

5-OTTELULEIRI 4.-9.6.2023 Puolan Drzonkówissa



<https://visitzielonagora.pl/en/sekcja/the-provincial-sports-and-recreation-centre-wosir/>

OHJELMA

Leirillä harjoittelempa kaikkia lajeja:

- Miekkailu
- Uinti
- Laser run
- Ratsastus (ratsastaville osallistujille)

Harjoittelempa ryhmässä saman aikataulun mukaisesti, mutta harjoituksen sisällä otetaan huomioon yksilöllisesti jokainen leiriläinen, jotta rasiustaso säilyy kaikkien kohdalla kohtuullisena ja harjoitukset kehittävinä.

Saapumispäivänä sunnuntaina tutustumme paikkoihin kevyen juoksun merkeissä, jonka jälkeen on uinti. Viikolla harjoitukset ovat aamu ja iltpäivisin. Tuleva ohjelma täsmentyy, kun saamme leirille osallistuvien listan ja mahdollisten kv. leiriläisten ohjelman. Lähtöpäivänä perjantaina harjoittelempa aamupäivällä ja lounaan jälkeen suuntaamme Berliinin lentokentälle.

LENNOT

- sunnuntai 04.06.2023 Helsinki-Berliini
- perjantai 09.06.2023 Berliini-Helsinki

HINTAAN SISÄLTYY

- reittilennot Helsinki - Berliini - Helsinki turistiluokassa
- kuljetus Berliini - Drozkow - Berliini
- majoitus kahdenhengen huoneessa (5 yötä)
- täysihoito (3 ateriala)
- harjoitusohjelma päävalmentajan (Jouko Pakarinen) ohjauksessa

HINTA-ARVIO (lopullinen hinta määräytyy ilmoittautuneiden määrän mukaan)

Aikuiset (HML5 jäsenet)	750 €/hlö
Nuoret (HML5 jäsenet)	650 €/hlö
Muut	850 €/hlö

(Ratsastus ei sisälly kokonaishintaan; ratsastusmaksu 50 €/kerta).

Ennakkomaksu - maksetaan viimeistään: **7.2.2023; 200 €**.

Loppusumma – viimeistään (lähetetään lasku sähköpostilla): **16.5.2023**.

ILMOITTAUTUMISET tiistaihin 31.1.2023 klo 23.59 MENNESSÄ!

Ilmoittautuminen tapahtuu linkistä: <https://www.hml5.fi/toiminta/kisaleirit-yms/puolan-5-otteluleiri-4-9-6-2023/>

