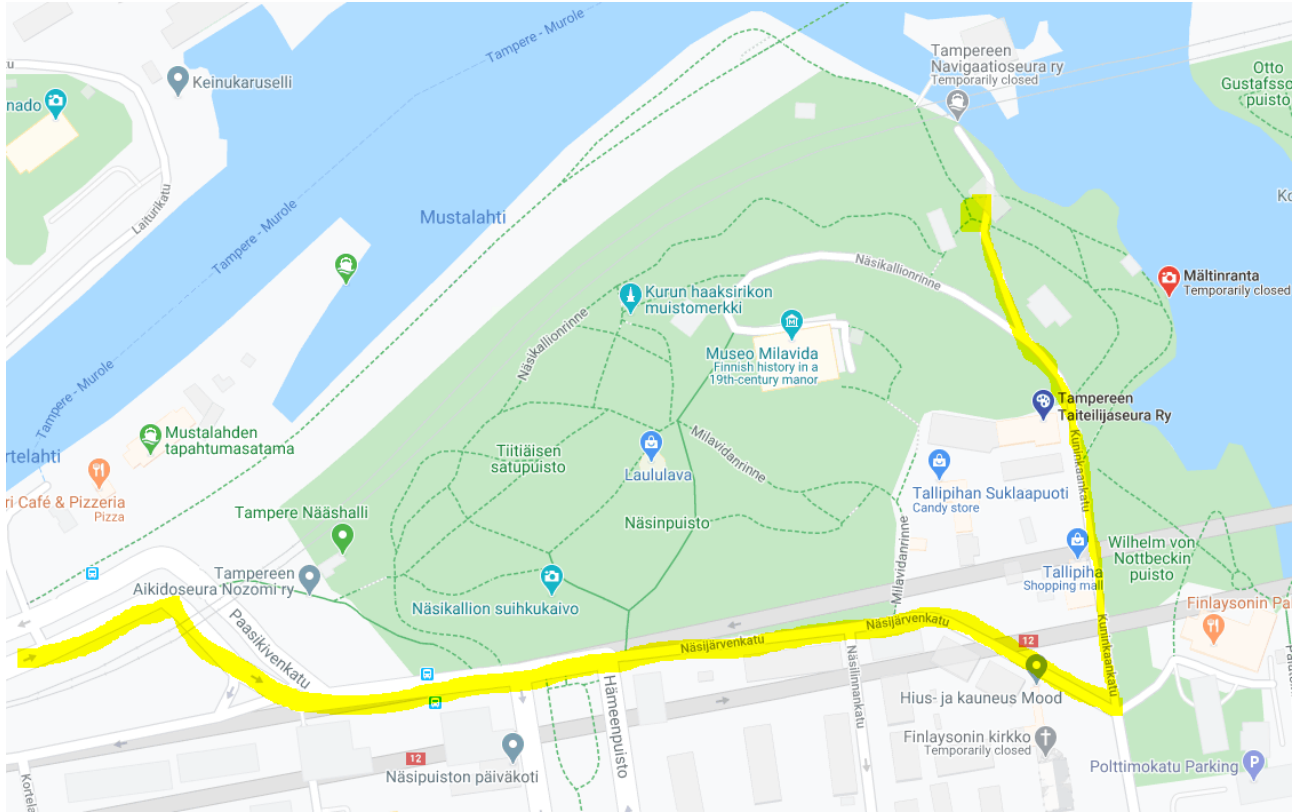


Valtakunnallinen tyttöpainileiri Tampereella

Aika: 28 - 30.8.2020

Paikka: Nääshalli, Tampere



Alustava ohjelma:

Lauantai:

- 10:00-12:00 leirin avaus ja painiharjoitukset Nääshallin painisalissa
- 12:00-13:30 lounas
- 14:30-16:00 painiharjoitukset
- 16:00-17:00 Sauna + uiminen Mäntinranta
- 17:00-18:00 päivällinen
- 18:15-19:00 siirtyminen Kivijärvelle
- 19:00-20:30 vapaa-aikaa
- 20:30-22:00 iltapala
- 22:00 hiljaisuus

Sunnuntai:

- 08:00-09:00 aamupala
- 09:00-09:30 siirtyminen Nääshalliin
- 09:30-11:00 painiharjoitukset
- 11:00-12:00 välipala
- 12:00-13:30 painiharjoitukset
- 13:30-14:30 Lounas

Päävalmentaja: Tiina Ylinen

Majoitus: mökki/molskimajoitus Kooveen leirikeskuksessa Kivijärvellä.

Leirin hinta: 70 €/painija, 55€/huoltaja. Sisältää harjoitukset, majoituksen, ruokailut, paikalliset kuljetukset, tarvittaessa kuljetukset rautatie- ja linja-autoasemalle.

Huom! Ilmoittakaa, jos tarvitsette majoitusta pe-la väliselle yölle.

Varusteet: harjoitusvarusteet, uikkarit, peseytymisvälineet, ulkoliikuntavarusteet, majoitusta varten makuupussi/liinavaatteet, makuualusta (molksille), taskulamppu, jos haluaa myöhemmin illalla liikkua ulkona.

Tiedustelut ja ilmoittautuminen: 25.8.2020 mennessä Mika Honkaniemille ensisijaisesti sähköpostilla koovee.paini@gmail.com, 040-7578531.

Hämeen alue ja Koovee toivottaa kaikki tytöt ja huoltajat tervetulleeksi Tampereelle!

