

PAINIKESIS

12.-17.6.2011



Tänä kesänä
uutuutena myös Beach
Wrestling -turnaus!



Pajulahdessa järjestetään vuosittain useita painin lajileirejä. Suurin ja maineikkain avoimista leireistä on "junttamestareiden" aloittama kesäleiri, joka tunnetaan nimellä Painikesis. Tänä kesänä suurempana kuin koskaan!

Painikesiksen vetäjinä toimivat **Juha "Pikkis" Lappalainen** ja **Ismo Pietiläinen**. Leiri on tarkoitettu 9-15-vuotiaille pojille ja tytöille. Leiri alkaa sunnuntaina **12.6. klo 16.00** ja päättyy perjantaina lounaaseen klo 13.00. Ohjelmassa on painiharjoitusten lisäksi tietysti kisailuja, uintia, nuotioilta jne...

Leirin hinta on 275 € ja se sisältää valmennuksen, leiriohjelman, huonemajoituksen, täysihoidoateriat + iltapalan.

Mitä mukaan?

Leirille mukaan; painitossut, painitrikoita, lenkkarit, ulkoiluvälineet, vaihtovaatteita, uimahousut (uimaan mennään aina kun on mahdollisuus), henkilökohtaiset lääkkeet ym. sekä tietysti reilusti iloista mieltä ja treeni-intoa! Ilmoitathan allergioista etukäteen.

Muista myös tulla ajoissa paikalle.

HUOM! Tehkää kotona sienitarkistus, kiitos.

ILMOITTAUTUMINEN

27.5.11 mennessä

Ensisijaisesti kotisivuillamme

www.pajulahti.com/valmennus/lasten_lajileirit

Tiedustelut varauksista ja majoituksista:

- **Sari Eloranta**, puh. 03 8855 204, sari.eloranta@pajulahti.com
- **Pasi Puroaho**, puh. 03 8855 201, pasi.puroaho@pajulahti.com

LISÄTIEDOT

leiriohjelmasta:

Juha Lappalainen

puh. 044 303 0273

juha.lappalainen@pajulahti.com

Pajulahti 
Tavoitteista totta