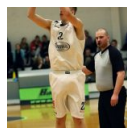


Näytä kuukauslehti selaimessa



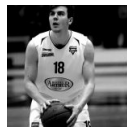
Kesäleirien ilmoittautuminen alkaa

Helsingin NMKY:n suosittujen kesäleirien ilmoittautuminen aukeaa keskiviikkona 1.2. Leiripaikat täytetään ilmoittautumisjärjestyksessä, joten varaa paikkasi ajoissa!



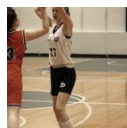
A-tytöt jälleen kovia kotonaan, A-pojille harmittava tappio Lahdessa keskiviikkona.

A-tyttöjen SM-sarjan sarjakärki kävi testaamassa HNMKY kotitaikaa HNMKY pääsi lauantaina tosissaan testaamaan kotikentän merkitystä, kun Helmi basket saapui MPH:lle. Syksyn pelissä Helmeä vastaan Namika pyristeli ensimmäiset 15 minuuttia mukana,...



Naisille vierastappio Espoosta, Miehillä kotitappio sunnuntaina.

HNMKY-naiset kävivät sunnuntaina pelaamassa Espoossa Tapiolan Honkaa vastaan. Lopputulos Hongalle 60-48. Kattavan raportin ja valmentajien kommentit voit lukea alta löytyvästä linkistä.
<http://hnmkynaiset.vapaavuoro.uusisuomi.fi/urheilu/230399-saha-katkesi> Miehet saivat vieraita sunnuntaina Hyvinkäältä kun HyPo saapui...



B-tytöille kova kotivoitto, B-pojat rankan taistelun jälkeen tappioon.

B-tytöt jatkoivat taivaltaan SM-sarjassa sunnuntaina kotihallissaan LePy:ä vastaan. Kotijoukkueen pelivalmius oli jälleen kerran hyvällä tasolla ja kotijoukkue pystyi vastaamaan fyysisen LePy:n kovaan intensiteettiin heti pelin alusta lähtien. Isokokoinen vierailija pysyi...



Taekwondon kesäleirit

Ilmoittautuminen osoitteessa: www.hnmky.fi/taekwondonkesaleirit



Helsingin NMKY:n Yökoripallo ottaa uuden askeleen matalan kynnyksen nuorten liikunnan parissa

15-18 vuotiaille nuorille miehille tarkoitetun toiminnan työnimenä on Yökoris Knights. Toiminnassa keskitytään palloilulajeihin Yökoriksen hengessä. Ohjaajina toimii Yökoriksesta tutut huipputyypit kuten Daniel Villasboas, Simon Diatta sekä Olsi Marko. Tavoitteena on...



B-poikien EYBL-sarja jatkui Puolan Sopotissa

"HNMKY B-pojat pelasivat viime viikonloppuna EYBL-sarjan toisen osaturnauksen Puolan Sopotissa. Turnaus oli tasoltaan edellistä Jekabpilsin turnaustakin kovempi. Esitimme viikonlopun aikana parhaimmillaan kauden parasta koripalloa. E erityisen ilahduttavaa oli se kuinka pojat...



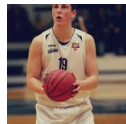
Tule kokeilemaan itsepuolustustreenejä Malmilla

Tiistaisin klo 19.30-20.30 Malmin palloiluhallilla Kahden viikon ilmainen kokeilu! HNMKY Taekwondon itsepuolustustreeneissä opit tärkeitä itsepuolustustaitoja ja kohotat samalla kuntoasi. Treeni sopii aloittelijoille, aiempaa kokemusta ei vaadita. Ikäraja 13v.



A-tyttöjen kotitaika yhä murtamaton, A-pojat saivat jatkoa voittoputkeensa torstaina.

A-tytöt jatkoivat vahvasti kotisalisissaan Namikan A-tyttöillä on seitsemän kotiottelunputki menossa SM-sarjassa. Ennen lauantaita niistä oli viisi pelattu ja yhtä monta voitettu. Tällä kertaa vastaan asettui viime kauden...



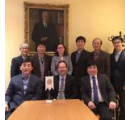
Naisille jatkoikatappio Joensuusta, Miehillä voitokas reissu Munkkiniemeen.

Naiset matkustivat Joensuuhun Katajan vieraaksi. Loppulukemat 71-68 Katajalle. Tarkempi raportti luettavissa alta löytyvästä linkistä. <http://hnmkynaiset.vapaavuoro.uusisuomi.fi/urheilu/229992-hyppysissa-ollut-voitto-kaantyi-jatkoikatappioksi> Miehet hakivat elintärkeän voiton MuKista sunnuntai iltana. Voitolla miehet parantelivat asemiaan sarjataulukossa huomattavasti ja...



B-tytöille kova vierasvoitto.

