



Tavoitteena terve ja menestyvä urheilija

2-Alueen Leiritys

Leiritys on tarkoitettu 15-vuotta ja siitä vanhemmille tavoitteellisesti harjoitteleville urheilijoille.

Valmennus toteutetaan yhdessä Tampereen Urheiluakatemia valmentajien ja Suomen Hiihtoliiton nimeämien valmentajien johdolla. Leirityksen tavoitteena on arjenhallinnan ja urheilun yhdistäminen. Leirityksessä painotetaan myös elämänhallinnallisia asioita urheilemisen tukena.

Maastohiihtäjien leiritys toteutetaan Varalassa ja Jämillä:

Lajileirit 5 x 5 päivää (ma-pe).

Leirit muodostavat kokonaisuuden erilaisilla sisällöillä.

1.Vk 21	22-26.5.2017	Varala
2.Vk 30	24-28.7.2017	Jämi
3.Vk 36	4-8.9.2017	Varala
4.Vk 43	23-27.10.2017	Jämi
5. Vk 2	8-12.1. 2018	Jämi

Lisätietoja:

Tiia Hautala: tiia.hautala@varala.fi

Lajivalmentaja: Ville Pirttijoki, aluevalmentaja 040 8242 141, ville.pirttijoki@gmail.com

Hinta: 285 euroa/ leiri.

Hinnat sisältävät täysihoidon, valmennuksen ja ohjauksen, leirin valmennukseen liittyvät materiaalit, henkilökohtaiset ohjeet harjoitteluun, sekä yövalvonnan sekä tapaamiset vanhemmille.

Hakeminen ja lisätietoja: www.varala.fi/kilpaurheilu/valmennus-ja-koulutus/ylakoululeiritys

Hae 24.4. mennessä. Paikkoja rajoitetusti.

Mikäli hakijoita paljon, tarkastelemme mahdollisuutta lisäleiripäiville.

