



Sulkapallon nelinpelileiri la 16.3.2019

Haluatko oppia nelinpelin perusteet ja uuden, vauhdikkaan pelimuodon? Tai haluatko nostaa nelinpelitaitosi uudelle tasolle ja oppia uusia kikkoja? Jos vastaus kyllä, tule sulkapallon nelinpelileirille! Kurssilla käydään osallistujien taidot huomioiden läpi nelinpelin perusteita, taktiikkaa, liikkumista ja tärkeimpiä lyöntejä jne.

Leirille voi osallistua kuka tahansa. Mukaan osallistuja tarvitsee sulkapallomailan, sisäpelikengät, juomapullon ja pelaamiseen sopivan vaatetuksen.

Valmentajana toimii kuopiolaisen sulkapalloseuran Savon Sulan valmentaja Antti Rajasärkkä. Antti on sulkapallovalmennuksen todellinen ammattilainen. Hän on käynyt valmentajakoulutuksen Tanskassa ja työskennellyt päätoimisena valmennuspäällikkönä Suomen huippusulkapalloseuroihin kuuluvassa vantaalaisseurassa Östersundom IF:ssä. Pelaajaurallaan Antti on yltänyt valioluokkaan niin sekanelinpelissä kuin nelinpelissäkin.

Aika ja -paikka: La 16.3.2019 klo 11.00-15.00 Kangaslammin koulun liikuntasalissa (Petter Kumpulaisentie 30 74130 Iisalmi).

Ilmoittautuminen: Ma 11.3.2019 mennessä sähköpostilla osoitteeseen: mikjau76@gmail.com
Kurssi järjestetään, mikäli mukaan ilmoittautuu vähintään 10 henkilöä. Leirille otetaan mukaan max. 25 ensimmäiseksi ilmoittautunutta.

Osallistumismaksu: Osallistumismaksu on 25 € / henkilö ja maksu suoritetaan käteisenä (tasarahana) tapahtuman alussa. Maksu sisältää ohjauksen, pallot ja kenttävuokran.

Ohjaajat: Tapahtuman ohjaajana toimii Savon Sulan (Kuopio) valmentaja Antti Rajasärkkä. Avustajina toimii Sulkasato Iisalmen omia pelaajia.

Lisätietoja: e-mail: mikjau76@gmail.com, p. 044 336 2294

Lisätietoja Sulkasato Iisalmen toiminnasta löydät myös kotisivuilta osoitteesta www.sulkasato.net ja Facebook sivuilta <https://web.facebook.com/sulkasatoisalmi/>

Tervetuloa! 😊

