

# Siipe C-pojat Vuokatin leiriohjelma 6-8.2.2009

## PERJANTAI

13:00 Lähtö AHMON koululta :

Varaa käteisenä osallistumismaksu 100 €+ kyytimaksu 15 €/ junnu,( HUOM aikuiset 123€ sis pelkän täyshoidon ilman iltapalaa) (kuskien penskoilta ei mene kyytimaksua: kuskeina Merja, Riksi, Erkki, Hannu ja Pete)

15:30 Tulo Vuokattiin, majoittuminen, paikkoihin tutustuminen

16:30 Päivällinen

19:00 1h Treenit Vuokattihalli, kentät 4-7 (Mikko Kuosmanen)

20:15 Sauna

21:30 Iltapala huoneistoissa (jojo varaa eväät junnuille kämpille)

22:30 Nukkumaan

## LAUANTAI

6:45 Herätys

7:00 Aamupala

8:00 2h Treenit Vuokattihalli, kentät 4-7 (Mikko Kuosmanen)

11:00 Lounas (virall. alkaen 11:30, ollaan ekana jonossa)

12:00 Luento yhdessä Pöytyän kanssa (sisäpeli, Mikko Kuosmanen)

13:30 Kevyt välipala / päiväkahvit, pelisääntökeskustelut

14:30 Ulkoliikuntaa

16:30 Päivällinen

18:00 2h Treenit Vuokattihalli, kentät 4-7

20:15 Sauna

21:30 Iltapala (varaa ekstrarahaa 10-20 euroa: sovelletaan paikan päällä)

23:30 Nukkumaan

## SUNNUNTAI

7:15 Herätys

7:30 Aamupalat, tavarat kokoon

9:00 2h Treenit Vuokattihalli, kentät 4-7

11:00 Uimaan jos huvittaa ( 2:50 euroa)

12:30 Lounas

13:30 Kotiin lähtö

15:30 Paluu MANTULLA

## MUKAAN :

- rahaa yht. n. 150 €: Osallistumismaksu kattaa: majoitus täysihoidolla( iltapala ei kuulu täyshoittoon) 88 e/junnu ; aik 123euroa, ulkopuol kouluttaja 85 e/ h x ?/ koko joukkue, iltapalat 5e+10-20 e, kyytimaksun 15 e/kyydittävä

- pesäpallovarustus (kypärä, räpsä ja maila), juomapullo, sisäpelikengät

- verkkarit ja muuta sisäliikunta vaatetusta

- ulkoliikuntavarustus (sopivat kengät kävelyyn ja pelaamiseen)

- vaihtovaatteita (paitoja, sukkia, kalsareita)

- myös lämmintä vaatetta riittävästi (hanskat, pipo, villapaita ja pitkät kalsarit)

- uikkarit

- henk.koht. hygienia varustus (hammasharja ja -tahna, shampoo ja dödöt)

- henk. koht. lääkkeet

- käyttörahho sopivasti

- lisä pyyhe (hikipyyhe)

- esim. pelikortit

- EI karkkia, sipsejä ja limua!, muuta evästä voi ottaa esim. baanaaneja jne.!

Kuitenkin on syytä välttää liiallista varusteiden paljoutta, joka autossa on 5 ihmistä ja näitten kamat.

Hotellisauna on lämpimää joka päivä klo 16-22 päärakennuksessa/ruokasalirakennuksessa.

Majoitukset viereisessä rakennuksessa, 4h huoneistoissa Uusi-Uutela , aikuisille varattu 2h huoneissa (sis. keittiö, 2 x 2hh, suihku/wc, kuivaushuone