



SUOMEN PAINILIITTO

Finnish Wrestling Federation

LEIRIKUTSU / 11.2.2020

MAAJOUKKUELEIRI JUN Vapaapaini

Helsinki, Maunulan liikuntahalli ja Jakomäen painisali 18. – 21.2.2020

Maajoukkueryhmään nimetyt:

Jesse Mäkelä HPM
Miko Elkala LA
Artturi Weckström LA
Akseli Virtanen PPM
Eemeli Ruusila JäVö
Roni Nevalainen KoPa
Saijjad Rajai HPM

Joona Vuoti ViVo
Suleiman Ahmadi HPM
Patrik Varteva EsU
Jacob Caricato HPM
Topias Saari HI
Vili Heikkilä LA
Jere Heinonen LA

Ensimmäiset harjoitukset **tiistaina klo 19.00** Maunulan liikuntahallissa (painisali). Leiri päättyy **perjantaina klo 20.00** mennessä. Ota painivarusteiden lisäksi ulkoiluvaatteet, lenkkikengät ja uimahousut mukaan leirille. Tarkempi ohjelma paikan päällä!
Harjoitukset vedetään samaan aikaan pääkaupunkiseudun vapaapainin valmennuskeskuksen kanssa.

ILMOITTAUTUMINEN:

kaikkien kutsuttujen varmistus, **to 13.2.2020** mennessä: [Niko Kettunen 040 751 7516, niko.paini@outlook.com](mailto:niko.kettunen@outlook.com) HUOM! ilmoittakaa myös mahdollisesta esteestä

HUOM! Myös muut voivat tiedustella vapaita paikkoja maajoukkueleirille!

LEIRIN HINTA: Tiedustelu ilmoittautumisen yhteydessä, hinta riippuu majoituksen ja ruokien tarpeestasi.

VALMENTAJA: Niko Kettunen

Painiterveisin: Niko, 040 751 7516