



SUOMEN PAINILIITTO

Finnish Wrestling Federation

LEIRIKUTSU

26.11.2007

Suomen Painiliitto on valinnut sinut TEAM-2012 leiritysrhyhmään, joka kattaa kolme leiriä 2007–2008. Toinen TEAM-2012 leiri painitaan Kuortanelle 14.–16.12.2007. Leiriryhmä on koottu kevään 2007 kisojen perusteella.

Aika 14. – 16.12.2007, tarkka aikataulu ks. liite

Paikka Kuortaneen Urheiluopisto

TEAM-2012 leiritysrhmä

| | | | |
|---------------------|--------|----------------------|--------|
| Petteri Martikainen | HPM | Vili Lähteenmäki | TaVo |
| Jani Vilhola | PTI | Nico Aaltonen | PPM |
| Joonas Larmila | KOOVEE | Mika Lundberg | IK |
| Kim Toivonen | KVV | Sami Ahonen | VV |
| Ville Palmu | KPM | Nikke Lahtinen | TaVo |
| Karvan Ahmadi | VaaTo | Veli-Karri Suominen | VV |
| Tenho Palmroth | TaVo | Robertino Palmroth | KOOVEE |
| Antti Lindgren | OP | Antti Tyystälä | KI |
| Ville Ohukainen | OP | Ari-Petteri Äijälä | SalSa |
| Jani Käkelä | SalSa | Sasu Kaasinen | HeTa |
| Niko Ohukainen | OP | Jussi-Pekka Niemistö | KOOVEE |
| Jarkko Peltola | JPI | Joonas Kyllönen | KOOVEE |
| Jesse Salomäki | NJ | | |

Valmentajat Juha Lappalainen

Juha Virtanen

Ilmoittautumiset

5.12. mennessä: juha.lappalainen@pajulahti.com tai 044 303 0273

Mahdolliset pois jäännit on ilmoitettava mahdollisimman pikaisesti ja viimeistään 5.12. mennessä Pikkikselle. Ilmoittamatta jättäminen tarkoittaa automaattisesti leiriryhmästä putoamista.

Tulkaa paikalle ajoissa! Ensimmäinen painiharjoitus perjantaina 14.12. klo 16.00 painisalissa.

Leirille on mahdollista osallistua myös omalla tai seuran kustannuksella, joka on myös erittäin suotavaa!!! Leirin hinta 100 € (täysihoito). Herätys myös juniorit. Tervetuloa leirille!!!

Ulkoiluvälineet mukaan!

Tsemii!

Janne Koivula

14.–16.12.2007 Kuortane TEAM-2012 leiri

OHJELMA:

| | | | |
|------------------|-------------------|---|--|
| pe 14.12. | klo 14.00- | Saapuminen opistolle klo 14.00 lähtien | |
| | klo 16.00 | Painiharjoitus 60' | Painisali |
| | klo 17.30 | Päivällinen | Ruokala |
| | klo 19.00 | Painiharjoitus 120' | Painisali |
| | klo 21.00 | Sauna | Uimahalli |
| | klo 21.30 | Illtapala | Ruokala |
| | | | |
| la 15.12. | klo 7.00 | Aamulenkki | Kokoontuminen painisalin edessä |
| | klo 7.30 | Aamupala | Ruokala |
| | klo 9.00 | Painiharjoitus 90' | Painisali |
| | klo 11.00 | Lounas | Ruokala |
| | klo 12.00 | Luento | |
| | klo 14.00 | Painiharjoitus 60' | Painisali |
| | klo 16.30 | Päivällinen | Ruokala |
| | klo 19.00 | Painiharjoitus 90' | Painisali |
| | klo 20.30 | Sauna | Uimahalli |
| | klo 21.30 | Illtapala | Ruokala |
| | | | |
| su 16.12. | klo 7.00 | Aamulenkki | Kokoontuminen painisalin edessä |
| | klo 7.30 | Aamupala | Ruokala |
| | klo 9.00 | Painiharjoitus 120' | Painisali |
| | klo 11.30 | Lounas ja leirin päätös | |