



SUOMEN PAINILIITTO

Finnish Wrestling Federation

PAININ SEURAVALMENTAJAPÄIVÄT 4. – 5. 1. 2008

Tampere, Ratina

Jälleen on aika koota seuravalmentajat yhteiseen tilaisuuteen oppimaan uutta painitekniikkaa, kuulemaan luentoja mielenkiintoisista aiheista ja tapaamaan toisia painivalmentajia reippaassa urheiluhengessä. Tulevan vuoden aloittaa perinteiset Seuravalmentajapäivät ja paikkana on jälleen Tampereen Ratina. Seuravalmentajapäivät alkavat perjantaina 4.1.2008 klo 18.00 ja päättyvät lauantaina noin klo 19.00.

Ohjelmassa on käytännön valmennusta ja luentoja. Kreikkalais-roomalaista painia esittelee päävalmentaja **Mikael Lindgren** yhdessä muiden Painiliiton vastuupalmentajien kanssa. **Hannu Rantala** apuvalmentajineen on lupautunut opastamaan vapaapainin tekniikassa. Muita tilaisuuden kouluttajia on ainakin painin taitaja **Toivo Sillanpää**. Luennoilla kuullaan Tampereen EM-kisojen järjestelytoimikunnan kuulumisia kisajärjestelyiden osalta. Olympiatason painituomari **Pertti Vehviläinen** kertoo kuulumisia maailmalta liittyen painisääntöjen mahdollisiin muutoksiin seuraavalle olympiadille. Tapahtuman loppupuolella Mikael Lindgren ja Hannu Rantala kertoo vielä suomen maajoukkueen valmistautumisesta EM-kisoihin.

ILMOITTAUTUMINEN

Ilmoittautuminen 21.12.2007 mennessä liiton toimistoon Janne Koivulalle, janne.koivula@painiliitto.net, (09) 3481 2394.

OSANOTTOMAKSU

10 € / hlö maksetaan etukäteen Painiliiton tilille 473047–226005 (Suupohjan Osuuspankki). Maksun viestikenttään on laitettava osallistujan seura ja nimi.

MAJOITUSVARAUKSET

Majoitusvaraukset suoraan hotelli Cumulus Tampere Koskikatu, puh. (03) 242 4111 (varauskoodi "Suomen Painiliitto"). Varaukset on tehtävä mahdollisimman nopeasti, sillä huoneita on rajoitetusti. Majoituksen hinta on 65 € / 1 hh / vrk ja 70 € / 2 hh / vrk sisältäen aamupalan ja saunamahdollisuuden.

OHJELMA

Perjantai 4.1.

- | | | |
|-------|--|--|
| 18.00 | Avaus | Pj. Yrjö Tuokko |
| 18.15 | Tekniikkaharjoitukset
matto 1: kreikkalais-roomalainen paini
matto 2: vapaapaini | Mikael Lindgren + valmentajat
Hannu Rantala + valmentajat |
| 21.00 | Sauna hotellilla | |

Lauantai 5.1.

- | | | |
|-------|--|--|
| 9.30 | Tampere 2008 EM-kisainfo | Pertti Ukkola + kilpailuorganisaatio |
| 10.30 | Tekniikkaharjoitukset
matto 1: kreikkalais-roomalainen paini
matto 2: vapaapaini | Mikael Lindgren + valmentajat
Hannu Rantala + valmentajat |
| | Lounas | |
| 14.30 | Painisäännöt olympiadilla 2009-2012? | Pertti Vehviläinen |
| 15.30 | Tekniikkaharjoitukset
matto 1: kreikkalais-roomalainen paini
matto 2: vapaapaini | Mikael Lindgren + valmentajat
Hannu Rantala + valmentajat |
| 17.30 | Maajoukkueen valmistautuminen EM-kisoihin | Mikael Lindgren + Hannu Rantala |
| 18.00 | Päätös: Palautteet ja sauna Ratinassa | Pertti Vehviläinen |

TERVETULOA!