

Pohjois-Savon Hiihdon piirileiripäivä Vieremällä 28.5.2022

Piiripäivän teemana: taito, nopeus ja peruskestävyys

Aikataulu

10.00 – 10.30 **livo Nuorisocup palkintojen jako** Vieremän kunnantalolla Myllyjärventie 1, 74200 Vieremä.

Vanhemmat ja huoltajat voivat jäädä kunnantalolle piirin kevät parlamenttiin, jossa myös avointa keskustelua piirin toiminnasta ja kilpailuista.

10.30-12.00 **Harjoitus 1** Kimmoisuus ja ketteryys (lenkkivarusteet ja juomapullo) livo Areenalla, Pamppulantie 4 Vieremä, jossa pukuhuoneissa voi myös vaihtaa varusteita.

12.00-13.00 **Lounas** ravintola Liiterissä Huoltotie 2 Vieremä. Hinta seisovasta pöydästä 9 €/henkilö. Maksu paikan päällä kortti tai käteinen.

13.00-15.00 **Harjoitus 2.** Sauvaharjoitus, peruskestävyys livo Areenalta, jossa pukuhuoneissa voi myös peseytyä harjoituksen päätteeksi

Ilmoittautuminen henkilöittäin piirin sivujen nettilomakkeella 19.5.2022 mennessä.

Ilmoita samalla mahdolliset erikoisruokavaliot.

Lisätietoja tarvittaessa: Mika Suomalainen 0405230313

Tervetuloa Vieremälle!