



Syysleiri Oulussa

3.–4.11.2018

Tervetuloa Taekwon-Do Akatemian perinteiselle syysleirille Ouluun **3.–4.11.2018**. Leiri on avoin Suomen ITF Taekwon-Do -seuroille sekä kaikille vyöarvoille aina valkoisista mustiin vöihin. Leirin pääopettajana toimii Taekwon-Do Akatemian päävalmentaja mestari Mikko Allinniemi, 7. Dan, apunaan Jukka Ahola, 5. Dan (Oulun ITF Taekwon-Do), Antti Kukkonen, 4. Dan, Jani Salmivaara, 4. Dan (Taekwon-Do Akatemia) sekä Henni Ylimäinen, 3. Dan (Taekwon-Do Tornio). Leiripaikkana toimii poikkeuksellisesti **Tuiran koulu, Koskitie 27, 90500 Oulu**.

HARJOITUSAJAT

LAUANTAI

- 9:00–10:00** Ilmoittautuminen (kaikki)
10:00–11:30 Harjoitus 1 (kaikki)
Ryhmäkuva
Ruokailu
12:30–14:00 Harjoitus 2a (4. gup – Dan)
14:05–15:30 Harjoitus 2b (10. gup – 5. gup)
15:30–16:30 Luento (kaikki)
16:45–18:00 Harjoitus 3 (kaikki | Dan omana ryhmänään)

18:30– Vyökoe (ennakoilmoittautuminen myClubissa)

n. 21:00– Mustien vöiden ja opettajien illallinen Oulun keskustassa

SUNNUNTAI

- 9:30–10:00** Ilmoittautuminen (sunnuntaina saapuneet)
10:00–11:30 Harjoitus 4 (kaikki)
Ruokailu
12:30–14:00 Harjoitus 5a (4. gup – Dan)
13:00–14:30 Harjoitus 5b (10. gup – 5. gup)
15:00–16:00 Harjoitus 6 (kaikki)
16:00–16:30 Leiripaikan siivous (kaikki)

LEIRIMAKSU JA ILMOITTAUTUMINEN

Leirimaksu on **35 €**/hlö koko leiristä tai **22 €**/hlö yhdeltä päivältä. Leirimaksu maksetaan paikan päällä leiripäivän aamuna **käteisellä tai kortilla**. Ennakoilmoittautuminen leirille tapahtuu oman seuran kautta Suomen ITF Taekwon-Don ilmoittautumisjärjestelmään. Taekwon-Do Akatemian harrastajat ilmoittautuvat myClubin kautta. Leirille voi tulla myös ilman ennakoilmoittautumista, mutta se ei ole suositeltavaa.

MUUTA

LISENSSI JA JÄSENMAKSU: Kaikilta osallistujilta edellytetään oman seuran jäsenyyttä ja Suomen ITF Taekwon-Don lajilisenssiä.

HARJOITUSMERKINNÄT: Leiristä myönnetään 10 harjoitusmerkintää (5 kpl/päivä).

YÖPYMINEN: Harjoituspaikalla on yöpymismahdollisuus ja ympärivuorokautinen valvonta. Yöpaikka sisältyy leirin hintaan. Ota mukaan oma makuupussi, makuualusta ja tyynty. Mikäli tarvitset majoitusta pe-la-yöksi, ota yhteyttä leirivastaavaan.

RUOKAILU: Leirillä on tarjolla lounasateria (sis. lämmin ruoka, juoma, leipä ja salaatti) hintaan 8 €/ateria. Ruokailun järjestää Ravintola Pikkelsi. Ruokailu maksetaan käteisellä, ja se on tarjolla myös leiriläisten huoltajille. Ilmoita erityisruokavaliot ilmoittautumisen yhteydessä (Taekwon-Do Akatemia) tai sähköpostitse leirivastaavalle (muut seurat). Lisäksi harjoituspaikan lähellä on kauppoja, ruokapaikkoja sekä kioskeja.

YHTEYSTIEDOT

Jos leirin sisällöstä, aikataulusta tai muista asioista on kysyttävää, ota rohkeasti yhteyttä leirivastaavaan. Leirin aikana (myös yöllä) valvovan henkilön tavoittaa leiripuhelimesta.

INTERNET: www.tkd-akatemia.fi

ENNEN LEIRIÄ: leirivastaava Henri Savilampi (puh. 040 – 829 6214 / e-mail. henri.savilampi@tkd-akatemia.fi)

LEIRIN AIKANA: Taekwon-Do Akatemian leiripuhelin 041 – 7550955 (käytössä pe 2.11. klo 12 alkaen leirin loppuun asti)