



2024

SIM Uu -leiri (Pajulahti)

26. - 28.4.2024

Tervetuloa SIM Uu - leirille Pajulahteen

Leiri on suunnattu kaikille
vyöarvoille ja kaiken ikäisille
harrastajille

Leiri järjestetään perjantaina
26.4. – sunnuntaina
28.4.2024 liikuntakeskus
Pajulahdessa
(Pajulahdentie 167, 15560
Nastola)

Ilmoittaudu viimeistään 14.4.2024.

SIM Uu -leiri

Suomen Sim Uu:n periaatteiden mukaisesti leiri on avoin kaikille yhteisömme arvoihin sitoutuneille seuroille ja niiden harrastajille.

Sim Uu 2024 - leirillä tullaan opettamaan liikesarjoja, ottelua, askelotteluja, itsepuolustusta, sekä rentoutus- ja liikkuvuusharjoittelua.

Sim Uu - leiri

2024

Perjantai – sunnuntai tarjoavat yhteistä tekemistä laajalla otannalla taekwondon eri osa-alueista. Ammattitaitoiset ohjaajat varmistavat turvallisen ja monipuolisen leirikokemuksen, jossa huomioidaan osallistujien ikä ja osaamistasot.

Ohjaajina/luennoitsijana leirillä toimivat

- Benny Faarvang 7 Dan
- Christian Flindt 6 Dan
- Henry Nordenswan 6 Dan
- Anssi Koskinen 5 Dan
- Aki Tiihonen 5 Dan
- Tero Kuorikoski 3 Dan
- Petra Kärkinen 3 Dan
- Nona Sokura 1 Dan

Sim Uu -leiri 26. - 28.4.2024

Sim Uu - leiri aikataulu

2024

Lauantai	Nikula	Voimistelusali	Tanssistudio
7.00 - 9.00	Aamupala, Ravintola Iso-Kukkanen		
9.10 - 9.20	Aloitus ja ryhmäkuvat		
9.30 - 11.00	Alle 14 - vuotiaat, ottelu, ohjaajana Aki	14 - 40 - vuotiaat, Poomsae, ohjaajana Benny	Danit, askelottelu, ohjaajana Christian
11.00 - 12.00	Lounas, Ravintola Iso-Kukkanen		
12.30 - 14.00	14 - 40 - vuotiaat, ottelu, ohjaajana Tero	Väriyöt 8 - 5 kup, askelottelu, ohjaajana Christian	Yli 40 - vuotiaat/masterit, ohjaaja Benny
14.00 - 14.30	Tauko		
14.30 - 16.00	Väriyöt 4 - 1 kup askelottelu, ohjaajana Christian	Yli 40 - vuotiaat/Masterit, ohjaaja Benny	Alle 14 -vuotiaat, Poomsae, ohjaaja Petra
16.15 - 16.45	Liikkuvuusharjoitus, ohjaajana Petra		Sabunim, keskustelutilaisuus, ohjaajana Anssi
17.00 - 17.45	Päivällinen, Ravintola Iso-Kukkanen		
18.00 - 19.00	Yli 12-vuotiaat, luento Dan-kokeiden uudistus/Auditorio, Henkka	Alle 12-vuotiaat, leikki/peli, Ohjaajana Nona	
19.00 - 22.00	Sauna/Iltapala		

Perjantai	Nikula
18.00 - 19.00	Yhteistreeni, ohjaajana Benny ja Christian
19.00 - 20.00	Päivällinen, Ravintola Iso-Kukkanen
19.30 - 22.00	Saunominen

Sunnuntai	Nikula	Voimistelusali	Tanssistudio
8.00 - 9.00	Aamupala, Ravintola Iso-Kukkanen		
9.00 - 10.15	14 - 40 - vuotiaat, Itsepuolustus, ohjaaja Anssi	Alle 14 - vuotiaat, itsepuolustus, ohjaajana Aki	vuotiaat/Masterit, kehonhuoltaminen, ohjaajana Benny
10.30 - 11.30	Yhteistreenit ohjaajana, Benny ja Christian		
11.30 - 12.00	Lounas ja huoneiden luovutus, Ravintola Iso-Kukkanen		
	Leirin päätös ja kotimatka alkaa		

Järjestäjä varaa oikeuden ohjaaja/aikataulu muutokseen

Sim Uu -leiri 26. - 28.4.2024

Ilmoittautuminen

Ilmoittautuminen tapahtuu suoraan liikuntakeskus Pajulahteen seuraavasta linkistä:
<https://store.pajulahti.willba.app/event/44966-null>

Leiri on paketoitu kokonaisuudeksi, joka sisältää opetuksen, majoituksen ja yöpymisen. Jos haluaa osallistua pelkästään treeneihin, niin sekin on tehty mahdolliseksi.

Leirimaksu

Hinnat Pe - Su (sis. Majoitus + treenit + pe päivällinen + la aamiainen + lounas + päivällinen ja iltapala + su aamiainen ja lounas

- junnut opistomajoitus 170€/6-16v. Ja 180€/aikuinen (hotellissa 180€/200€)
- 1 hh lisämaksu 60 €

Hinnat La - Su (sis. Majoitus + treenit + la lounas + päivällinen ja iltapala + su aamiainen ja lounas

- Opistomajoitus 110€/6-16v. Ja 120€/aikuinen (hotellissa 120€/140€)
- 1 hh lisämaksu 30 €

Päiväpaketit (sisältää vaan treenit)

pe - su 85 €

la - su 60 €

la 35 €

Tämän jälkeen on mahdollista ostaa erikseen ateriat ravintolasta.

Oman valinnan mukaan