HNMKY:n B-tytöt pelasivat sunnuntaina Tapiolan Honkaa vastaa Honkahallissa ja onnistuivat voittamaan tiukan pelin värikkäiden vaiheiden jälkeen. Peli pysyi tasaisena aina viimeiseen erään asti, mutta yhtenäinen joukkuepuolustus painosti vastustajan peräti 29...



Helsingin NMKY:n ja eteläkorealainen International Youth Fellowship (IYF) yhteistyöhön

Helsingin NMKY:n ja eteläkorealainen International Youth Fellowship (IYF) sopivat yhteistyöstä mm. taekwondo ja nuorten tapahtumiin liittyen vuodelle 2017. Etualalla oikealla IYF:n hallituksen puheenjohtaja Kim JinSoo ja Helsingin NMKY:n pääsihteeri Timo...



Liikkareissa ei vauhti lopu kesken!

Helsingin NMKY:n huippusuositujen liikkareiden neljäs vuosi on menossa. Kohderyhmänä näissä kerhoissa ovat alle kouluikäiset lapset, jotka pystyvät toimimaan ryhmässä ilman oman vanhemman välitöntä läheisyyttä. Toiminnassa lapsi pääsee harrastamaan eri liikuntamuotoja...



FUN-ryhmät keväällä 2017

Katso lisätiedot täältä.



LähiTapiolan maksuttomat koriskurssit

Maksuttomien koriskurssien lisätiedot ja ilmoittautuminen täältä!



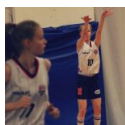
Naisille tärkeä kotivoitto, Miehillä tappio tuliasiksi Kaarinasta.

HNMKY:n naiset raapivat tärkeän kotivoiton Tampereen Pyrinnöstä naisten 1-divisioonassa. Naiset olivat hyvällä energialla liikkeessä ja voitto jäi Malmille kotijoukkueen haaviin 78-45. Kommentteja ja täyden raportin voit lukea alta löytyvästä linkistä....



A-tytöt yhä voittamattomia kotisalissaan.

Namikan A -tytöt aloittivat runkosarjan toisen kierroksen kotonaan BC Nokiaa vastaan. Sarjan avauspelissä lokakuussa Nokia voitti Namikan kuudella pisteellä, nyt kotijoukkueella oli mahdollisuus voitolla säilyttää paikka neljän joukossa sekä kasvattaa...



B-tytöt voittoon kotona, B-pojat ryöstöretkellä Somerolla.

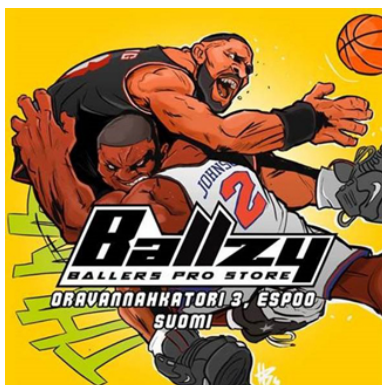
B-tytöt pelasivat sunnuntaina kotisalissaan paikallisvastustaja Helmeä vastaan. Joukkue oli latautunut hyvin puolustuspäässä ja Helmi oli sunnuntaina täysin vastaantulijan roolissa kun B-tytöt juoksivat 87-54 voittoon. Merkittäviä tilastoja voiton kannalta oli jälleen...



Ilmoittautuminen yleisurheilun intensiivikurssille alkaa jälleen helmikuussa!

Katso lisätiedot täältä.

DIACOR



TALVELLA HELSINKIIN!

TalviHesa-paketti 01.02.-28.02.2017 alkaen EUR 72.00/huone sisältäen:

- * majoituksen 1-2:lle hengelle basic huoneessa
- * runsaan aamiaisen noutopöydästä
- * ateriaeetukupongin a la carte listan pääruoista (arvo EUR 3.00)
- * lasin kuohuviiniä hintaan EUR 3.00 (normaalihinta EUR 5.20)

Perheille alkaen:

- * EUR 92.00 superior huone vuodesohvalla yhdelle lapselle
- * EUR 102.00 superior huone vuodesohvalla kahdelle lapselle

Ravintolaedut ravintolan aukioloaikoina. Tarjoushuoneita rajoitetusti. Koskee vain uusia varauksia. Alle 4-vuotiaat veloitusetta ilman omaa vuodetta.

Tee varaus 01.02.- 31.02.2017 välisenä aikana. Varauuskoodi JÄSENEDET HELMIKUU on mainittava varauksenteon yhteydessä. Varaa puhelimitse puh 09-173 441 tai sähköpostitse reception@hotelarthur.fi.

Tarjoushuoneet tarkoitettu vapaa-ajan matkustamiseen - ei muita alennuksia. Maksu paikan päällä käteisellä tai henkilökohtaisella maksukortilla - ei laskutusta. Pidätämme oikeuden hinnan muutoksiin.

Haluatko mainostaa uutiskirjeessä?

Peru uutiskirje