



PRO-leiri 7.-11.7.2018 Piispala

- Paikka:** Piispalan nuorisokeskus, Kurssitie 40, Kannonkoski (ajo-ohje: piispala.fi)
- Majoitus:** Leiriläisten majoitustoiveet otetaan huomioon heidän ilmoittautuessaan jäähallilla. Leiriläiset majoitetaan mökkeihin ja rivitalohuoneisiin. Majoituksissa on petivaatteet ja pyyhkeet.
- Aloitus:** Leirille ilmoittautuminen 7.7. klo 13.30 - 15.00 Piispalan jäähallilla
- Leirin päätös:** Leirin päätös 11.7. noin klo 11.30, jonka jälkeen lounas.
- Varusteet:** Mukaan tarvitset jäävarusteiden lisäksi oheisharjoitteluun sopivat vaatteet (ulko- ja sisäliikunta). Lisäksi jäähallille pukukoppiin oma pyyhe ja peseytymisvälineet, sillä peseytyminen tapahtuu jäähallilla. Ota mukaan lisäksi muistiinpanovälineet (vihko ja kynä) luennolle. Pukukopit ovat käytössä koko leirin ajan.
- Ruokailu:** Leirillä ruokaillaan neljä kertaa päivässä ja lisäksi jäähallilla on tarjolla hedelmävälipalaa koko päivän ajan . Ilmoittautumisjärjestelmässä olevat ruoka-aine allergiat menevät automaattisesti tiedoksi keittiölle. Jos haluat vielä täydentää listaa, niin voit ilmoittaa suoraan emännille 020 7694305.
- Rahankäyttö:** Alueella toimii kahvio/kioski. Fini-kaupassa hyvä valikoima jääkiekkovarusteita, mailoja sekä vaatteita jäähallin 2. kerroksesta. Siellä voi tehdä ostoksia edulliseen hintaan leirin aikana. Myynnissä myös teippiä, erkkää, luistimen nauhoja ym. Maksuksi käy kortti, käteinen ja liikuntasetelit. Emme suosittele suurien rahasummien tuomista leirille.
- Huolto:** Luistimien teroitus- ja profiointipalvelu on veloituksetta leiriläisten käytössä koko leirin ajan. Neuvomme ja opastamme mielellämme henkilökohtaisen profiilin/uran valinnassa.
- Hoidamme pienet kolhut ja rasitusvammat. Lääkettä emme kuitenkaan voi antaa. Ottakaa siis esimerkiksi tulehduskipulääkettä (esim. Burana 400) mukaan; lääkkeen käytössä voimme opastaa. Ilmoittakaa vakituisesta lääkityksestä ilmoittautumisen yhteydessä.
- Ohjelmat:** Leirin lukujärjestykset löytyvät www.fini.fi/lukujarjestykset – linkin takaa.

Tervetuloa!

