

NUORTEN HARJOITUSLEIRI UUDESSAKAUPUNGISSA la 31.7. – su 1.8.2010

Tervetuloa nuorten pikaluistelijoiden harjoitusleirille Annukka ja Osmo Oraksen kesämökille Pyhärantaan Uuteen kaupunkiin.

Leiri on tarkoitettu Porin Pyrinnön nuorille pikaluistelijoille ja heidän vanhemmilleen.

Ilta ja aamupalat teemme itse, mutta ruokailut tilaamme paikallisesta pitopalvelusta.



Ohjelma:

La 31.07.	09.00	Kokoontuminen ja majoittuminen
	10.00	Harjoitus
	12.00	Lounas
	14.00	Harjoitus
	16.00	Päivällinen
	18.00	Pelailua
	19.00	Sauna ja iltapala
	22.30	Hiljaisuus
Su 01.08.	08.00	Herätys
	08.15	Aamujumppa
	08.45	Aamupala
	10.00	Harjoitus
	12.00	Lounas
	14.00	Harjoitus
	16.00	Päivällinen
	17.00	Leirin päätös.

Leirimaksu: Leirin hinta muodostuu pitopalvelun ruokailujen hinnasta.

Majoitus: Majoitus kapasiteettia on sisätiloissa noin 10 henkilölle. Ota mukaan omat liinavaatteet: lakana, tyynyliina ja tyynty sekä makuupussi tai peitto. Myös telttamajoitus puolijoukkueteltassa on tarpeen vaatiessa mahdollista, jolloin tarvitaan mukaan myös retkimakuualusta.

Leirivarusteet: Urheiluvarusteet, pesuvälineet, uimapuku ja saunavarusteet, sadevarusteet ja lämpimiä vaatteita sekä vaihtovaatteita. Muista myös urheilujuomapullo.

Ilmoittautuminen: Ilmoittautumiset Jorma Humistolle ma 26.7.2010 mennessä 040-8205523 tai E-mail [jorma.humisto\(at\)nic.fi](mailto:jorma.humisto(at)nic.fi)

Ajo-ohje: Tarkemmat ajo-ohjeet kerrotaan ilmoittautuneille. Tiedustelut Osmo Orakselta 040 -738 2166