



Kutsu Itä-Suomen alueleirille (kr) Kotkaan sunnuntaina 18.2.2018

Karhulan Kampailukeskus. Ratakatu 14 48600 Kotka
Karhulan Urheiluhallin vieressä, Opintokeskus Karhun takana

Kohderyhmä: Painijat jotka tähtäävät SM- ja KLL:n –kisoihin.

Leirin hinta 20e / painija, sisältää ruokailun.

Leirin aikataulu:

1 harjoitus klo 9.30 – 11.30

Ruokailu klo 11.30 – 14.00

2 harjoitus klo 14.00 – 16.00

Leirin valmennuksesta vastaa KPM:n valmennustiimi, Miska Güntherin johdolla,
vierailevien seuravalmentajien kanssa yhteistyössä.

Lisätiedot aluevalmentaja Miska Günther 0408337692 miskagynter@hotmail.com

Ilmoittautuminen ja erityisruokavaliot ilmoitettava su 11.2 mennessä ap.klami@kymp.net

Leirimaksut 15.2 mennessä: Kotkan Painimiehet: Nordea FI31 1598 3006 1016 95

Viestikenttään osallistujan tiedot: Painijan nimi ja seura

Tervetuloa Kotkaan väentämään !