

NUORTEN VALMENNUSLEIRIT KEVÄT 2016 OULUHALLI

Kevätkaudella 2016 valmennusleiritystä järjestetään päiväleireinä Oulussa Ouluhallilla. Leiritys on tarkoitettu 1999-2004 syntyneille yleisurheilusta aktiivisesti kiinnostuneille urheilijoille, heidän valmentajilleen ja huoltajilleen.

Leirityksen tarkoitus keväällä on tukea urheilijan harjoittelua kohti kesän kilpailuja. Antamalla uusia virikkeitä ja harjoitusvinkkejä niin yhteisiin harjoituksiin kuin omatoimisiin harjoituksiin, sekä tietysti tutustuttaa muihin urheilijoihin ja valmentajiin.

Yleisohjeena mukaantuloon leiritykseen on menestyminen sisuhuipeutumissa, mutta huomioon otetaan myös muuten hyvät tulokset sekä halu ja tahto kehittää itseään harjoittelemalla ja tekemällä yleisurheilua monipuolisesti.

Kevätharjoituskaudella Ouluhallin päiväleirejä on kolme:
sunnuntai 17.1.2016, sunnuntai 20.3.2016 ja lauantai 9.4.2016

Leirien perusrunko kokoontuminen ja alkuverryttely 9.30, aamupäiväharjoitus 10.00-12.00, lounas, luento ja iltapäiväharjoitus 14.00-16.00.

LEIRIMAKSU

on 75 euroa koko kevätkausi euroa (sitova ilmoittautuminen) tai 30 euroa / yksittäinen leiri.

ILMOITTAUTUMINEN

Kaikki halukkaat hakevat leirille verkkopalvelun kautta!

Hakeutuminen leiritykseen tapahtuu verkkopalvelussa:

yleisurheilurekisteri.fi

Palvelutunnus: 2016KEVATPP

Koko kaudelle tai 17.1 leirille 12.1.2016 mennessä

20.3 leirille 15.3 mennessä

9.4 leirille 5.4 mennessä

Tarkemmat ohjeet leiriläisille lähetetään ennen jokaista leiriä PP:n piirikouluttajan Heikki Auran toimesta.

Lisätietoja

Piirikouluttaja Heikki Aura

050 523 5312

haura76@gmail.com