



25.7.-29.7.2012

XVII KV. HELSINKI POWER WEEK-PAINILEIRI 25.7. –29.7.2012

- Harjoitukset** Kallahden peruskoulun liikuntahalli, Kallahdenraitti 1, 00980 Helsinki (Eniro:n karttasivu 55, ruutu DU-78)
- Majoitus ja ruokailu** Kallahden peruskoulu, Kallahdenraitti 1, 00980 Helsinki. Leiripaikka sijaitsee Kallahden niemellä erittäin kauniilla paikalla, vieressä mm. useita uimarantoja ja luonnonsuojelualue.
- Aika** Kansainvälinen viisipäiväinen leiri alkaa **keskiviikkona 25.7.2012** ilmoittautumisilla Kallahden koululla klo 12 mennessä. Ennen leirin avajaisia pidetään kaikille painijoille terveystarkastus. Leirin avajaiset ja infotilaisuus pidetään klo 12 ja sen jälkeen leiriläiset jaetaan ryhmiin. Ensimmäinen harjoitus alkaa klo 13. Leiri päättyy sunnuntaina 29.7.2012 **VI Raimo "Sumo" Karlssonin muistopaineihin.**
- Osallistujat** Leiri on tarkoitettu 7-20 vuotiaille pojille ja junioreille, joilla on kilpailukokemusta. Leirille tulee joukkueet **Eestistä, Ruotsista ja Venäjältä**, joten hyviä harjoitusvastustajia on vaihtelunhaluisille tarjolla!
- Valmennus** Leirin vetäjinä toimivat olympiavoittaja **Pertti Ukkola, Harri Ojala** Ruotsista, **Grigori Davidyan** ja **Sergey Kovalenko** venäjältä, seuran oma valmentaja **Jukka Loikas** sekä **Tomi Rajamäki**. Leirillä harjoitellaan Kreikkalais-Roomalaista painityyliä.
- Maksut** Leirimaksu on 135 € sisältäen harjoitukset, majoituksen, ateriat, sisäänpääsyn ja matkat Uimastadionille ja Linnanmäelle, makkaranpaistoa, pelejä ja muuta mukavaa. Leirimaksuun sisältyy myös kilpailut. Maksut on suoritettava viimeistään **perjantaina 20.7.** Sampo Pankin tilille: **Viipurin Voimailijat r.y. IBAN FI2480018710038071.** Kirjoittakaa viestiin leiriläisen nimi tai, jos useampia, niin seuran nimi.
- Ilmoittautuminen** Kirjallisesti: Petri Toivola, Karakalliontie 3 F 60, 02620 Espoo tai sähköposti: petri.toivola@pp.inet.fi tai nettisivujen ilmoittautumislomakkeella www.viipurinvoimailijat.sporttisaitti.com
- Tiedustelut** Petri Toivola, puh. 040-5362926
Mika Voutilainen, puh. 0400-418884
- Muistettavaa** Mainitkaa nimi, seura, syntymäaika, paino, yhteyshenkilön puhelinnumero, sähköpostiosoite sekä mahdolliset ruoka-allergiat ilmoittautumisen yhteydessä. Ottakaa sekä makuupussi että -alusta ja lenkkeilyvarusteet mukaan leirille. Huom! Mukaan leirille otettavat rahat voi turvallisesti säilyttää leirikioskissa.
- Terveystarkastus** Kaikki leirille tulijat tarkastetaan leirin alussa.

TERVETULOA "STADIIN BROTAMAAN"!

Viipurin Voimailijat r.y.