

JUDOLEIRI LAUKAASSA

29.-30.9.2007

Länsi-Suomen alueleiri

精力善用

Paikka: Sydänlaukaan koulu liikuntasali

Senseit: Aikuiset - Markus Pekkola 3. dan
Juniorit - Heikki Luukkonen 2. dan

Aikataulu:

klo	Lauantai 29.9.2007
09:30 - 10.30	Ilmoittautuminen
10:30 - 12.00	Junioreiden harjoitukset
11:00 - 14.30	Lounas
12:15 - 13.45	Aikuisten harjoitukset
13:45 - 15.15	Junioreiden harjoitukset
16:00 - 18.00	Päivällinen
15:15 - 16.30	Aikuisten harjoitukset
16:30 - 17.15	Randori
18:30 - 21.00	Multamäki vapaata ohjelmaa ja saunomista
21:00 -	Iltapalaa (Multamäessä)

Leirin yhteydessä pidetään aluekokous ajankohta ilmoitetaan myöhemmin.

klo	Sunnuntai 30.9.2007
7.30-9.00	Aamiainen (Huom. Majoituspaikassa Multamäessä)
9.00-10.15	Junioreiden harjoitukset
10.15-11.45	Aikuisten harjoitukset
11.00-13.00	Lounas
13.30-15.00	Yhteisharjoitukset junioreille ja aikuisille
15.00	Leirin päätös

RUOKAILUT

- Laukaan ala-asteen ruokala, joka kävelymatkan päässä (400 m) Leiripaikasta.

Lauantai 29.9.2007

Lounas klo 11.00-14.30

- Broilerpastavuoka, Salaatti (vihreä), Leivät, voi, juomat ja marjakiisseli
- hinta 6,50 €

Päivällinen klo 16.00-18.00

- Jauhelihakastike, perunat, Salaatti, Leivät, voi, juomat ja Hedelmä
- hinta 6,50 €

Sunnuntai 30.9. 2007

Aamiainen klo 8.00-9.00

- puuro, murot, leivät, leikkeleet, jogurtti, tee/kahvi, mehu
- hinta 4,50 €

Lounas klo 11.00-13.00

- Makaronilaatikko, Salaatti, Leivät, voi, juomat ja Jäätelö
- hinta 6,50 €

Erityisruokavaliot pyydetään ilmoittamaan ennakkoon.

MAJOITUS

Majoitus on varattu Multamäen leirikeskuksesta. Varattavana on:

10 kappaletta neljän hengen mökkejä . Majoituksen hinta on 10€/henkilö tai 40 €/mökki. Ei liinavaatteita

Katvela päärakennuksesta majoitusta 30 €/henkilö majoitukseen mahtuu 20 henkilöä. Liinavaatteet kuuluvat hintaan.

Ohjaajarakennus 25 €/henkilö majoittumaan mahtuu 14 henkilöä.

Varaukset tehdään leirin järjestäjän kautta ilmoittautumisen yhteydessä. Mökit/Majoitus varataan ilmoittautumisjärjestyksessä. Majoitushinta sisältää aamu- ja iltapalan.

Multamäessä käytössämme on Sauna, Grillipaikka ja vapaa-ajan aktiiviteetteihin mm. Pienoiskolf, seikkailurata jossa kiipeilyseinä sekä uintimahdollisuus puhtasvetisessä järven. Lisätietoja: <http://www.laukaa.fi/page.php?hid=396>

Huolehdimme majoituksen valvonnasta.

Mökkienluovutus sunnuntaina klo 12:00 mennessä.

Muita majoitusvaihtoehtoja esim.

Hotelli Vuolake 014 833 002 e-mail: myynti@vuolake.fi www.vuolake.fi

Kylpylähotelli Peurunka 014 839 6300 e-mail: peurunka@peurunka.fi

ILMOITTAUTUMINEN

Ilmoittautumiset viimeistään 25.9.2007 mennessä.

Sähköpostilla: helka.maltolahti@hotmail.com

Postitse: Helka Maltolahti
Lemetiläntie 19 as 1, 41340 LAUKAA

Mainitkaa ilmoittautumisen yhteydessä leirille osallistuvien määrä, koko leiri vai päivä, ruokailut / erityisruokavalio, majoitustarve mökeistä ja mahdollinen kyydintarve majoitukseen.

Leirin kokonaishinta on 20 € , yksi päivä 12 €. Sisaralennus 50 %.

Leiri maksut mielellään etukäteen Laukaan Darma Kain tilille:

Laukaan Darma-kai ry 522105-444379

Kopio maksukuitista esitettävä leirin ilmoittautumispisteessä !

Huom ! Majoitus maksetaan vasta leiripaikalla toteutuneiden varausten perusteella

ILTAOHJELMA

Nuorisolle on varattu vapaata ohjelmaa 73 m2 harrastetilassa, jossa voi pelata biljardia, pingistä ja muita pelejä. Käytettävissä on myös majoituksesta löytyvät pienoisgolf, seikkailurata yms. Nuorten Iltapala tarjotaan harrasterakennuksessa.

Aikuisten illanvietto järjestetään multamäessä , vapaamuotoista saunomista ja seurustelua.

Kartta Leirikeskus Multamäkeen:

