

3.4.2024

AVOIN LEIRIKUTSU – AMPUMAHIIHTOLEIRI

Raasepori, Tammisaari 4-5.5



Mitä, missä, milloin:

Etelä-Suomen Ampumahiihto ry (ESAH) / Österby sportklubb, järjestää avoimen ampumahiihtoleirin [Västerby hiihtokeskus, Tenholantie 100, Raasepori. 4–5.5. Leirille voivat osallistua kaikenikäiset ampumahiihdon harrastajat.

Valmentajatiimi:

Leirin päävalmentajana toimii Kari Korpela, joka on toiminut Ruotsinampumahiihdon maajoukkueen valmentajana, neljässä Olympiakisoissa. Muut valmentajatiimin jäsenet ovat [Niklas Nyman Hiihto valmentaja Taso 3 ja VAT-valmentaja.

Ilmoittautuminen: Sähköpostitse osoitteeseen niklasr.nyman@gmail.com 21.4.2024mennessä.

Hinta:

Majoitus Seafront hotellissa 117 eur/yö (kahden hengen huone, tai motel marine 88 eur./yö (kahden hengen huone (huonevarauksia rajoitettu määrä). Lisäksi valmennusmaksu 50 eur., mitä ei kuitenkaan peritä ESAH ry:n jäsenseuralaisilta.

Leiriohjelma:

Leiriohjelma koostuu monipuolisesta kesäajan ampumahiihtoharjoittelusta sisältäen erilaisia ampumiseen, ampumapaikkatoimintaan, rullahiihtoon ja muuhun fysiikkaan sekä taitoon ja voimaan perustuvia harjoitteita. Västerbyyssä on upouusi rullahiihto rata.

Tarkempi leiriohjelma toimitetaan osallistujille lähempänä leiriä.

Vakuutus:

Jokaisen osallistujan tulee itsenäisesti huolehtia vakuutusturvastaan tapaturma- ja vastuutilanteiden varalle.

Muuta:

Lisätietoja antavat Niklas Nyman puh. 040-9648387, email: niklasr.nyman@gmail.com. Ilmoittautunut vastaa myöhäisen peruutuksensa aiheuttamista mahdollisista lisäkustannuksista. ESAH pidättää oikeuden muuttaa kutsua.