



## MP-TAITO, JUNIORI JA NUORISO TRIAL- LEIRI RAASEPORIN KISAKESKUKSESSA 25.-29.7.2016

MPT moottorikerho järjestää trial- urheiluleirin lajin juniori ja nuoriso harrastajille Raaseporissa, Kisakeskuksen urheiluopistolla. Pääpaino leirillä tulee olemaan trial- lajikohtaisissa harjoitteissa, leirillä harjoitellaan myös lajia tukevia lihaskuntoharjoituksia ja toimintaa urheiluleirillä.

Aika ja paikka	ma 25.7. klo 1100 – pe 29.7. klo 1400  Majoitus ja ruokailut: Urheiluopisto Kisakeskus, Kullaanniemi 220, Pohjankuru, PL 1, 10471 Fiskars, <a href="http://www.kisakeskus.fi">www.kisakeskus.fi</a> ;  Ajoalueena toimivat: Kisakeskuksen alue, soramonttu Tenholassa ja Pääminen laskettelukeskus (Brunkomin rantatie 1 10410 ÅMINNEFORS, <a href="http://www.paminne.com">www.paminne.com</a> ; )
Henkilöstö	Leirillä päävalmentajana toimii Joa Hindren (25-27.7) lisäksi jokaisella ajoryhmällä on kokenut trial- valmentaja. Leirin järjestelyistä vastaa MP-Taito.
Osallistujat ja kalusto	Leirille voi osallistua kaikki juniori- ja nuorisoikäiset trial harrastajat, jokaisella osallistujalla on oltava käytössään trialmpo / moottoripyörä, leirillä saa ajaa vain trial käyttöön tarkoitettulla moottoripyörällä. Suositeltavaa on varata mukaan alueella liikkumiseen ja oheisharjoitteluun trialpolkupyörä tai vast. Pyöräilyssä on käytettävä pyöräilykypärää.  Leirille voi osallistua ilman huoltajaa tai vanhempaa, tällöin pitää olla sovittu henkilö joka huolehtii nuoren pyörän huollosta ja kuljetuksista.
Majoitus ja ruokailu	Leiriläiset majoittuvat urheiluopistolla mökeissä, leirillä on myös mahdollisuus majoittua omaan matkailuvaunuun / vast.

Aamiainen, päivällinen ja iltapala syödään urheiluopistolla noutopöydästä. Lounas syödään ajoalueella.

Uinti

Leiriläiset voivat vapaa-aikana käyttää uimarantaa ja hyppytelinettä, uinnin aikana täytyy olla sovittu vanhempi joka on uimavalvojana. Ilman sovittua uimavalvojaa ei saa mennä uimaan.

Ajoalue ja Kuljetukset

Ajoalueena toimii Kisakeskuksen maasto, soramonttu Tenholassa ja Päämmin laskettelukeskuksen alue. Pyörien pesu, huolto ja säilytys tapahtuu kisakeskuksella.

Siirtymiset urheiluopiston ja ajoalueiden välillä tapahtuu valmentajien / huoltajien ajoneuvoilla.

Vakuutukset

Jokaisella leirille osallistuvalla juniorilla tulee olla Suomen moottoriliiton ajajalisenssi tai muu soveltuva vakuutus voimassa.

Leirin hinta

Juniorit , 5-17 vuotta, 250 €, sisältää: majoituksen, ruokailut ja valmennuksen.

Huoltajat ja nuoret yli 17 vuotta, 320 €, sisältää: majoituksen, ruokailut ja valmennuksen.

Jos juniori tai huoltaja majoittuu omassa asuntovaunussa tai vast, hinta: 150 € / henk , sisältää: asuntovaunupaikan, ruokailut ja valmennuksen.

