 LePa- seuraleiripäivä la 19.3.2016

Kenelle:

-ikäluokille 2009-2003 syntyneet, tytöt ja pojat

-kaikille taustoille ja vanhemmille, valmentajille

Missä:

-LePa-Areenassa, stadionin kahviossa ja liikunta-hallissa

Kustannus:

-hinta 40€/pelaaja (15€/pelaaja pelkkä IP- ei lounasta), laskutetaan erikseen ikäluokalta jälkikäteen.

Ohjelmarunko: (harjoitusaikoja voi vaihtaa keskenään ja pyytää seuralta vaihtamaan esim. pelien takia, tulee toiveiden puitteissa elämään vielä)

**Aamupäivä LePa-Areena:**

Klo 8-9 ikäluokkaharjoitukset P03

Klo 9-10 ikäluokkaharjoitukset P09

Klo 10-11 ikäluokkaharjoitukset T09, T08, T07

Klo 11-12 ikäluokkaharjoitukset T06, T05,

Klo 12-13 ikäluokkaharjoitukset P06 haaste

Klo 13-14 ikäluokkaharjoitukset P07, P05h

Klo 14-15 ikäluokkaharjoitukset P04, P05k

**Aamupäivä liikuntahalli:** 10.00-10.45 Futsal vuoro:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

10.45-11.30 Futsal vuoro:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

(futsal-vuorot erikseen haluaville, 2x 45min futsal-vuoro)

**Aamupäivä stadionin kahvio:** 9-10 työpaja vanhemmat ja muut taustat seurakulttuuri (09-07 syntyneet) **Rölli**

-seurakulttuuri2016 paja

-harjoituskulttuuri2016 paja

10.30-11.30 työpaja vanhemmat ja muut taustat seurakulttuuri (06-03 syntyneet) **Rölli**

-seurakulttuuri2016 paja

-harjoituskulttuuri2016 paja

**Lounas jäähallin ravintola/stadionin kahvio** 11-14 välillä

(noin aikoja, voi muokata vielä)

Aikataulut lopullisen harjoitusohjelman mukaisesti n. 1-20 min porrastuksella

**Iltapäivä LePa-Areena:** klo 15-16.30 malliharjoitus/valm.koulutus

09-07: Ekkono-metodi ja opettaminen

**Anton Väliheikki**

06-03: Pelin eri vaiheet 8v8-järjestelmässä

**Antti Ruonala**

klo 16.15-16.30 välipala hallissa kaikille

**Tomi S.**

klo 16.30-18.30 LePa-turnaus 09-03

**TomiK+Tomi Seppälä ja Rölli**

Klo 18.30-20.00 taustat ja vanhemmat, pelivuoro

**Mikko R. Ja Mika N**.

**Iltapäivä stadionin kahvio:** klo 12.30-14.00 pelaajat 03-06 videot+pelit

Klo 14.00-15.30 pelaajat 07-09 videot+pelit

**Ilta tilaussauna Läkkisepänkuja**: 19-20 valmentaja-ilta, koulutus **AV+AR**

20-24 valmentaja-ilta saunominen+iltapala

**Ilmoittautuminen ikäluokittain 29.2.2016 mennessä**: http://www.ilmari.fi/lepa/

Lisätiedot ja kysymykset: Mikko Taivassalo

Urheilutoiminnanjohtaja

045-2770005

mikko.taivassalo@leppavaaranpallo.com