

# ***Luisteluleiri Honkiniemessä***

## ***11.-13.5.2018***

Leirille ovat tervetulleita harjoittelemaan ja leireilemään niin huippuluistelijat kuin vähemmän aikaa harrastaneet lapset sekä kaikki siltä väliltä. Leirin teemana on yhdessä tekeminen.



### Leiriohjelma:

Perjantai 11.5.

klo

18.00 Saapuminen leirille, kahvia, leipää ja majoittuminen

18.30 Leirin avajaiset

19.15 Harjoitus

20.30 Sauna ja uinti

21.15 Iltapala

21.30 Valmentajapalaveri

Lauantai 12.5.

klo

7.30 Herätys

7.45 Aamuliikunta

8.15 Aamupala

9.30 Harjoitus

11.30 Lounas

14.00 Harjoitus

16.30 Päivällinen

18.00 Illanvietto **Nuoriso- ja junioricupin päätöstilaisuus**

21.00 Iltapala

21.30 Sauna ja uinti

21.30 Valmentajapalaveri

Sunnuntai 13.5.

klo

7.30 Herätys

7.45 Aamuliikunta

8.15 Aamiainen

9.30 Harjoitus

11.30 Lounas

12.15 Leirin päätös ja kotiin lähtö

Leiriohjelma tarkentuu mahdollisina muutoksina kellonaikoihin.

Leirimaksu: **88 €/henkilö**, sisältää täysihoidon perjantain välipala – sunnuntain lounas, majoituksen **omin liinavaattein**, saunat, veneiden, pelialueiden ja –välineiden käytön. Liinavaatteiden vuokraus 5 €/ hlö. **Leirimaksu tulee suorittaa Seinäjoen Urheilijoiden tilille.** Tilinumero: FI76 5419 0120 2216 62  
Viesti: Honkiniemen leiri

**Luisteluliitto maksaa sovittujen seuravalmentajien / -ohjaajien leirimaksun!**

Majoitus: Majoitus sisätiloissa. Ota mukaan omat liinavaatteet tai makuupussi.

Leirivarusteet:  
Urheiluvarusteet, peseytymisvälineet ja lämmintä vaatetta.

Ajo-ohje: <http://www.kievarireitti.fi/honkiniemi/htdocs/kartta.html>

Ilmoittautumiset: **7.5.2018 mennessä!**  
Pirjo Lehtinen  
[pirjo.lehtinen@luisteluliitto.fi](mailto:pirjo.lehtinen@luisteluliitto.fi)  
040 833 6392

***Ilmoitathan erityisruokavaliosta ilmoittautumisen yhteydessä!***