

ENNAKKOINFOA FINNHOCKEY SCHOOL-LEIRILLE OSALLISTUVILLE

PAIKKA: Suomen Urheiluopisto Vierumäellä sijaitsee n. 15 km Heinolasta ja n. 30 km Lahdesta. Valtatie E75:ltä on opastus Urheiluopistolle. Urheiluopistolle on myös hyvät bussiyhteydet sekä Lahdesta että Heinolasta.

MAJOITUS: Osallistujat majoittuvat opistotason majoituksessa täysihoidolla, vuodevaatteet sisältyvät majoitukseen.

TARKEMMAT OHJEET: Tarkemmat ohjeet ja leiriohjelmat lähetetään lähempänä leirinne ajankohtaa, jolle olette ilmoittautuneet.

VARUSTEET: Tässä vaiheessa pystytte jo varautumaan leirillä vaadittaviin varusteisiin. Leirillä on maksullinen luistinteroitusmahdollisuus erikseen sovittavana ajankohtana. Mukavan leirikokemuksen takaamiseksi leiriläisen luistimet, kuten muutkin varusteet, tulisi olla kunnossa leirille saavuttaessa. Jokaisen pojan/tytön tulee ottaa mukaansa henkilökohtaisen pelivarustuksensa lisäksi seuraavat tarvikkeet:

1. 1-2 mailaa
2. Vähintään kolme alusvaatekertaa (harjoituksissa käytettävät alusvaatteet) + muut alusvaatekerrat
3. Oheisharjoituksia varten verryttelypuku, urheilutossut, urheilupaitoja jne.
4. Lämmintä vaatetta kylmien päivien varalta
5. Uima-asu, peseytymisvälineet ja pyyhe jäähallille (majoituksessa on oma pyyhe)
6. Sisäpelitossut (jos sinulla on)
7. Varustehenkari (jos sinulla on)
8. Oma juomapullo
9. Mahdolliset varusteteipit ja eristysnauhat

RUOKAILU: Leirin hintaan kuuluu täysi hoito sisältäen aamupalan, lounaan, päivällisen ja iltapalan. Allergiasta johtuvat erikoisruokavaliot, joita ette ole ilmoittaneet leirille ilmoittautumisen yhteydessä, tulee ilmoittaa etukäteen osoitteeseen marko.valencic@vierumaki.fi.

RAHANKÄYTTÖ: Kurssin hintaan kuuluu täysihoito, mikä kattaa aamiaisen, lounaan, päivällisen ja iltapalan. Alueella toimii kahvio, joista saa virvokkeita sekä makeisia. Ohjelmassa on monipuolista tekemistä ja liikumme eri puolilla aluetta jolloin suurten taskurahojen mukana kantamista on syytä välttää.



HUOLTO: Kiekkokoulussa ei erikseen ole huoltajaa. Tämän vuoksi leiriläisen varusteet on syytä tarkistaa kuntoon ennen leirin alkua kotona. Leirillä on mahdollisuus maksulliseen luistinten teroitukseen (5€ kerta) leirillä erikseen sovittavana ajankohtana.

VAKUUTUS: Ensisijaisena vakuutuksena toimii Suomen Jääkiekkoliiton lisenssivakuutus. Hoida vakuutus kuntoon, jos sinulla ei ole voimassa olevaa lisenssivakuutusta. Lisätietoa osoitteesta:

<http://www.finhockey.fi/index.php/pelaajalle/pelipassit>

KIEKKOKOULUN HENKILÖKUNTA: Jokaisella kiekkokouluviikolla toimivat:

1. Kiekkokoulun rehtori, joka vastaa yleisjärjestelyistä ja kiekkokoulun toiminnasta
2. Ryhmää kohti: 2 vastuuvalmentajaa + apuvalmentaja + maalivahtivalmentaja

OSALLISTUMISMAKSU: Hinta sisältää majoituksen, ruokailut, jääharjoittelun, oheisharjoitukset, harjoituspaidan, t-paidan ja opetuksen.

FLOWPARK : Leirin elämyksiin kuuluu vierailu Flowparkissa. <http://vierumaki.fi/flowpark/>

YHTEYSTIEDOT:

Marko Valencic (046 9231980) tai marko.valencic@vierumaki.fi.

