



9. tyttöjen Warrior kiekkoleiriTanhuvaara

8.-11.6.2018 TANHUVAARA SAVONLINNAN URHEILUOPISTO



pe 8.6 **teema:** **TUTUSTUMINEN, KUNNIOITA PELIÄ**
jääteema: luistelu

10.00	ilmoittautuminen ja kokoontuminen omaan ryhmään	jäähalli
10.15	leiri-info (leiriläiset ja vanhemmat)	Torkkeli-luentosali
10.45	tutustuminen ja pelit/kisat	kentät/monitoimihalli
12.00	lounas ja majoittuminen	
13.00	pallopelit ja jääharjoitukseen valmistautuminen	kentät/pallohalli
15.30-17.00	lajitekniikka jää ja pelijää	jäähalli
17.15	loppuveryttytely	kentät/monitoimihalli
17.45	päivällinen	
18.15	kiekonhallinta (kiekko, puukuulat, pallot...)	tenniskentät/monitoimihalli
19.00	uinti ja sauna	Sport Spa
21.15	iltapala ja iltatoimet	
22.15	hiljaisuus	

la 9.6 **teema:** **YHTEISPELI**
jääteema: syöttö ja syötönvastaanotto

8.00	herätys, aamutoimet ja aamupala	
8.45	päivän aloitus (ravinto)	Torkkeli-luentosali
9.00	yleisurheilua	Yu-kenttä, monitoimihalli
11.00	lounas	
12.00	mailapeli/kikat ja jääharjoitukseen valmistautuminen	tenniskentät/monitoimihalli
13.00-14.00	lajitekniikka jää	jäähalli
14.15	loppuveryttytely ja mailapeli/kikat	kentät/monitoimihalli
15:30	mailapelejä	ulkokentät/monitoimihalli
17.00	päivällinen	
17.30	jääharjoitukseen valmistautuminen	jäähalli+monitoimihalli/kentät
18.30 - 19.30	pelijää	jäähalli+monitoimihalli/kentät
19.45	seinäkiipeily ja liaanihyppy	monitoimihalli
21.15	iltapala ja iltatoimet	
22.15	hiljaisuus	

su 10.6 teema: OMATOIMISUUS

jääteema: kiekonkäsittely, laukaus ja maalinteko

8.00	herätys, aamutoimet ja aamupala	
8.45	päivän aloitus (kunniota peliä)	Torkkeli-luentosali
9.00	fyysisten valmiuksien kehittäminen	kentät/monitoimihalli
10.30	polkuautot, ergosoutu, pelit ja kisat	kentät/monitoimihalli
12.00	lounas	
13.00	jääharjoitukseen valmistautuminen	jäähalli+monitoimihalli/kentät
14.15 - 15.45	lajitekniikka jää	jäähalli+monitoimihalli/kentät
16.00	loppuveryyttely	monitoimihalli/kentät
17.00	lounas	
18.00	beach volley turnaus	beach volley kentät
19.00	rantasauna ja uinti	rantasauna
21.15	iltapala	
22.15	hiljaisuus	

ma 11.6 teema: PELI

jääteema: peli

8.00	herätys, aamutoimet ja aamupala	
8.45	pelipäivän palaveri (minä urheilijana)	Torkkeli-luentosali
9.00	kisat (nopeus, ketteryys)	monitoimihalli/kentät
11.00	lounas	
12.15-13.45	Pelit ja kopin siivous	jäähalli
14.30-16.00	kisat (laukaisututka, tarkkuus, kiekonkäsittely)	tenniskentät/monitoimihalli
16.00	leirinpäätös ryhmittäin, ruokailu ja kotiinlähtö	jäähalli

JÄRJESTÄJÄLLÄ ON OIKEUS TARVITTAESSA MUUTTA OHJELMAA .



