



**Vapaapainin tekniikkaleiri
15. - 17.8.2008 Vaasassa**



Paikka: Teeriniemen väestösuojan painisali Joutsenkatu, Vaasa
Sijainti: Vaasan Läänin puhelinluettelon karttasivu 56 ruutu L13 Teeriniemen ala-asteen vieressä.

[Painisalin sijainti kartalla](#)

Alustava aikataulu: Perjantai 15.8.
klo 19.30 - 21.00 Pystyteknikka + ottelut

Lauantaina 16.8.

10.00 - 11.30 Pystyteknikka + ottelut
12.00 - 13.30 Ruokailu (omatoiminen)
14.30 - 16.00 Mattotekniikka
16.30 - 18.30 Ruokailu/välipalatauko
18.30 - 20.00 Mattotekniikka + taistelutilanteet

Sunnuntaina 17.8.

09.00 - 10.30 Pystyteknikka + taistelutilanteet
11.00 - 13.00 Ruokailu (omatoiminen)
13.00 - 14.30 Mattotekniikka + taistelutilanteet

Järjestäjät varaavat oikeuden mahdollisiin aikataulumuutoksiin.

Leirin vetäjiksi pyydetty: Vesa Alanen LaVe, Jarmo Tapola/Naser Mohammad Ehsan HyPK
Team Pohjanmaan valmentaja Kari Salmi, VVV:n valmentajia.

Kohderyhmä: Kadetit (pojat ja tytöt) 12-17v, juniorit ja seniorit (miehet ja naiset)

Hinta: Tekniikkaleiripäivien hinta on 30EUR/henkilö käsittäen ohjelman mukaisen ohjauksen ja toiminnan, sekä leiripaidan (koko ilmoitettava ilmoittautumisen yhteydessä, oletuskoko M).

Majoitus ja ruokailut kukin omin kustannuksin kts. alla.

Etukäteismaksut ilmoittautumisen yhteydessä pe 8.8. mennessä tilille: Vaasan Voima-Veikot ry Handelsbanken 313130-1680842, ”Tekniikkaleiri”

Ilmoittautuminen: Ilmoittautuminen pe 8.8. mennessä: timo.latva-kiskola@netikka.fi Huom!
Muista ilmoittaa myös leiripaidan koko!

Tiedustelut: Kari.Salmi 050-5218713 tai kari.salmi@netikka.fi

Majoitus: Majoitus varauksissa ottakaa yhteyttä suoraan:

Hotel Kenraali Wasa Hostel 0400-668521
Hostel Tekla 06-3276411
Sokos Hotelli Vaakuna p. 06-2124111
Hotelli Silveria 06-3267611

Omenahotellin varaukset netistä: <http://www.omena.com/hotelli?hid=585404>

Ruokailu:

Ruokailumahdollisuus lähialueen ruokapaikoissa.

Hinat annoksesta riippuen ~7 EUR ja ylöspäin.

Paras valikoima ABC:lla.

Kukin hoitaa ruokailukustannuksensa itse.

Painisalilla VVV:n kioski, jossa tarjolla mm. kahvia ja virvokkeita