

U16- ja U18-valmennusryhmien leiri Pajulahdessa 16.-19.7.2023

U16- ja U18-valmennusryhmien seuraava leiri pidetään Pajulahdessa 16.-19.7.2023. Pajulahteen on tarkoitus siirtyä suoraan Lahdesta 16.7. kilpailupäivän päätteeksi. Leirillä melotaan mm. 2000m testit sekä harjoitellaan mahdollisia PM-kilpailuiden miehistökokoonpanoja. Leiriohjelma toimitetaan ilmoittautuneille viikolla 28.

Leiri alkaa sunnuntaina 16.7. noin klo 19 ja päättyy keskiviikkona 19.7. lounaan jälkeen noin klo 14.

Henkilökohtaiset valmentajat ja seuravalmentajat ovat tervetulleita mukaan. SMSL tukee kyseisten valmentajien osallistumista kustantamalla 50% leirin hinnasta, ja tällöin valmentajat toimivat leirillä mahdollisuuksien mukaan vastuupalmentajien apuna.

Seuratoimijat tai vanhemmat, jotka ovat kiinnostuneita valmennuksesta ja toimivat seurassa nuorten urheilijoiden tukena, ovat myös omakustanteisesti tervetulleita osallistumaan leirille ja siten hankkimaan kokemusta valmennustoiminnasta.

Leirin hinta:

- Alle 16v melojat: 230 e
- 17v täytäneet melojat: 240 e
- Henkilökohtaiset ja seuravalmentajat: 120 e

Leirihintaan kuuluu majoitus Pajulahden urheiluopistolla sekä seuraavat ruokailut: su illallinen, iltapala, ma ja ti aamupala, lounas, illallinen, iltapala, ke aamupala ja lounas, sekä valmennus.

Ilmoittautuminen leirille tapahtuu [Suomisportin kautta](#) 23.6. mennessä. Mikäli vapaita paikkoja jää valmennusryhmäurheilijoiden ilmoittauduttua, leirille otetaan mukaan myös muita halukkaita 16-18-sarjalaisia urheilijoita. Vapaat paikat täytetään yhteydenottojärjestyksessä, ja valmennusryhmien ulkopuolisten urheilijoiden toivotaan ilmoittavan halukkuudestaan osallistua mahdollisimman pian (viimeistään 23.6.).

Tarvittaessa lisätietoja leiristä saa ottamalla yhteyttä vastuupalmentajiin.

Tervetuloa leirille!

Vastuupalmentaja (U16)
Netta Malinen, 045 2117593
netta.malinen@smsl.fi

Vastuupalmentaja (U18)
Jeremy Hakala, 045 78404252
jeremy.hakala@smsl.fi