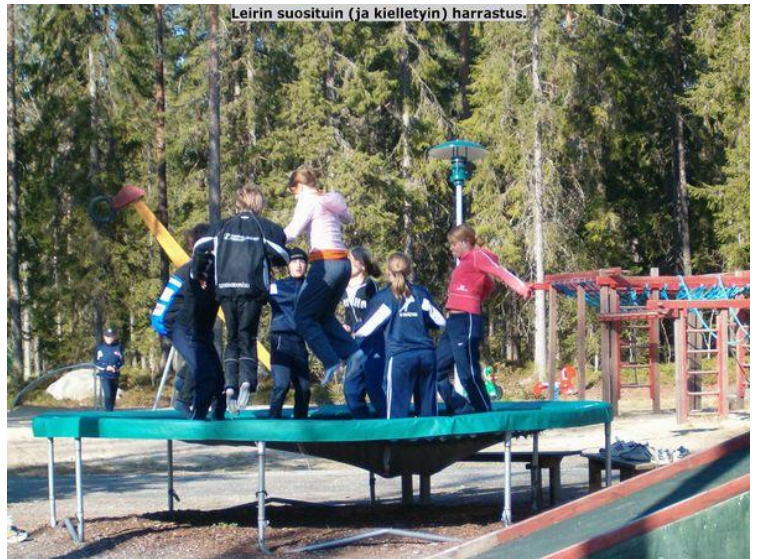


# ***Luisteluleiri Honkiniemessä***

## ***23 - 25.5.2008***

Paikalle ovat tervetulleita harjoittelemaan ja leireilemään niin huippuluistelijat kuin vähemmän aikaa harrastaneet lapset sekä kaikki siitä väliltä.

Leirin suunnittelusta vastaa luisteluliiton nuorten olympiavalmentaja **Pirjo Lehtinen** ja toteutuksesta vastaamme kaikki yhdessä. **Toivomme luistelijoiden ohella myös kaikkia seuravalmentajia ja -ohjaajia joukolla mukaan!**



Leiriohjelma: Perjantai 23.5. klo	18.00	Saapuminen leirille, kahvia, leipää ja majoittuminen.
	18.30	Leirin avajaiset – nimenhuuto ja valmentajien esittely.
	19.15	Harjoitus.
	20.30	Sauna ja uinti.
	21.15	Illtapala.
	21.30	Valmentajapalaveri.
Lauantai 24.5. klo	7.30	Herätys.
	7.45	Aamulenkki.
	8.15	Aamupala.
	9.30	Harjoitus.
	11.30	Lounas.
	14.00	Harjoitus.
	16.30	Päivällinen.
	18.00	Illanvietto, <b>Nuorisocupin päätöstilaisuus</b>
	21.00	Illtapala.
	21.30	Sauna ja uinti.
	21.30	Valmentajapalaveri.
Sunnuntai 25.5. klo	7.30	Herätys.
	7.45	Aamulenkki.
	8.15	Aamiainen
	9.30	Harjoitus.
	11.30	Lounas.
	12.15	Leirin päätös ja kotiin lähtö.

Leiriohjelma tarkentuu myöhemmin. Mahdollisesti muutoksia myös kellonaikoihin.

Leirimaksu: 74 €/henkilö, sisältää täysihoidon perjantain välipala – sunnuntain lounas, majoituksen **omin liinavaattein**, saunat, veneiden, pelialueiden ja –välineiden käytön. Liinavaatteiden vuokraus 5 €/ hlö. Luisteluliitto laskuttaa leirimaksut osallistuneilta. **Luisteluliitto maksaa osallistuvien seuravalmentajien / -ohjaajien leirimaksun!**

Majoitus: Majoitus sisätiloissa, ota mukaan omat liinavaatteet tai makuupussi.

Leirivarusteet:

Urheiluvarusteet, pesytymisvälineet ja lämmintä vaatetta.

Ajo-ohje: <http://www.honkiniemi.fi/5.html>

Ilmoittautumiset: **14.5.2008 mennessä!**

Mikko Yli-Ojanperä

Isomosalan tie 9

67400 KOKKOLA

puh. 040 743 9883

sähköp. [mikko.yli-ojanpera@pp.kpnnet.fi](mailto:mikko.yli-ojanpera@pp.kpnnet.fi)

***Ilmoitathan erityisruokavaliosta ilmoittautumisen yhteydessä.***