

AMPUMAUURHEILUN VALTAKUNNALLINEN AKATEMIALEIRITYS 2017–2018

Etelä-Savon urheiluakatemia ja Tanhuvaaran Urheiluopisto järjestävät neljä ampumaurheiluleiriä Tanhuvaaran Urheiluopistolla.

LEIRIAJANKOHDAT	10.–13.10.2017
	28.11.–1.12.2017
	15.–18.1.2018
	26.–29.3.2018

MITÄ AKATEMIALEIRI SISÄLTÄÄ:

- Tavoitteellisen urheilijapolun rakentamistyön aloittaminen ja sen kokonaisvaltainen tukeminen
- Urheiluopiston osaamisen ja vahvuuksien hyödyntäminen sekä yhteistyö kodin, koulun ja seurojen kanssa
- Painopisteenä ovat elämänhallintataidot (mm. ajanhallinta, ravinto, lepo, unikoulu, psyykinen valmennus ja sosiaalinen elämä)
- Ominaisuus- ja lajivalmennuksen

KENELLE AKATEMIALEIRI ON TARKOITETTU?

- 7.–9.luokan opiskelijoille (02–04-syntyneet tytöt ja pojat)
- 2. asteella opiskeleville (01–98-syntyneet tytöt ja pojat)

OPISKELU

- Leiripäivinä hoidetaan opiskelu/ tehtävät ohjatusti urheiluopistolla, 3–4 tuntia/ päivä ammattiohjaajan johdolla
- Opiskelu toteutetaan ”läksy-periaatteella”

HARJOITTELU

- Leireillä harjoitellaan 2 kertaa päivässä lajivalmentajan johdolla ilma-aseilla
- Koordinoitu yksilöllinen urheilijan kehittäminen
- Ohjelmoitu harjoittelu
- Painopisteenä taito ja lajiharjoittelu
- Monipuolinen testaus ja seuranta



HAKEMUKSET 2017

Hakemukset 1.5.2017 mennessä:
www.tanhuvaara.fi/urheilijat/ylaekoululeirit

TIEDUSTELUT JA LISÄTIEDOT:
timo.rautio@ampumaurheiluliitto.fi
Puh: 040 820 2300

marko.leppa@ampumaurheiluliitto.fi
Puh. 040 510 5323

HINTA 230 € / HLÖ / LEIRI

Täysihoidohintaan sisältyy majoitus, aamiainen, lounas, päivällinen ja iltapala. Lisäyö (su–ma) + aamiainen 45 € / hlö.

PÄIVÄLEIRIHINTA 180€ / HLÖ / LEIRI

sis. lounaat, päivälliset sekä ilpalat.