

**HUOM!**  
Hakuaika  
15.4.-31.5.2019



# YLÄKOULULEIRITYS

Valtakunnallinen yläkoululeiritys on osa Suomen Olympiakomitean urheiluakatemiaohjelmaa.

**Yläkoululeiritys on suunnattu 7.-9.-luokkalaisille tavoitteellisesti urheiluun suuntautuneille nuorille.** Leirityksessä yhdistetään koulunkäynti tasapainoiseen elämäntapaan ja harjoitteluun.

**Mikä?** Valtakunnallisesti hyväksytyjen urheiluakatemioiden ja valmennuskeskusten yhdessä johtama ja toteuttama leirityskokonaisuus yhteistyössä lajin kanssa. Pitkäjänteinen prosessi, jonka sisällöt ovat Olympiakomitean koordinoimaa ja hyväksymää toimintaa.

**Kenelle?** Toimintaan haetaan tavoitteellisesti jääkiekkoa pelaavia 7.-9. luokkalaisia poikia ja tyttöjä (-04 - -06 synt.). Leiri on suunnattu ensisijaisesti niille, joilla ei ole omassa arkiympäristössä toistaiseksi mahdollisuutta osallistua tehostettuun harjoitteluun.

## Jääkiekon leiritys

### PAINOPISTEALUEET

#### URHEILULLINEN KEHITYMINEN

(lajitaidot, fyysiset ja psyykkiset ominaisuudet)

#### KOULU / OPISKELU

(jokaisen leiripäivän sisältöön kuuluu kouluun varattu jakso)

#### ELÄMÄNHALLINTATAIDOT

(arjenhallinta, psyyke, ravinto)

#### LEIRIAJANKOHDAT:

- Leiri 1** 2.-5.9.2019  
**Leiri 2** 4.-7.11.2019  
**Leiri 3** 3.-6.2.2020  
**Leiri 4** 20.-23.4.2020

**Leirit alkavat** aloituspäivänä klo 13.30 ja päättyvät päätöspäivänä klo 16.00

**Toteutuksessa mukana:** Suomen Urheiluopisto, Suomen Olympiakomitean virallinen urheilu- ja valmennuskeskus, Suomen Jääkiekkoliitto, Haaga-Helia ammattikorkeakoulu, Vierumäen toimipiste

#### Yhteistyössä mukana:

- Päijät-Hämeen Urheiluakatemia
- Leiritykseen osallistuvien pelaajien koulut

**HINTA**  
68 €/hlö/vrk

Sis. valmennuksen, majoituksen ja ruokailut (aamupala, lounas, päivällinen, iltapala)

**Yläkoululeirityksen koordinaattori**  
**Ville Kämppe**, 040 715 9784  
ville.kamppi@vierumaki.fi

**Suomen Jääkiekkoliitto, Junioripäällikkö**  
**Kalle Väliäho**, 045 2671 681  
kalle.valiaho@fnhockey.fi

**Tarkemmat hakuohjeet ja lisätiedot:** vierumaki.fi/ylakoululeiritys

**Klikkaa tästä hakulomakkeelle!**



OLYMPIC  
TRAINING  
CENTER  
VIERUMÄKI