



SUOMEN PAINILIITTO

Finnish Wrestling Federation

LEIRIKUTSU

14.10.2008

Energy -teamin leiri 7. – 9.11.2008 Kouvola

Vapaapainileiri

Paikka: Kouvola (Lyseon liikuntahalli Tietotie 3-5)
Aika: 7. – 9.11.2008
Leirin hinta: 60 €/ hlö, maksetaan käteisellä järjestävälle seuralle
Valmentajat: Marko Einola (050 550 1986)
Seppo Pykäläinen (050 331 5952)

Eero Luoma (1996/HPM)	Jere Haapamäki (1997/VäVi)
Mikko Lyttinen (1994/VaaTo)	Antti Mäkinen (1994/YTK)
Leo Salminen (1994/AK)	Miika Heinonen (1994/TWM)
Arttu Kalliolevo (1995/PPM)	Joni Toppinen (1996/YTK)
Henri Selenius (1994/YTK)	Tufan Ahmadi (1994/VaaTo)
Eero Sillanpää (1995/KoPa)	Joona Talvitie (1995/VaaTo)
Markus Jaakkola (1994/LA)	Jere Heino (1995/PPM)
Tero Halmesmäki (1995/HyPk)	Santtu Ruotsalainen (1996/HPM)
Eemeli Alanen (1994/LaVe)	Joona Veteli (1995/KI)
Niko Kähärä (1994/TaVo)	Rami Syrjä (1996/SPM)
Olli-Pekka Tuumi (1994/PPM)	Heikki Hakala (1994/HaHe)
Vili Sillanpää (1994/KoPa)	Ville Lehtonen (1994/TWM)
Lari Halmesmäki (1994/HyPk)	Petteri Saarenoja (1995/NJ)
Santeri Varteva (1994/EsU)	Kasper Lehtonen (1996/KarkU)
Jussi Peltola (1994/HyPk)	Jami Torjama (1996/KarkU)
Joonas Ylitolva (1995/AuPs)	Saku Seppänen (1995/KoPa)
Sakari Ritvasalo (1996/HPM)	Roope Luostarinen (1996/JäVo)
Niko Erkkola (1996/IK)	Timi Hurskainen (1996/LA)
Katariina Varteva (1996/EsU)	Erika Uitto (1994/TeRi)
Sanna Ritvasalo (1993/HPM)	Jenna Sihtola (1997/YTK)
Julia Haapoja (1994/IK)	Iina Saastamoinen (1994/SimVe)
Petra Olli (1994/LaVe)	Karita Kohtala (1996/VUV)
Emilia Haapoja (1996/IK)	Jenna Hautala (1994/SPM)
Piirita Martikainen (1994/HPM)	Sini Kuosmanen (1995/LoVo)
Saana Lehtinen (1995/VVV)	Jenna Hurskainen (1995/LA)
Mia Pihlaja (1995/NJ)	Janika Vakkila (1996/IK)
Suvi Jokinen (1994/JPI)	Hanna Ullakko (1995/KI)

Leiri alkaa kokoontumisella perjantaina 7.11. klo 18.30 ja loppuu sunnuntaina 9.11. klo 12.00 lounaaseen.

Leirillä luokkamajoitus, joten patja ja makuupussi mukaan.

Leirin hinta 60€, sisältäen:

Ruokailut, salivuokrat, majoituksen luokassa, valmennuksen, osanottomaksun Junior Kare -kilpailuihin

Ilmoittautuessasi leirille sinut ilmoitetaan automaattisesti painikilpailuihin !!!

Lenkki ja kilpailuvarustus mukaan, koska leiriläiset osallistuvat Junior-Kare ikäkausipaineihin.(Kutsun kisoihin löydät painiliiton tapahtumakalenterista)

Ilmoittautumiset tai poisiäämiset viimeistään marko.einola@pori.fi
3.11.08 mennessä osoitteeseen!!!

Ilmoittamatta jättäminen tarkoittaa automaattisesti leiriryhmästä putoamista.

KOUVOLA 7. – 9.11.2008

Leiriohjelma:

Pe klo 18.30	Kokoontuminen ja majoitus
Pe klo 18.45 – 20.15	Painiharjoitus
Pe klo 20.15	Leiriläisten punnitus Junior Kare -kilpailuihin
Pe klo 20.30	Illtapala
La klo 07.15	Aamulenkki
La klo 07.30	Aamupala
La klo 09.00 – 10.30	Painiharjoitus
La klo 10.45	Lounas
La klo 13.00 – 18.00	Junior Kare –painikilpailut (leiriläisille on järjestetty välipalaa kilpailupaikan kioskillä)
La klo 18.00	Päivällinen
La klo 19.30 – 21.00	Painiharjoitus
La klo 21.15	Illtapala
Su klo 07.30 – 08.00	Aamulenkki
Su klo 08.00	Aamupala
Su klo 10.00 – 11.45	Painiharjoitus
Su klo 12.00	Lounas + leirin päätös

Leiriterveisin

Merja Lintala