

PURJEHTIJOIDEN LEIRI VARALAN URHEILUOPISTOLLA

Perjantai, 14. Marraskuuta 2008

Aika La – su 29.–30.11.2008

Majoitus 40 vuodepaikkaa varattuna ryhmällemme (majoitus pääosin 3-hengen huoneissa)

Ohjelma

La 29.11

10.00-11.30 voimistelusalii 2, Liikkuvuustesti

11.30-12.15 Lounas, ravintola Säde

12:30-13:00 Purjehduksen kinetiikka

13.00-14.30 Halli 1 (Liikunta)

14:30-15:30 Purjehdustekniikkaa Luonneoitsija ????

15.30-16.00 Välipala (mehu, sämpylä + hedelmä), ravintola Säde

16.30-18.00 Halli 2 (Kuntotesti)

18.30-20.00 Sauna ja uinti, päätalo

20.30-21.30 Iltapala, ravintola Säde

Su 30.11

08.00-09.00 Aamiainen, ravintola Säde

09:00-09:30 Startin ottaminen

09:45-11:30 Taktikat Purjehduskilpailu ja koonti Henry Viljanen Taps

11.30-14.00 Halli 1

14.00-14.30 Lounas, ravintola Säde

Hinnat 80 euroa Juniori ja 90 euroa aikuinen

Ilmoittautumiset 22.11 mennessä Mika.hollo@purjehtija.fi