



SUOMEN PAINILIITTO

Finnish Wrestling Federation

LEIRIKUTSU

11.9.2007

Vapaapainin EDUSTUSLEIRI 12. – 14.10.2007, Helsinki

Leiri pidetään poikkeuksellisesti Helsingissä, koska urheilupuistot ovat täynnä.

Kokoontuminen Maunulan painisalissa pe klo 18.15

Painijat	Nimi	Seura	Paino	Seura
	Niko Kettunen	SPL	55kg	
	Ville Lehtikangas	ViVo	55kg	
	Jonas Honkanen	SPL	58kg	TEAM 2012
	Niko Rautio	SPL	58kg	TEAM 2012
	Juha Uusitalo	HaHe	60kg	
	Antti Uusitalo	SPL	60kg	
	Jarmo Hyytiäinen	SPL	60kg	
	Jukka Hyytiäinen	SPL	60kg	
	Magvan Amirkhani	VaaTo	60kg	
	Janne Ritola	SPL	63kg	TEAM 2012
	Mohammad Ashem Ehsan	SPL	63kg	TEAM 2012
	Rolle Rantala	SPL	66kg	
	Sami Sakko	TWM	66kg	
	Ville Perkkiö	VVV	66kg	
	Jimmy Huovinen	LaTa	76kg	
	Henri Leino	HPM	74kg	
	Henri Välimäki	SPL	74kg	
	Erno Pilli	HyPk	74kg	
	Eetu Uotinen	TWM	74kg	
	Tomi Lahti	HPM	74kg	
	Ville Heino	SPL	76kg	TEAM 2012
	Armas Enojärvi	OutVe	76kg	
	Imad Amirkhani	VaaTo	85kg	

Ohjelma	Päivä	Aika	Toiminta	Paikka
	<u>Pe 12.10.2007</u>	18.15	kokoontuminen	Maunulan painisalissa
		18.30 - 20.00	painiharjoitus	Maunula
		21.00 -	majoittuminen	Perheet/Stadion (petivaatteet mukaan)
	<u>La 13.10.2007</u>	10.00 - 12.00	painiharjoitus	Liikuntamyly
		12.30 - 13.00	lounas	Teboil
		16.00 - 18.00	painiharjoitus	Liikuntamyly
		18.30 -	päivällinen	Teboil
	<u>Su 14.10.2007</u>	09.00 - 09.30	aidat, kuntopallo, loikat	Liikuntamyly
		09.30 - 10.15	juoksuharjoitus (3x1600m)	Liikuntamyly
		10.15 - 10.30	välipala	?
		11.00 - 12.30	painiharjoitus	Liikuntamyly
		12.30 -	leirin päätös	Liikuntamyly

Kysy ensin perhemajoitusta pääkaupunkialueen painijoilta ja jos ei tarppää, niin ilmoita majoitustarpeesi leirille ilmoittautumisen yhteydessä. Vahvista tai peruuta numeroon 050 326 3569 / Hannu Rantala.

Leiriterveisin

Merja Lintala