

# SEURAVALMENTAJAPÄIVÄT 19.–20.8.2023

**Kuortaneen** Seuravalmentajapäivien tapahtumapaikkoina toimivat Liikuntahotellin luentosalit 1-3 sekä Kuortane-halli. Seuravalmentajapäivien aikana on käynnissä kaikkien painimuotojen (np/vp/kr) haastajaleiri (~100 urheilijaa pe-su).

## Lauantai 19.8.2023

- klo 11.00–12.00 Lounas
- klo 12.00–12.45 Kokoontuminen ja avaus, Ls 1-3
- klo 12.45–14.00 Asiantuntijaluento ”Urheilijakeskeinen valmennus”, Ls 1-3
- klo 14.15–16.15 Käytäntö (paini), Kuortane-halli
- klo 16.30–17.30 Päivällinen
- klo 18.00–20.00 Paneelikeskustelu painin kehittämisestä, Ls 1-3

Vapaata järjestettyä ohjelmaa:

- klo 20.00–23.00 Sauna, Hirsisauna (naiset) ja Honkasauna (miehet)
- klo 20.00–22.00 Alueiden välinen keilakisa, Keilaradat (6 rataa)  
Liikuntahotellin kellarikerroksessa

## Sunnuntai 20.8.2023

- klo 07.00–08.30 Aamupala
- klo 08.45–10.15 Käytäntö (paini), Kuortane -halli
- klo 10.15–10.30 Palkintojenjako ja kuvaus, Kuortane -halli (myös yhteiskuva Haastajat -leiriläisten kanssa)
- klo 10.45–12.00 Asiantuntijaluento valmentajille SUEK, Ls 1-3
- klo 12.00–12.30 Seuravalmentajapäivien päätös, Ls 1-3
- klo 12.30–13.30 Lounas ja kotimatalle