

**SAMI "MUSTI" JAUHOJÄRVEN HIIHTOLEIRI 20.-23.6.2022**

## Maanantai 20.6.

14.30-15.00	Leirin avaus	Urheiluhalli (tervetuloa myös vanhemmat!)
15.30-17.30	Lajiharjoitus	Lähtö urheiluhallin edestä
18.00-19.00	Päivällinen	Puhti
19.15-20.15	Luento	Luentokaari
20.30	Iltapala	Puhti
22.00	Hiljaisuus	

## Tiistai 21.6.

08.15-08.45	Aamupala	Puhti
09.00-12.00	Flowpark	Lähtö urheiluhallin edestä
12.15-14.00	Lounas	Puhti
14.15-16.15	Lajiharjoitus	Lähtö urheiluhallin edestä
16.15-17.00	Lihashuolto	Urheiluhalli
17.15-18.15	Päivällinen	Puhti
19.00-21.00	Saunominen	Rantasauna Pihka
21.00-21.15	Iltapala	Puhti
22.00	Hiljaisuus	

## Keskiviikko 22.6.

08.15-08.45	Aamupala	Puhti
09.00-11.15	Lajiharjoitus	Lähtö urheiluhallin edestä
11.45-13.30	Lounas	Puhti
13.30-14.15	Luento	Luentokaari
14.30-15.15	oheisharjoitus	Urheiluhalli
15.45-17.15	Lajiharjoitus	Lähtö urheiluhallin edestä
18.00-19.00	Päivällinen	Puhti
19.00-21.00	Letunpaisto	Saarijärven nuotiopaikka
22.00	Hiljaisuus	



Torstai 23.6.

07.00-08.00	Aamupala	Puhti
08.15-11.00	Syketreeni	Lähtö urheiluhallin edestä
11.15-12.15	Lounas ja huoneiden luovutus	Puhti
12.15-13.00	Kurssin päätös	Urheiluhalli (tervetuloa myös vanhemmat!)

Pidätämme oikeudet muutoksiin!

Tämä kurssi on osa opetusministeriön tukemaa vapaan sivistystyön toimintaa.

