



SUOMEN PAINILIITTO

Finnish Wrestling Federation

VUODEN VIIMEINEN

Painin Himberg-Team 2011

Liikuntakeskus Pajulahdessa

Ensimmäinen painiharjoitus perjantaina 16.12. klo 15.00 painisalissa.

Himberg-Team-2011

Vili Manninen JäVo
Severi Kettunen Y-TK
Toufan Ahmadi VaaTo
Henri Selenius Y-TK
Antti Mäkinen Y-TK
Akseli Tarino JäVo
Antti Laukkanen JVK
Elias Kuosmanen JäVo
Juuso Huovinen LoVo
Petteri Kukkola HaHe
Jussi Talvitie IK
Verner Värekoski Y-TK
Karvan Ahmadi VaaTo
Ville Ohukainen OP
Jarno Ålander HeTa

Arttu Kalliolevo PPM
Mikko Lyttinen NJ
Tero Halmesmäki HyPk
Markus Jaakkola LA
Leo Salminen AK
Joonas Larmila Koovee
Toni Leppioja JäVo
Sebastian Huovinen Haka
Tuomas Lahti Y-TK
Arttu Koivulahti IK
Oskari Lehtonen JäVo
Einari Ukkola HaHe
Mazyar Shirmohammadi HeTa
Ville Heino PPM
Veli-Karri Suominen VV

2012 Himberg-Team nimetään leirin jälkeen!

Valmentajat:

Juha Lappalainen
Mika Hartikainen
Ismo Pietiläinen



SUOMEN PAINILIITTO

Finnish Wrestling Federation

Myös muut painijat ovat tervetulleita leirille!

Ota yhteyttä sähköpostin välityksellä

juha.lappalainen@pajulahti.com

ilmoittaudu ajoissa, jotta kerkeät mukaan, viimeistään 12.12. mennessä!

LEIRILLE ON VAIN RAJOITETTU MÄÄRÄ PAIKKOJA!

Leirin hinta täysihoito huonemajoituksessa on n.120€ (sis. iltapalan)

Maksu suoritetaan vastaanottoon tai laskulla seuralle!

HUOM!!!!

Lisenssi pitää olla kaikilla painijoilla voimassa!!!

Painijan on oltava osallistunut oman ikäluokkansa SM-kisoihin!

Mahdolliset poisjäännit on ilmoitettava mahdollisimman pikaisesti ja viimeistään 12.12. mennessä Pikkikselle. Ilmoittamatta jättäminen tarkoittaa automaattisesti leiriryhmästä tipahtamisesta.

Ota painivarusteiden lisäksi kunnon ulkoiluvaatteet ja lenkkikengät mukaan leirille!

T. Pikkis

044-3030273



SUOMEN PAINILIITTO

Finnish Wrestling Federation

16.–18.12.2011 Pajulahti

Alustava ohjelmarunko:

päivä	aika	harjoitus	paikka
pe 16/12	14.00	Saapuminen Pajulahteen	
	15.00	Paini	Painisali
	16.30– 19.00	Päivällinen	Ravintola
	19.00	Paini	Painisali
	21.00– 21.30	Sauna	Rantasauna
	21.00	Iltapala	Ravintola
	22.30	Hiljaisuus	Oma huone
la 17/12	7.30	Aamulenkki	Kokoontuminen respan edessä
	8.00–8.30	Aamupala	Ravintola
	10.00	Paini	Painisali
	12.00– 13.00	Lounas	Ravintola
	15.00	Paini	Painisali
	16.30– 17.30	Päivällinen	Ravintola
	19.00	Paini	Painisali
	21.00	Iltapala	Ravintola
	21.00– 21.30	Sauna	Rantasauna
	22.30	Hiljaisuus	Oma huone
su 18/12	7.30	Aamulenkki	Kokoontuminen respan edessä
	8.00–8.30	Aamupala	Ravintola
	10.00	Paini	Painisali
	12.00– 13.00	Lounas ja leirin päätös	Ravintola