTTÄRIJUHLAT

KILOSPORTISSA VOIT VIETTÄÄ LIKUNNALLISET LASTEN JUHLAT.

Pallopelisynttärät – Salibandysynttärät – Puuhasynttärät
Musiikkileikkisynttärät
Omatoimisynttärät

1,5h Omatoimisynttärät alkaen 95 €

1,5h Ohjatut synttärät alkaen 119 €



www.kilosport.fi
tai soita 02-242 2000

KILOSPORT



SULKAPALLOSÄÄNNÖT

3 X 21 pistelaskussa jokaisesta syötöstä tulee voittajalle piste ja ottelun voittoon tarvitaan kaksi voitettua erää.

KAKSINPELI

- Pelaaja syöttää oikeasta ruudusta, kun hänellä on parillinen pistemäärä ja vasemmasta ruudusta, kun pistemäärä on pariton
- Pelaaja syöttää omasta parillisesta syöttöruudusta vastustajan parilliseen syöttöruutuun ja parittomasta vastustajan parittomaan syöttöruutuun
- Edellisen erän voittaja aloittaa uuden erän
- Ensimmäisenä 21 pistettä saanut voittaa erän
- Mikäli tilanteeksi tulee 20-20, voittaa erän se, joka voittaa jatkossa kaksi peräkkäistä palloa (kahden pisteen ero vaaditaan)
- mikäli tilanteeksi tulee 29-29, voittaa erän se, joka voittaa 30. pisteen



NELINPELI

- Nimetään parillinen ja pariton pelaaja
- Pelaaja syöttää ruutua vaihtaen niin kauan kun saa pisteitä
- vain yksi syöttövuoro/puoli

Syöttöruututoiminta muuttuu seuraavasti:

- Ottelu A&B vastaan C&D. A&B voittavat arvonnalla ja päättävät syöttää. Syötön aloittajaksi päätetään A ja ensimmäisen syötön vastaanottajaksi C.
 - syöttöruudun määrää kaksinpelin tapaan se onko parilla parillinen vai pariton määrä pisteitä
 - pelaajat vaihtavat syöttöruutua vain jos saavat omasta syötöstä pisteen.
- Kaikkissa muissa tapauksissa pelaajat pysyvät paikoillaan niissä syöttöruuduissaan, joissa he olivat edellistä syöttöä annettaessa.

MUITA SÄÄNTÖJÄ

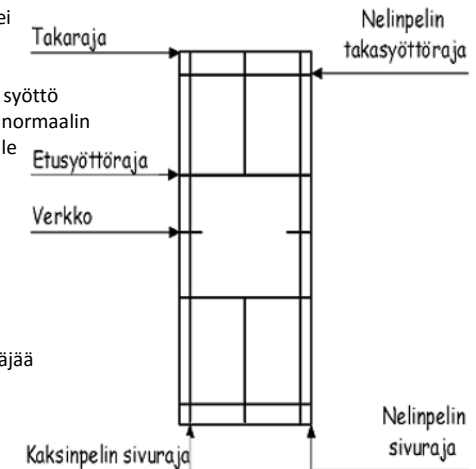
- Pelaajat arpovat aloittajan lyömällä pallon ylöspäin; pallon pudottua lattialle pallon nupin osoittama pelaaja saa valita aloittaako hän pelin vai valitsee kenttäpuolen.
- Jos hän valitsee kentän puolen, aloittajan valitsee vastapuoli
- Pallo saa osua verkkoon (myös syötössä), mutta maila tai vartalo ei
- Pallo on sisällä, kun pallon nuppi osuu linjalle
- Pallon tuomitsee oikeudenmukaisesti se, kenen puolelle pallo jää.
- Kiistanalaisissa tilanteissa aina pelataan LET eli uusitaan edellinen syöttö
- LET huudetaan myös silloin, kun jokin peliä häiritsevä tekijä estää normaalin pelaamisen - esim. kun naapurikentältä lentää pallo omalle kentälle

SYÖTÖ

- Palloon on osuttava vyötärön alapuolella
- Mailan lavan on oltava selkeästi mailaa pitelevää kättä alempana
- Jalkojen on pysyttävä paikoillaan
- Mailan liikkeen täytyy olla yhtäjaksoisesti etenevä
- Syöttöä vastaanottava pelaaja ei saa liikkua ennen kuin syöttävä pelaaja on syöttänyt eikä muutoinkaan häiritä syöttäjää

