



18. Warrior elämysten kiekkoleiri Tanhuvaara
4.-7.6.2018 SAVONLINNAN TANHUVAARAN URHEILUOPISTO



ma 4.6 teema: **TUTUSTUMINEN - KUNNIOITUS**
R1 ja R2 **jääteema: luistelu**

10.00	ilmoittautuminen ja kokoontuminen omaan ryhmään	jäähalli , ryhmän pukuhuone
10.15	leiri-info (leiriläiset ja vanhemmat)	auditorio
10.45	tutustuminen ja pelit/kisat	monitoimihalli/kentät/jäähalli
12.15	lounas	
13.15	R1 jääharjoitukseen valmistautuminen ja R2 majoittautuminen	
14.00-15.30	R1 lajitekniikka ja pelijää , R2 jääharjoitukseen valmistautuminen	jäähalli+monitoimihalli/kentät
15.45-17.15	R2 lajitekniikka ja pelijää , R1 ja R2 loppuverytely	jäähalli+monitoimihalli/kentät
17.00-18.00	päivällinen	
18.15	kiekonhallinta (kiekko, puukuula, pallot...)	monitoimihallihalli/tenniskentät
19.00	uinti ja sauna	Sport Spa
21.15	iltapala ja iltatoimet	
22.15	hiljaisuus	

ti 5.6 teema: **YHTEISPELI - YHTEISÖLLISYYS**
R1 ja R2 **jääteema: kiekonkäsittely, syöttö ja syötönvastaanotto**

8.00	herätys, aamutoimet ja aamupala	
8.45	päivän aloitus (ravinto)	Torkkeli-luentosali
9.00	yleisurheilua	monitoimihalli/kentät
11.30	lounas	
12.15	mailapelejä	monitoimihalli/kentät
13.00	R2 jääharjoitukseen valmistautuminen R1 kiekonkäsittelytempot	
14.00-15.30	R2 lajitekniikka ja pelijää ja R1 jääharjoitukseen valmistautuminen	jäähalli+monitoimihalli/kentät
15.45-17.15	R1 lajitekniikka ja pelijää ja R 2 kiekonkäsittelytempot , R1 ja R2 loppuverytely	jäähalli+monitoimihalli/kentät
17.00-18.00	päivällinen	
18.15	mailapelejä	kentät/monitoimihalli
19.00	seinäkiipeily	monitoimihalli
21.15	iltapala ja iltatoimet	
22.15	hiljaisuus	

ke 6.6			teema: OMATOIMISUUS - ERINOMAISUUDEN TAVOITTELU
R1 ja R2		jääteema: laukaus ja maalinteko, peli	
	8.00	herätys, aamutoimet ja aamupala	
	8.45	päivän aloitus (Kunnioita Peliä)	Torkkeli-luentosali
	9.00	fyysisten valmiuksien kehittäminen (pelit, leikit - polkuautot)	monitoimihalli/kentät
	11.30	lounas	
	12.15	patikkaretki ja R1 jääharjoitukseen valmistautuminen)	Purnu
	14.00-15.30	R1 lajitekniikka ja pelijää ja R2 jääharjoitukseen valmistautuminen	kuntosali/kentät
	15.45-17.15	R2 lajitekniikka ja pelijää ja R1 ja R2 loppuveryyttelyt	
	17.00-18.00	päivällinen	
	18.15	beach volley cup	
	19.00	rantasauna ja uinti	rantasauna
	21.15	iltapala	
	22.15	hiljaisuus	

to 7.6			teema: PELIPÄIVÄ - HAUSKUUS
R1 ja R2		jääteema: peli	
	8.00	herätys, aamutoimet ja aamupala	
	8.45	pelipäivän palaveri (minä urheilijana)	Torkkeli-luentosali
	9.15	kisat (laukaisututka, tarkkuus, kiekon/kuulan käsittely...)	kentät/monitoimihalli
	11.30	lounas ja huoneiden siivous/luovutus	
	13.15-15.30	pienpelit, kisat ja peli (koppi kuntoon)	jäähalli
	16:00	leirinpäättös omassa ryhmässä, ruokailu ja kotiinlähtö	jäähalli, ryhmän pukuhuone

JÄRJESTÄJÄLLÄ ON OIKEUS TARVITTAESSA MUUTTAA OHJELMAA .

