

Nuorten sisuleirit alkavat!

Yleisurheilijoiden Sisuleirit jatkuvat taas tulevana talvena kolmena päivän kestäväenä leirinä.

Ne on tarkoitettu noin 10-14 -vuotiaille (synt. 2002-2007) hämäläisille tytöille ja pojille, Mukaan pääsevät kaikki halukkaat seuroissa lajia harjoittelevat.

Leiriajat:

- ensimmäinen Tampereella Pirkkahallissa la **3.12.2016 klo 10-16.**

- seuraavat samassa paikassa la **21.01.2017** ja su **02.04.2017 kello 10-16.**

kokoontuminen leirien alussa B-hallissa (pikkuhalli) korkeus- ja seiväshyppypaikalla

Halleissa pidettävät leirit kestävät siis yhden päivän, jonka aikana tehdään kaksi harjoitusta aamu- ja iltapäivällä ja välissä on ruokailu. Ohjelmassa on monipuolista, pääasiassa lajiharjoittelua eri lajeissa (pikajuoksu, aitajuoksu, hyyt, heitot). Harjoittelu on pääosin iän mukaisissa ryhmissä.

Leireille tarvitaan mukaan urheiluvarusteet.

Leirin hinta on **25 euroa** sisältäen myös ruokailun ja hallimaksun. Leirimaksu seuralta tai urheilijan maksaessa kerätään leirin aikana. Laskutuksen hoitaa Tampereen Urheilijat -38.

Ilmoittautuminen ensimmäiselle leirille **tiistaihin 29.11.2016 mennessä** sähköpostilla, johon täytetään alla olevat tiedot:

Urheilijan nimi, puhelin, sähköpostiosoite, syntymäaika, seura, ja valmentajan tai ohjaajan nimi ja sähköpostiosoite:

Nämä tiedot lähetetään sähköpostilla: panusiltanen@hotmail.com tai puhelimella: 0400-648 547.

Voitte laittaa tämän tiedotteen eteenpäin urheilijan kotiin.

Tiedustelut: Panu Siltanen puh. 0400-648 547

Tervetuloa leireille!