

TERVETULOA C-ikäisten TRAINING CAMP -LEIRILLE!

C-ikäisten tyttöjen ja poikien yhteinen leiripäivä järjestetään su 15.3.2009 Tammelassa, koulutuspaikkana on Eerikkilän Urheiluopisto. Leiripäivän kesto klo 11.00 – 19.00. Ohjelma lähtee liikkeelle ruokailulla, jonka jälkeen klo 12.00 päivän ohjelma alkaa teoriaosuudella.

Leiripäivän ohjelma 15.3.2009

11.00–12.00	RUOKAILU	
12.00–13.30	TEORIA: PESÄPALLON PELITAKTIikka	
13.30–14.45	LIIKUNTAHALLI: YHTEINEN LÄMMITTELY & FYYSINEN OSUUS	
14.45–15.00	TAUKO	
15.00–17.00	LIIKUNTAHALLI: ULKOPELITAIDOT (pojat)	HALLI: 2-TILANTEEN PELAAMINEN (tytöt)
17.00–19.00	LIIKUNTAHALLI: ULKOPELITAIDOT (tytöt)	HALLI: 2-TILANTEEN PELAAMINEN (pojat)
19.00	PÄIVÄN YHTEENVETO	

Kouluttajat

Kouluttajina leiripäivillä toimivat pääosin alueen nykyiset ja entiset huippupelaajat ja valmentajat.

Varusteet ja vakuutus

Ota mukaasi sisäliikuntavarusteet, räpylä, maila, juomapullo sekä peseytymisvälineet. Osallistujia ei ole vakuutettu erikseen vaan heidän pitää kuulua lisenssivakuutuksen piiriin, joka on siis viime vuoden lisenssipelaajilla voimassa 31.3.2009 saakka.

Kustannukset

Leiripäivät ovat maksullisia, jotka pitävät sis. tilat, kouluttajat sekä niiden kulut ja mahdolliset koulutusmateriaalit. Joukkumaksu on suoritettu ennen ensimmäistä leiripäivää. Kyseinen maksu pitää sisällään kaikki Training Campin leiripäivät. Kuljetuskustannukset jäävät osallistujien tai seurojen kustannettavaksi. Jos ilmoittautuneista pelaajista jää joku pois, ilmoita siitä Satakunnan Pesäpallo ry:hyn mahdollisimman nopeasti. Jos ilmoitat mukaan uuden pelaajan, niin käy täyttämässä ilmoittautumislomake osoitteessa http://www.pesis.fi/koulutustoiminta/c-nuorten_training_camp-leirit/lantinen/.

Training Camp netissä osoitteessa http://www.satakunnanpesis.com/trainingcamp_2009.html

Terveisin,

Mikko Virtanen
toiminnanjohtaja
Satakunnan Pesäpallo ry
044 - 3723200
mikko.virtanen@satakunnanpesis.com

Risto Ojanperä
valmennus- ja koulutuspäällikkö
Suomen Pesäpalloliitto ry
046 - 8782199
risto.ojanpera@ppl.slu.fi