

AVOIN LEIRIKUTSU – AMPUMAHIIHTOLEIRI

Kotka, Honkala 25-26.5.2024



Mitä, missä, milloin:

Etelä-Suomen Ampumahiihto ry (ESAH) järjestää avoimen ampumahiihtoleirin Kotkan Honkalassa, Honkalan Hiihtostadion Honkalantie 12 Laajakoski. Leirille voivat osallistua kaikenikäiset ampumahiihdon harrastajat. Hiihtostadionin huoltorakennuksessa on mahdollisuus omatoimiseen ruokailuun. Mahdolliset majoittumistarpeet Kotkan alueelta varattava itse. Leirin järjestäjä ei varaa majoituksia.

Valmentajatiimi:

Leirin valmentajina toimivat Ville Valjus ja Jukka Pätäri

Ilmoittautuminen: Sähköpostitse osoitteeseen jukka.o.patari@gmail.com 21.5.2024 mennessä.

Hinta:

Valmennusmaksu 20 eur. mitä ei kuitenkaan peritä ESAH ry:n jäsenseuralaisilta. Maksutiedot ilmoitetaan tarvittaessa.

Leiriohjelma:

Leiriohjelma painottuu ammuntaan. Alustava ohjelma ohessa.

25.5 Ap Ammuntaharjoitus klo.10:00-12:00

Ip Loikkaharjoitus / kestovoima 1.30 h veryttelyineen, lyhyt ampumarjoitus klo. 14.30-16.30

26.5 Ap Ammuntaharjoitus klo. 10:00-12:00

Ip Sauvajuoksu harjoitus PK ylä 1:00 h klo. 14:30-15:30

Vakuutus:

Jokaisen osallistujan tulee itsenäisesti huolehtia vakuutusturvastaan tapaturma- ja vastuutilanteiden varalle.

Muuta:

Lisätietoja Jukka Pätäri puh. 0405940229, email: jukka.o.patari@gmail.com. Ilmoittautunut vastaa myöhäisen peruutuksensa aiheuttamista mahdollisista lisäkustannuksista. ESAH pidättää oikeuden muuttaa kutsua.