

SATAKUNNAN HIIHDON PIIRILEIRITYS 2017

Perjantai 22.9.

- 17.30** Ilmoittautuminen / Majoittautuminen (Jämin hiihtoputkella)
18.15 Leirin avaus (Reima Countryn alakerrassa)
19.00 Testijuoksu 2 x 3,3 km (2005 ja aikaisemmin syntyneet),
1 x 3,3 km (2007-2006 synt.) Loppuverryttely + peseytyminen
21.00 Iltapala
22.30 HILJAISUUS !



Lauantai 23.9.

- 7.30** Herätys
7.45 Aamulenkki
8.00 Aamiainen
9.15 Lihaskuntotestit (kaikki)
10.00 Hiihto vapaa + palauttava JK (2004 ja vanhemmat) ja koordinaatio (2005 ja nuoremmat)
10.45 Hiihto vapaa + palauttava JK (2005 ja nuoremmat)
12.00 Lounas
15.00 Sauvarinne (2004 ja vanhemmat) ja SK + loikat (2005 ja nuoremmat)
17.30 Päivällinen
19.00 Leirikivaa + lihashuolto
21.00 Iltapala
22.30 HILJAISUUS !



Sunnuntai 24.9.

- 7.30** Herätys
7.45 Aamulenkki
8.00 Aamiainen
9.00 Hiihto perinteinen + SK-lenkki (2005 synt. ja nuoremmat)
9.00 Koordinaatio ja hiihto perinteinen + SK-lenkki (2004 synt. ja vanhemmat)
12.30 Lounas
13.15 Info / leirin päätös (Reima Countryn alakerta)
vanhemmat ja valmentajat mukaan
14.00 Kotiin