

Etelä-Karjalan suunnistusseurojen nuorten leiri 8.-10.1.2016 Vierumäen urheiluopistolla

Leiri on tarkoitettu 14-20 vuotiaille suunnistajille, mutta mukaan mahtuvat myös nuoremmat suunnistajat, jotka omaavat jo muutaman vuoden suunnistuskokemuksen. Yläikärajaakaan ei ole.

Alustava ohjelma

pe 8.1.2016

16.00	Saapuminen ja majoittuminen
16.30-17.00	Päivällinen
17.00-17.45	Leirin avaus
18.15	Yösprinti opiston alueella
20.15-21.00	Luento

la 9.1.2016

8.00-8.30	Aamiainen
9.00	Suunnistusharjoitus lähimaastossa
11.30-12.00	Lounas
13.30	Juoksuharjoitus sisäradalla
16.30-17.00	Päivällinen
17.15-18.00	Luento
18.15-19.45	Sähly/Pelit/Lihashuolto

su 10.1.2016

8.00-8.30	Aamiainen
9.00-12.00	Hiihto/vaellus
12.00-12.45	Huoneiden luovutus ja lounas
12.45-13.30	Leirin päätös

Kustannukset

Leirin hinta on 98 € sisältäen kaiken alustavassa ohjelmassa mainitun. Majoitukset Kaskelassa 2 henkilön huoneissa (suihkut ja WC:t erikseen käytävällä). Iltapalat omatoimisesti (omat eväät tai kahvilan tarjonta), huoneissa ei kuitenkaan ole jääkaappia.

Ilmoittautuminen

27.12.2015 mennessä sähköpostilla osoitteeseen vp.saikko(at)gmail.com. Lisätietoja voi kysellä Villeltä sähköpostilla tai puhelimitse (040 065 8061). EI JÄLKI-ILMOITTAUTUMISIA. Ilmoittautumisen yhteydessä mainittava syntymäaika ja yhteystiedot.

HUOM. Leirin toteutuminen vaatii vähintään kymmenen leiriläistä ja Villen lisäksi 1-2 ohjaajaa. Jokainen huolehtii itse kyydeistä Vierumäelle ja sieltä pois. Ilmoita tiedot omasta kyydistäsi, vapaat paikat autossa tai kyytitarve ilmoittautumisen yhteydessä. Kimppakyytejä järjestetään mahdollisuuksien mukaan.

Vierumäen urheiluopisto: www.vierumaki.fi