

LUISTELULEIRI PORIN YYTERISSÄ 26.-28.08.2011

Tervetuloa pikaluistelun kesäleirille Porin Yyteriin, Levon leirikeskukseen. Leirille ovat **tervetulleita** kaikki luistelun kesäharjoittelusta kiinnostuneet, niin vasta-alkajat kuin jo pitempään harjoitelleet. Majoitus kapasiteettia leirikeskuksessa on 56 hlöille.

Toivomme luistelijoiden ohella myös seuravalmentajia ja ohjaajia mukaan leirille. Luisteluliitto maksaa seuravalmentajien ja ohjaajien leirimaksut.



Muista tutustua Nuorisovaltiokunnan leirisääntöihin:

<http://www.luisteluliitto.fi/pikaluistelu/nuorisotoiminta/leiritoiminta/leirisaannot/>

Ohjelma:

| | | |
|----------|--------------|--|
| Pe 26.08 | 18.00 | Kokoontuminen ja majoittuminen Leirin avaus ja välipala |
| | 18.30 | Harjoitus |
| | 20.00 alkaen | Iltapala tytöt ja Sauna pojat (klo 20.30 vaihto) |
| | 21.00 | Valmentajapalaveri |
| | 22.30 | Hiljaisuus |
| La 27.08 | 08.00 | Herätys |
| | 08.15 | Aamujumppa |
| | 08.30 | Aamupala |
| | 09.30 | Harjoitus |
| | 12.00 | Lounas |
| | 14.00 | Harjoitus |
| | 16.00 | Päivällinen |
| | 18.00 | Harjoitus (+uiminen Yyterissä) |
| | 20.00 alkaen | Iltapala pojat ja Sauna tytöt (klo 20.30 vaihto) |
| | 21.00 | Valmentajapalaveri |
| 22.30 | Hiljaisuus | |
| Su 28.08 | 08.00 | Herätys |
| | 08.15 | Aamujumppa |
| | 08.30 | Aamupala |
| | 09.30 | Harjoitus |
| | 12.00 | Lounas ja leirin päätös. |

Leirimaksu:

Leirin hinta on 55 €/ henkilö sisältäen ohjauksen, majoituksen ja ruokailut. Leirimaksut laskutetaan leirille osallistuneilta jälkikäteen, lähettämällä lasku sähköpostiin. Pikaluistelun tuki ry maksaa 50 euron yli menevän osuuden.

Majoitus:

Majoitus on Kaanaan leirikeskuksessa. Ota mukaan omat liinavaatteet: lakana, tyynyliina ja tyynty sekä makuupussi tai peitto.

Leirivarusteet:

Urheiluvälineet, pesuvälineet, uimapuku ja saunavarusteet, sadevarusteet ja lämpimiä vaatteita sekä vaihtovaatteita. Lisäksi mukaan pieni reppu tms., jossa voi kuljettaa uimavarusteet Yyterin sannoille (noin 1 km). Muista myös päähine ja urheilujuomapullo.

Ilmoittautuminen:

Ilmoittautumiset Jorma Humistolle pe 19.8.2011 mennessä. Ilmoita samalla ruokavaliosi ja laskutusosoitteesi (sähköposti). Lisätietoja: Puh. 040-8205523 tai jorma.humisto(at)gmail.com

Ajo-ohje:

(Levontie 25.) Porista noin 17 km Mäntyluotoon (Meri-Poriin) päin, Reposaareen maantiesillan alituksen jälkeen jatketaan vielä 300 m ja käännetään vasemmalle (tienviitta Urheilukenttä) Levon suuntaan. Leirikeskukseen on 300 metrin matka.