

Kunkkuleirin ohjelma/ Markku Ranta – Kari Liimo

B-A poikien harjoituksista vastaa Mike

C-poikien harjoituksista vastaa Aki

Mikrominijunioreiden treeneistä vastaavat Ari ja Markku

Apuvalmentajina: James, Lindsay, Marko, Markus, Samy ja Fatah

Torstai

9.00 lähtö Puotilan Metroasema Prismaa vastapäätä

11.30 Majoittautuminen opistolle

12.00 Lounas Linna Hotellilla

13.00 Kunkkuareena

13.00 Linna Hotellin Olympialaiset

13.00–14.30 B/A pojat

13.00–14.30 Mikropojat ja mikrominitytöt

14.30–16.00 C-Minit

14.30–16.00 B/A-pojat

16.00–17.15 Mikropojat ja mikrominitytöt

16.30–17.30 C-minipojat

18.00 Ruokailu

Ilta vapaata junnuilla, iltapala kämpillä klo 20.30

19.00–20.30 Valmentajilla koulutus, Markku Ranta: Pantteripolku Itä-Hämeen Opistolla

Hiljaisuus 22.00

Perjantai

8.00–9.00 Aamiainen Linna Hotelli

9.00-> Kunkku Arena

9.00–10.15 Mikropojat ja mikrominitytöt

10.30–11.30 Valmentajakoulutus, Kari Liimo: Passing Game, DEMORYHMÄ B-A pojat (C-Minipojat opetustilaisuus/katsomassa)

12.00 Lounas Linna Hotelli

13.00–14.15 Mikropojat ja mikrominitytöt

14.15–15.45 C-minipojat

15.45–17.15 B-A pojat

Ruokailut

17.00 Mikrominitytöt ja mikropojat

17.30 mini-C-pojat

18.00 B-Apojat

Saunailta

18.00- RYHMÄ 1

19.00- RYHMÄ 2

20.00- RYHMÄ 3

Iltapalaa Kämpillä

Hiljaisuus: 22.00

Lauantai

8.00–9.00 Aamiainen Linna Hotelli

9.00–11.30 Leiripelit

-> **Kunkku Areena** mikrominijunnut

-> **Linna Hotellin sali** B-A pojat

9.00–11.30 C-pojat Menestyksen avaimet – luento/ fyysinen harjoittelu

12.00 Lounas Linna Hotelli

Kunkku Areena

13.00–14.15 Mikropojat ja mikrominitytöt => Mikrominitytöt pakkaamaan ja lähtö 15.30/16.00

14.15–15.45 C-mini, mikropojat Videointi

15.45–17.15 B-A pojat Oma Teema

Ruokailut

17.00 Mikrominipojat

17.30 C-pojat

18.00 B-Apojat

Keilailta

19.00- 21.00

Iltapalaa Kämpillä

Hiljaisuus: 22.00



Sunnuntai

9.00 Aamiainen

KunkkuAreena

10.00- 11.30 mikromini-C

11.30–13.00 B-A pojat

13.30 Lounas

14.00 Keilamestarin ja kunkkuleirin olympiadien palkinnot

14.30 Lähtö

16.30 Puotilan Metroasema

Pakkaus kämpillä ja siivous

10.00- 11.30 B-A pojat

11.30–13.00 mikromini-C

Ohjeet – ajoissa paikalle yhteislähtöön!

Leiri alkaa jo linja-autossa: leiriin kuuluvat siis kuljetukset Helsinki-Hartola-Helsinki, majoitus (liinavaatteet ja pyyhkeet), ruokailu ja treenit/oheisohjelma. Leiri toimii valmentajien koulutusleirinä ja näin juniorit saavat harvinaisen tehokasta valmennusta neljän päivän aikana.

Mukaan, sisätreenivarusteet, pallo, juomapullo, ulkolenkkivarusteet, uimapuku/-shortsit
Vaihtovaatteita, T-paitoja, lämpimiä vaatteita (kts säätiedot ennen lähtöä: Hartola), hygieniatarvikkeet ja Kela kortti/henkilökortti.

Allergioista tiedot mukaan ja erikseen vielä ilmoitus 23.12.2016 mennessä:

saara.laitinen@gmail.com & markku.ranta@aalto.fi

Käteistä maksimissaan 20€ omalla vastuulla.

Opiston alueelta ei poistuta ilman lupaa, Opiston ja KunkkuAreenan välillä liikutaan valmentajien ja valvojien kanssa ryhmänä.

Opiston ja koko Hartolan alueella käyttäydytään hyvin, edustamme WB ja Panttereita sekä Helsinkiä.

Yhteystiedot koko leirin ajan: Saara Laitinen, 0504318284 ja Markku Ranta, 0505707125

Leirimaksu 200€ 31.12.2016 mennessä Pantterit ry tilille FI54 1248 3000 2143 32 viitenumera 16984

Tehdään tästä antoisa leiri, joka kantaa pitkälle kevään peleissä!