OHJEITA JA VINKKEJÄ

- Syötä noin 20-70 cm päässä etusyöttörajasta
- Taktiikka: juoksuta vastustajaa pituussuunnassa ja kulmasta kulmaan
- Tekniikka: ote rennosti - kuin sanoisit päivää - vasaraote, ei paistinpannuote



1.9.2016

KILOSPORT



VÄLINEET JA MAILAHUOLTO

KILOSPORTIN MAILAPELIKAUPASTA saat kaikki välineet sulkapalloon ja tennikseen. Tutustu myös www.mailapelikauppa.com.

Hanki järkevät välineet peliisi.

Aloittelijan mailat 19 – 30 €, aktiiviharrastajalle 30 – 80 €, vaativalle 80 – 200 €

Tutustu mailanvalintaoppaaseen shopissamme.



KILOSPORT
MAILAHUOLTO

SULKISMAILAN HUOLTO – JÄNNITYS JA GRIPIN VAIHTO

Sulkapallo-, tennis- ja squashmailat vaativat huoltoa, kuin mikä tahansa käyttöesine. Uusien mailojen "tehdasjännityksen" laatu vaihtelee paljon. Usein kysytäänkin, kannattaako halpaan mailaan vaihtaa jäniteitä. Mailaan kannattaa ehdottomasti vaihtaa jäniteet, niin kauan kun mailan runko on ehjä ja maila on muuten ominaisuuksiltaan hyvä sinun peliisi.

Muistathan vaihtaa mailastasi myös gripin (kahvanauhan) riittävän usein. Se on edullinen sijoitus (alkaan 3 €), jolla takaat miellyttävämmän otteen ja samalla pelimukavuus paranee huomattavasti!

Teemme yli 1000 mailanhuoltoa vuodessa. Yli 10 jännevaihtoehtoa mm.

YONEX BG-65 24 € Perusjänne jonka ominaisuudet sopivat vaativammallekin pelaajalle. Yonexin myydyin jänne jo vuosia. Paksuus 0,70 mm. VALKOINEN tai PINKKI

YONEX BG-80 25 € YONEXin suosituimpia kilpajäniteitä. Karheapintainen jänne, joka lisää pallotuntumaa. Kilpapelajaan YONEX valinta. Paksuus 0,68 mm.

1.9.2016



SULKISINFO

TERVETULOA PELAAMAAN!

Sulkis on peli joka sopii kaikille! Varaa vuoro ja tule pelaamaan. Tarvittaessa saat meiltä myös välineet. Pelaa milloin itse haluat tai varaa vakiovuoro koko kaudeksi tai haluamallesi jaksolle. Kilosportissa on 13 sulkapallokenttää.

Hinnat 1.8.2014 alkaen	Tuntihinnat	opisk/eläkel. Varusmiehet	10 x kortit voimassa 6 kk	Vakiovuorot minimiosto 10 tuntia
---------------------------	-------------	------------------------------	---------------------------------	--



Ark 08.00 - 16.00	10.00	9.00	79.00	8.00
Ark 16.00 - 22.00	15.00	15.00	109.00	13.00
La ja Pyhäpäivät	12.00	10.00	79.00	9.00



Kymppikortilla pelaat silloin kun sinulle sopii (ei käy vakiovuoroihin). Edullisempaa päiväkorttia voi käyttää myös kalliimpana aikana maksaessasi kassaan erotuksen.

Tutustu myös VAKIOVUOROIHIN – joustavat vakiovuoroehdot!

Vakiovuorolla varmistat parhaat peliajat juuri sinulle sopivaan aikaan sekä edullisimman hinnan! Vakiovuorot haluamallesi jaksolle – ei pitkiä kausisopimuksia.



LiikuntaSeteli
Käy meillä

KILOSPORT
SUPERKORTTI
SULKIPALLO + KUNTOSALI

ALKAEN
19,90
€ / kk

PELAA, TREENAA, LIIKU
RAJATTOMASTI MILLOIN VAAN!

Kilosport Urakkatie 7 20780 Kaarina www.kilosport.fi www.mailapelikauppa.com	Ma – To 08-22 Pe 09-20 La 10-19 Su 10-21
---	---

www.kilosport.fi
tai soita 02 - 242 2000