



SOTKAMON KUNTA

## TIEDOTUS HAKEMISESTA VUOKATTI-RUKA URHEILUAKATEMIAN YLÄKOULULEIRITYKSEEN VUOKATTIIN

*Tervehdys nuori ampumahiihtäjä!*

Nyt sinulla on mahdollisuus osallistua ampumahiihtoleireille ilman, että tarvitsee olla pois koulusta. Vuokatti-Ruka Urheiluakatemia järjestää yläkoululeiritystä kaudelle 2017 - 2018 siten, että urheilija majoittuu ja tekee harjoitukset Vuokatin Urheiluopistolla sekä tekee koulutehtäviä iltapäivällä Vuokatin Urheiluopistolla. Leirejä on yhteensä 5, joista 1 – 2 on kesällä ja 3 – 4 kouluvuoden aikana. Leirit ovat kestoltaan 6 vuorokauden mittaisia. Ne alkavat sunnuntaina ja päättyvät lauantaina. Leirien valmennuksesta vastaavat Vuokatti-Ruka Urheiluakatemia valmentajat. Kouluasioiden järjestämisestä urheilija sopii oman koulun opettajien kanssa, Vuokattissa yläkoulun yhdysopettaja auttaa tehtävien teossa.

### MITÄ YLÄKOULULEIRITYS SISÄLTÄÄ:

- Tutustumista Vuokatti-Ruka Urheiluakatemia urheilijan polkuun, huippuolosuhteisiin ja siellä toimimiseen
- Koulu yhdistetty leiritykseen läksyperiaatteella
- Harjoittelua 2 – 3 kertaa päivässä ammattivalmentajan johdolla
- Painopisteinä: lajiharjoittelu, yleistaitoharjoittelu, elämäntaitotaidot sekä opetus

Leiritykseen valitaan noin 20 ampumahiihtäjää hakemusten perusteella. Hakijoiden tulee olla ensi lukuvuonna 7. – 9. luokan oppilaita eli vuosina 2002 – 2004 syntyneitä urheilijoita. Valitut urheilijat jaetaan kahteen ryhmään ja kuhunkin tulee noin 10 ampumahiihtäjää. Ryhmät leireilevät kouluviikoilla pääosin eri aikaan. Leirityksien aikataulut alla. **Ryhmään valinta edellyttää sitoutumista osallistua kaikille leireille ja urheilijoiden kanssa tullaan tekemään urheilijasopimukset.**

### Leiriajankohdat:

#### **Ryhmä 1:** (8. – 9. -luokka)

VKO 24	10. – 16.6.2017 (la – pe)
VKO 31	31.7 – 6.8.2017 (ma – su)
VKO 38	17. – 23.9.2017
VKO 47	19. – 25.11.2017
VKO 15	8. – 14.4.2018

#### **Ryhmä 2:** (7. – 8. -luokka)

VKO 24	10. – 16.6.2017 (la - pe)
VKO 34	20. – 26.8.2017
VKO 40	1. – 7.10.2017
VKO 48	26.11. – 2.12.2017
VKO 19	6. – 12.5.2018



SOTKAMON KUNTA



### Leirien hinta

68 €/vrk joka sisältää valmennuksen sekä majoituksen ja täysihoidon iltapalalla Vuokatin urheiluo-  
luopistolla, kaikki ruokailut urheiluo-  
luopistolla.

### Hakeminen

Lähetä vapaamuotoinen hakemuksesi **28.4.2017 mennessä** sähköpostitse osoitteeseen [maija.holopainen@vrua.fi](mailto:maija.holopainen@vrua.fi) Hakemuksesta tulee ilmetä hakijan nimi, syntymäaika, seura, kotikunta, yhteystiedot (osoite, puhelin, sähköposti), vanhempien yhteystiedot, koulun nimi ja yhteystiedot (luokanvalvoja) sekä SM-ampumahiihtojen ja Lapua Junior Cupin tulokset kahden viimeisen kauden osalta.

### Valinta

Urheilijavalinnat tehdään heti hakuajan umpeuduttua ja niistä tiedotetaan **12.5.2017** mennessä Suomen Ampumahiihtoliiton ja Vuokatti-Ruka Urheiluakatemia internetsivuilla. Valituille tiedotetaan valinnasta myös sähköpostitse.

### Lisätietoja

Maija Holopainen 050 3360 939, [maija.holopainen@sotkamonlukio.fi](mailto:maija.holopainen@sotkamonlukio.fi)  
Vesa Mäkipää 045 1133 008, [vesa.makipaa@sotkamonlukio.fi](mailto:vesa.makipaa@sotkamonlukio.fi)

## SEURAA MEITÄ

[www.vuokattirukaurheiluakatemia.fi](http://www.vuokattirukaurheiluakatemia.fi)



**vuokattirukaurheiluakatemia**



**Vuokatti-Ruka Urheiluakatemia**



**Vuokatti-Ruka UA**



**Vuokatti-Ruka Urheiluakatemia**

**#vuokattirukaurheiluakatemia**

**#huippujenkasvattaja**