Leirin osallistumismaksu maksetaan MPT- tilille: FI43 2255 1800 0183 31 22.7.2016 mennessä, **maksukuitti leirimaksusta esitetään leirin aluksi.**

Ilmoittautuminen

Lisätietoja ja sitovat ilmoittautumiset 26.6.2016 mennessä, osoitteeseen: [jarno.seppanen@luksia.fi](mailto:jarno.seppanen@luksia.fi)

Ilmoita osallistujan: paidan koko, syntymäaika, majoittuminen, mahdolliset ruoka-aineallergiat. Leiripaikat täytetään ilmoittautumisjärjestyksessä.

**Leiriohjelma:****ma 25.7.2016**

<b>aika</b>	<b>tapahtuma</b>	<b>paikka</b>
1100-1130	leirille ilmoittautuminen, majoittuminen	urheiluopiston päärakennus, luentosali
1130-1230	lounas ja majoittuminen	urheiluopisto
1230-1300	siirtyminen ajoalueelle	urheiluopisto-Påminne
1300-1630	trial- harjoitus 1	Påminne
1630-1700	siirtyminen kisakeskukselle	Påminne-urheiluopisto
1700-1800	päivällinen	urheiluopiston ruokala
1800-2130	uinti /iltapala	Ruokala / uimaranta
2200	Hiljaisuus	

**ti 26.7.2016**

<b>aika</b>	<b>tapahtuma</b>	<b>paikka</b>
0700	herätys	
0715-0800	aamuliikunta	palloiluhalli / ulkoalue
0800-0900	aamupala	urheiluopiston ruokala
0930-1000	siirtyminen ajoalueelle	urheiluopisto - Påminne
1000-1200	trial harjoitus 2	Påminne
1200-1300	Lounas	Påminne
1300-1600	trial harjoitus 3	Påminne
1615-1630	siirtyminen urheiluopistolle	Påminne – kisakeskus
1700-1800	päivällinen	urheiluopiston ruokala
1900-2000	pallopelit / pyörä trial	palloiluhalli / ulkokentät
2000-2130	uinti / iltapala	uimaranta / ruokala
2200	Hiljaisuus	

**ke 27.7.2016**

<b>aika</b>	<b>tapahtuma</b>	<b>paikka</b>
0700	herätys	
0715-0800	aamuliikunta	palloiluhalli / ulkoalue
0830-0900	aamupala	ruokala
0930-1000	siirtyminen ajoalueelle	urheiluopisto - Tenhola
1000-1200	trial harjoitus 4	Tenhola
1200-1300	Lounas	Tenhola
1300-1600	trial harjoitus 5	Tenhola
1615-1630	siirtyminen urheiluopistolle	Tenhola - kisakeskus
1700-1800	päivällinen	Rantasauna
1800-2130	sauna, uinti ja iltapala	rantasauna
2200	Hiljaisuus	

**to 28.7.2016**

<b>aika</b>	<b>tapahtuma</b>	<b>paikka</b>
0700	herätys	
0715-0800	aamuliikunta	palloiluhalli / ulkoalue
0830-0900	aamupala	ruokala
0930-1000	siirtyminen ajoalueelle	urheiluopisto - Pääminne
1000-1200	trial harjoitus 6	Pääminne
1200-1300	Lounas	Pääminne
1300-1600	trial harjoitus 7	Pääminne
1615-1630	siirtyminen urheiluopistolle	Pääminne – kisakeskus
1700-1800	päivällinen	urheiluopiston ruokala
1800-2130	Sauna, uinti ja iltapala	rantasauna
2200	Hiljaisuus	

**pe 29.7.2016**

<b>aika</b>	<b>tapahtuma</b>	<b>paikka</b>
0700	herätys	
0715-0745	aamuliikunta	palloiluhalli / ulkoalue
0800-0830	aamupala	ruokala
0900	majoituksen luovutus	
0900-1200	trial- yhteisharjoitus	kisakeskus
1200-1230	suihku	ruokalan alakerta
1230-1300	lounas	ruokala
1300-1400	leirin päätös	urheiluopisto luentosali

Aamupala	7.30-9.00
Lounas	11.00-13.00
Päivällinen	16.30-18
Iltapala	20.30-21.30