

Syysloman taitoluisteluleiri 20.-22.10.2017

**Leiri alkaa perjantaina 20.10. klo 9.00 ja loppuu
sunnuntaina 22.10. klo 16.20.**

Vierailevana tähtivalmentajana kanadalainen Signe Ronka, joka on valmentanut useita maailman huippuluistelijoita. Lisää Signestä ja hänen Flexafit-valmennus-konseptistaan www.flexafit.com

Leiri on suunnattu vähintään 7-vuotiaille kilpaileville yksinluistelijaille. Leirillä paneudutaan ennen kaikkea siihen miten jään ulkopuolella tehdyllä harjoittelulla voidaan tukea lajitaidon kehittämistä. Leirillä keskitytään lajitekniikkaan, kehonhallintaan erilaisten taitoharjoitusten kautta sekä kehonhuoltoon. Leirillä on kaksi jäätä ja kaksi oheista päivässä.

Leiriohjelma sisältää:

- jääharjoittelua
- luistelijan lajiharjoittelua jään ulkopuolella
- taitovalmennusta
- muuta liikunnallista ohjelmaa

Päiväleiri 149 €/hlö, sisältäen lounaan ja päivällisen kaikkina leiripäivinä. Täyshoitoleiri 239 €/hlö, sisältäen majoituksen sekä lounaan ja päivällisen kaikkina leiripäivinä, aamupalan la-su ja iltapalan pe-la.

Lisätietoa leiristä: milja.piittinen@santasport.fi, 0207984206
Ilmoittautuminen 13.10.2017 mennessä santasport.fi/lajileirit

Leiriläisten mukana matkustaville Sporthotellin majoitustarjous

1 hh 99 €/vrk
2 hh 126 €/vrk
4 hh 196 €/vrk

Hinnat sisältävät aamupalan, aamu-uinnin ja aamukuntosalin sekä kylpylän käytön yleisövuoroilla.

Huonevaraukset ja tiedustelut:
sales@santasport.fi, 0207984222



OLYMPIC TRAINING CENTER ROVANIEMI

**SANTA
SPORT**

FLEX△FIT



Santasport Lapin Urheiluopisto | Hiihtomajantie 2 | 96400 ROVANIEMI | santasport.fi