

VETERAANILEIRI, KAIKKI ASEET

Tervetuloa Suomen Miekkailu- ja 5-otteluliiton ja Oulun Miekkailuseuran järjestämälle veteraanimeikkailuleirille Oulussa 3-5.8.2018!

Leiri pidetään valmentajakoulutuksen yhteydessä Oulussa / Limingassa. Kouluttajana toimii Francesco Martinelli ja Teemu Tokola, sekä valmentajakoulutukseen osallistujat.

Teemat:

Leirin teemat noudattavat valmentajakoulutuksen sisältöä. Koulutuksen teemat ovat:

- Taitoharjoittelu miekkailutaidon kehittämisessä

Kädentaitojen sekä silmäkäsikoordinaation sekä tasapainon harjoittelu miekkailuharjoittelun tukena

- Miekkailijan intuitio

Ratkaisutilanteen liikevalinta ja sen harjoittelu

- Harjoittelun painopisteet

Miekkailijan tärkeimpien kehitystarpeiden valinta ja painottaminen harjoittelussa

- Taktiikka

Miekkailijan taktisen ymmärryksen kehittäminen

Aikataulu:

La 4.8

- 10.00 - 12.30 Harjoitus 1
- 12.30 - 13.30 Lounastauko
- 13.30 - 16.00 Harjoitus 2

Su 5.8

- 10.00 - 12.30 Harjoitus 3
- 12.30 - 13.30 Lounastauko
- 13.30 - 16.00 Harjoitus 4

Lisäksi mahdollisuus miekkailla pe 3.8. klo 18-20. Aikataulu saattaa vielä tarkentua.

Hinta: 50€. Lounaat sisältyvät hintaan.

Tarvitset mukaan miekkailuvarusteiden lisäksi sisä- ja ulkoliikuntaan sopivat vaatteet ja varusteet. Leiriläiset vastaavat majoituksestaan ja muista ruokailustaan itse. Leiri pidetään Oulun Miekkailuseuran uudella salilla osoitteessa Alasintie 5.

Ilmoittautumiset ja maksu [SuomiSportin kautta](#) viimeistään 22.7.2018.

Lisätietoja seurakehittäjältä, saskia.halminen@fencing-pentathlon.fi, puh 046-9212290 tai koulutustyöryhmän puheenjohtaja Tanja Tammimies, tanja.tammimies@gmail.com, puh 040-8223981.

Tervetuloa!

