



RINGETTELEIRI PAJULAHDESSA

TULE MUKAAN LUONNON
KESKELLE



Lahti Ringette järjestää Ringetteleirin Pajulahden urheiluopistolla 13-15.6.2019. Mukana on pelaajia useista seuroista. Ikäluokkasuositus on G, F, E, D, C. Tarjoamme upeat puitteet, onhan opisto luonnonkauniilla paikalla järven rannalla. Majoitus on sisätiloissa. Ohjelmassa on monipuolista tekemistä kaiken ikäisille. Sateella käytössä sisäliikuntatilat mm. uimahalli Ohjaajina toimivat SM-joukkueen pelaajat. Leirin vetäjän toimii valmentaja Mia Melkinen. Maksu täysihoidolla 280 € (sisaralennus 40 €). Hinta sisältää alla kuvatun ohjelman. Ilmoittautumiset 15.4. mennessä s-postilla os. mia.melkinen@live.com p.0449850970. Tule mukaan ja ota kaverisikin. Tiedossa hauska ja laadukas leiri! Ilmoittautuneille postitetaan lisätietoa leiristä. ks. myös: pajulahti.com.

Ohjelman runko to 13.6.2019

klo		paikka
11.00–12.00	Saapuminen Pajulahden urheiluopistolle	Nastola
13.00–15.00	Jääharjoitus (tasoryhmät)	Jäähalli
alk. 15.00	Majoittuminen huoneisiin (2–4hengen huoneet)	Vastaanotto
16.30	Päivällinen	Ravintola
18.00	Leirin avaus + iltanuotio	Rantanuotiopaikka
20.30	Iltapala	Ravintola
22.00	Nukkumaan	

pe 14.6.2019

klo		paikka
7.30–9.00	Aamiainen	Ravintola
10.00–12.30	Jääharjoitus (tasoryhmät)	Jäähalli
13.00	Lounas	Ravintola
14.30	Seikkailupuisto (rataa n. 2,4 km, ohjattua toimintaa)	Radat
18.00	Päivällinen	Ravintola
19.00	Sauna ja uinti	Rantasaunat
21.00	Iltapala	Ravintola
22.00	Nukkumaan	

la 15.6.2019

klo		paikka
7.30–8.15	Aamiainen	Ravintola
10.00–12.00	Jääharjoitus (tasoryhmät)	Jäähalli
11.30	Lounas	Ravintola
12.10	Huoneiden luovutus	Vastaanotto
12.45	Leirin lopetustilaisuus ja palkintojen/muiston jako.	
13.15	Näkemisiin!	

TERVETULO!



Mia



Niina

