

Mikko Esko - Lentopalloleiri ma-pe 3.-7.7.2023				
Maanantai 3.7	A	B	C	D
10.00-11.00	Leiri-info, Varalasalai			
11.00-12.00	LOUNAS			
12.00-13.30	Lajiharjoitus, Halli 1	Lajiharjoitus, halli 2	Oheistreenit ulkona, Tahmela	
13.30-14.30	Majoittuminen			
14.30-16.00	Luento 60min		Lajiharjoitus, Halli 1	Lajiharjoitus, halli 2
16.00-17.00	PÄIVÄLLINEN			
17.00-18.15	Lajiharjoitus, Halli 1	Lajiharjoitus, Halli 2	Luento 60min	
18.30-19.45	Uima-allas käytössä		Lajiharjoitus, Halli 1	Lajiharjoitus, Halli 2
20.00-20.30	ILTAPALA, Ravintola Säde			
Tiistai 4.7	A	B	C	D
08.00-09.00	AAMIAINEN			
09.00-10.30	Lajiharjoitus, halli 1	Lajiharjoitus, halli 2	Frisbeegolf 9.30-10.30	Oheistreenit ulkona 9.30-10.30
10.45-12.15	Frisbeegolf 60min	Oheistreenit ulkona 60min	Lajiharjoitus, halli 1	Lajiharjoitus, halli 2
12.00-13.30	LOUNAS			
13.00-14.30	Lajiharjoitus, halli 1	Lajiharjoitus, halli 2	Melonta 13.30-15.00	Frisbeegolf 13.30-14.30
15.00-16.30	Oheistreenit ulkona 60min	Uintia altaalla	Lajiharjoitus, halli 1	Melonta
16.30-18.00	PÄIVÄLLINEN			
18.00-19.00	Uintia altaalla	Frisbeegolf	Oheistreenit ulkona	Lajiharjoitus 18-19.30, halli 2
20.00-20.30	ILTAPALA, Ravintola Säde			
Keskiviikko 5.7	A	B	C	D
08.00-09.00	AAMIAINEN			
09.00-11.00	1)klo 9.00-10.30 Lajitreenit särkänneemen ja Flowparkkiin menijöille, Halli 1 ja Halli 2 2) klo 9.30-11.00 Ulkopalloilu opistolle jääville			
11.00-12.00	LOUNAS			
	1) klo 11.45 Lähtö Särkänneemeen, paluu klo 17.45 2) klo 13.00-16.00 Flowpark 3) klo 13.00-14.30 Lajitreenit opistolle jääville klo 15.00-16.30 Oheistreenit ulkona			
16.30-18.15	PÄIVÄLLINEN			
18.30-21.00	Rantasaunailta, uikkarit ja pyyhkeet mukaan			
	Makkaranpaistoa Takkahuoneilla			
Torstai 6.7	A	B	C	D
08.00-09.00	AAMIAINEN			
09.00-10.30	Roundnet, Tahmela		Lajiharjoitus, halli 1	Lajiharjoitus, halli 2
10.45-12.15	Lajiharjoitus, halli 1	Lajiharjoitus, halli 2	Roundnet, Tahmela	
12.15-13.15	LOUNAS			
13.30-15.00	Melonta	Kehonhuolto 60min	Lajiharjoitus, halli 1	Lajiharjoitus, halli 2
15.30-17.00	Lajiharjoitus, halli 1	Lajiharjoitus, halli 2	Kehonhuolto 60min	Uintia altaalla
17.00-18.00	PÄIVÄLLINEN			
18.00-19.00	Kehonhuolto	Melonta 18.00-19.30	Uintia altaalla	Kehonhuolto
20.00-20.30	ILTAPALA, Ravintola Säde			
Perjantai 7.7	A	B	C	D,
08.00-09.00	AAMIAINEN			
09.00-11.30	Pelipäivä, Halli 1 ja Halli 2			
11.30-12.00	Pakkaaminen ja huoneen luovutus klo12.00			
12.00-13.00	LOUNAS			
13.00-14.00	Leirin päätös ja palkintojen jako, Halli 1			