



Leirikutsu

Ilma-aseleiri, Lohjan Kisakallio 19.-20.10.2024

Suuren suosion saanut valmennusleiri järjestetään jälleen Kisakalliossa 19.-20.10.2024. Leiri on tarkoitettu kaikenikäisille ilmakivääri ja -pistooliampujille. Leirillä on jälleen asiantuntevia valmentajat mm. Juha Hirvi (kivääri) ja Joonas Kallio (pistooli). Leirin pitopaikka on Kisakallion STC -halli, jossa käydään myös myöhemmin marraskuussa nuorille ampujille tarkoitettut SantaGames-kilpailut. Leiriohjelma on yhteinen kaikenikäisille ampujille.

Varmistathan paikkasi ilmoittautumalla pikimmiten!

Leirin subventoitamon hinta on 160€ sisältäen valmennuksen, ruokailut sekä opistotasaisen majoituksen (la-su). Seurat ja alueet voivat kuitenkin tukea omien jäsenten osallistumista leirille; Olethan yhteydessä oman seurasi valmennuspäällikköön saadaksesi selville mihin hintaan sinä pääset mukaan leirille!

Alustava leiriohjelma:

Lauantai:

09:00 Leirin avaus
09:15 Lajiharjoitus
11:00 Loppuverryttely/ulkoilu
11:30 Lounas ja lepo
13:00 Lajiharjoitus
15:30 Loppuverryttely/ulkoilu
16:00 Päivällinen
17:30 Lajiharjoitus
19:00 Liikuntaa
20:30 Iltapala

Sunnuntai:

08:00 Aamureippailu, aamupala
09:00 Kehon ja mielen herättelyä, tasapainoilua, kehon avaamista
09:30 Lajiharjoitus
11:30 Loppuverryttely/ulkoilu
12:00 Lounas ja lepo
13:00 Leirikilpailu
15:30 Leirin päättäminen, yhteenveto

Ilmoittautuminen: Michael Liljeberg, michael.h.liljeberg@gmail.com

Tervetuloa!