



SUOMEN PAINILIITTO

Finnish Wrestling Federation

Haastajaleiri 18.–20.8.2023 – Kuortane

Leiri ohjelma:

päivä	aika	harjoitus	paikka
PE 18.8.	15:00–16:30	Harjoitus	Kuortanehalli
	17:00–17:30	Päivällinen	Eppula Buffet / Hotelli
	19:00–20:30	Harjoitus	Kuortanehalli
	21:00–21:30	Iltapala	Eppula Buffet / Hotelli
	22:30	Hiljaisuus	Oma huone
LA 19.8.	07:15–07:45	Herättely	ULKONA - Kokoontuminen <u>Painihallin</u> edessä
	07:45–08:15	Aamupala	Eppula Buffet / Hotelli
	09:00–11:00	Harjoitus	Kuortanehalli
	11:30–12:00	Lounas	Eppula Buffet / Hotelli
	14:30–16:00	Harjoitus	URHEILUKENTTÄ - Kokoontuminen <u>Painihallin</u> edessä
	16:30–17:00	Päivällinen	Eppula Buffet / Hotelli
	18:30–20:00	Harjoitus	Kuortanehalli
	21:00–21:30	Iltapala	Eppula Buffet / Hotelli
	22:30	Hiljaisuus	Oma huone
SU 20.8.	07.15–08:00	Harjoitus	ULKONA - Kokoontuminen <u>Painihallin</u> edessä
	08:15–08:45	Aamupala	Eppula Buffet / Hotelli
	09:00–10:00	SUEK-luento	Luentosali 1-3 / Hotelli
	10:15–12:00	Harjoitus	Kuortanehalli
	12:30–13:30	Lounas	Eppula Buffet / Hotelli

Leirin valmentajat:

Tiina Ylinen
050 3655422

Ville Lehtikangas
050 3112883

Tuomo Mäntylä
044 5840523