



SUOMEN PAINILIITTO

Finnish Wrestling Federation

LEIRIKUTSU

1 (2)

23.7.2008

Team Energy -leiri 5. – 7.9.2008 Lappajärvi

Vapaapainileiri

Paikka: Lappajärvi (Järviseudun ammatti-instituutti)
Aika: 5. – 7.9.2008
Leirin hinta: 55 € / henkilö maksetaan järjestävälle seuralle käteisellä
Valmentajat: Marko Einola (050 550 1986)
Vesa Alanen

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

Leiri alkaa kokoontumisella perjantaina 5.9. klo 18.30 ja loppuu sunnuntaina 7.9. n. klo 12.00 lounaaseen.

Leirillä luokkamajoitus, joten patja ja makuupussi mukaan.

Leirin hinta 55 €, sisältäen:

- Ruokailut
- Salivuokrat
- Majoitus luokassa
- Valmennus

Lenkkivarustus mukaan!!!

Ilmoittautumiset tai poisjäämiset viimeistään 28.8.08 mennessä osoitteeseen!!!
marko.einola@pori.fi

Ilmoittamatta jättäminen tarkoittaa automaattisesti leiriryhmästä putoamista.

Leiriohjelma:

Pe klo 18.30	Kokoontuminen ja majoitus
Pe klo 18.45 – 20.15	Painiharjoitus
Pe klo 20.30	Iltapala
La klo 07.15	Aamulenkki
La klo 07.30	Aamupala
La klo 09.30 – 11.15	Painiharjoitus
La klo 11.30	Lounas
La klo 13.30 – 15.15	Painiharjoitus
La klo 15.30	Välipala
La klo 18.00 – 19.30	Painiharjoitus
La klo 19.45	Päivällinen
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