



# HEIMON KESÄLEIRIT 2017 / ETUKÄTEISINFO

Inkkarikesä jatkuu! Heimon kesäleirejä vietetään elokuussa kahden viikon ajan. Seuraavassa lyhyesti infoa kaikille mukaan ilmoittautuneille.

## AIKATAULUT & PAIKKA

Päivittäinen ohjelma kestää kello 9.00–16.00, valvonta järjestetään kuitenkin kello 8.30–16.30. Perjantaina ohjelma loppuu poikkeuksellisesti jo kello 14.30 ja valvonta järjestetään kello 15.00 saakka. Leiriläiset otetaan vastaan ja ovat haettavissa Otahallin pääovella. Viikolla 32 leiri kestää maanantaista keskiviikkoon. Kaikki leiripäivät ovat tällä viikolla normaalin pituisia.

Kaikki toiminta tapahtuu Otahallin läheisyydessä. Sään ollessa todella huono ja ulkoilu siten mahdotonta, järjestetään ohjelma sisällä Otahallissa. Leirin ohjelma alkaa Otahallilla maanantaina 9.00, joten olkaa hyvissä ajoin paikalla!

## OHJAAJAT

Leirin vastuuohjaajina toimivat luotto-ohjaajamme Juhani Immonen ja Sebastian Klärich. Molemmilla valmentajilla on reilusti kokemusta liikuntaleirien ohjaamisesta ja lasten harrastevalmennuksesta.

## LEIRIOHJELMA & VARUSTEET

Leirillä liikutaan todella paljon. Luvassa on muun muassa salibandya, jalkapalloa, erilaisia leikkejä, pihäsählyä, korista, vesisotaa ja leikkimielisiä kisailuja. Ohjelma koostuu lajeista ja leikeistä, jotka ovat mahdollisimman monelle mieleisiä ja helppoja oppia.

Leiriläisillä tulee olla mukana sisäliikuntavarusteet (sisäpelikengät), ulkoliikuntavarusteet, suojalasit (myös lainattavissa), juomapullo ja sopivasti vaihtovaatteita. Mikäli leiriläisillä on sisäpelimaila ja ulkosählymaila niin ottakaa molemmat mukaan. Jos lämmin ja aurinkoinen sää hellii leiriä, niin suosittelemme ottamaan mukaan lippiksen ja aurinkovoidetta. Voitte myös antaa leiriläisille mukaan jotain pientä ajanvietettä vapaahetkiä, kuten välipalataukoa varten. Varusteita on mahdollista säilyttää leiripäivien ajan pukuhuoneissa. Henkilökohtaisen kaapin lukitsemiseksi voi ottaa mukaan oman munalukon.

## LEIRIVAIHTOEHDOT

Tarjoamme leirivaihtoehtoiksi intiaanileirin tai ninjaleirin. Intiaanileireillä harjoitellaan päivittäin sählyn parissa vähintään kerran, mutta muita lajeja harrastetaan monipuolisesti myös päivän aikana. Ninjaleirillä taas päivät koostuvat monipuolisesti eri lajeista ja ohjelmassa on runsaasti pelejä, leikkejä ja kisailua.

Viikolla 31 tarjoamme myös tulevan kauden G-junioreille (2010-2011 –syntyneet) starttileirin. Joukkueen taitoleireillä on päivittäin yksi lajiharjoitus ja yksi pelivuoro ja muuten leirin ohjelmassa on monipuolisesti muita pelejä ja leikkejä kuten normaalilla kesäleirilläkin. Toivomme mahdollisimman monen tulevan kauden G-juniorin pääsevän mukaan starttileirille, jossa tulevan kauden pelikaverit tulevat jo tutuiksi!

## RUOKAILUT, EVÄÄT & HERKKUPÄIVÄ

Leiriläisille on luvassa päivittäinen tiivis liikunnallinen ohjelma, mikä vaatii paljon energiaa. Suosittelemme syömään hyvän aamupalan sekä menemään ajoissa nukkumaan. Leirillä syödään päivittäin ravitseva lounas hallin läheisessä lounasravintola Täffällä. Täffälle ja leirin vetäjille on informoitu osallistujien allergioista (juhannukseen mennessä ilmoittautuneet). Leiriläisiä on kuitenkin hyvä muistuttaa, että ovat tarkkoja ruokailussa, koska osa ruoasta kerätään itse linjastolta. Mikäli olette unohtaneet ilmoittaa allergioista, niin ilmoittakaa pikaisesti asiasta toimistolle.

Leiriläisille on myös hyvä antaa mukaan pientä välipalaa iltapäiville ja perjantaina mahdollisesti hieman käteisrahaa. Perjantaina on herkkupäivä, jolloin hallilla palvelee lounaan jälkeen kioski, josta leiriläiset saavat ostaa muun muassa nameja ja pillimehua. Näiden syöminen on sallittua ruokailun jälkeen. Energiajuomat ja vastaavat tuotteet ovat kiellettyjä leireillä.

## VAKUUTUKSET

Elokuun leiriläisillä tulee olla vakuutus omasta takaa, eli emme vakuuta pelaajia erikseen. Huolehdittehan että tapaturmavakuutuksenne on siis kunnossa. Olettehan varmasti kertonut meille mahdollisista ”hyvä tietää” -asioista, kuten sairauksista tai allergioista, tai teettehän sen viimeistään viikko ennen leirin alkua. Muussa tapauksessa emme voi taata, että allergioita pystytään huomioimaan.

## MUUTA HUOMIOITAVAA

Leiriin liittyvät säännöt käydään läpi leirin alussa ja niiden noudattamisessa olemme hyvin tarkkoja. Teidän vanhempien on kuitenkin hyvä myös keskustella lapsenne kanssa leirikäyttäytymisestä. Leirille tulee osallistumaan paljon lapsia ja siksi on erittäin tärkeää, että kaikki noudattavat leirin sääntöjä, pitävät huolta omista tavaroista ja käyttäytyvät hyvin.

Mikäli teillä tulee jotain tärkeää asiaa, niin meidät tavoittaa alla olevista numeroista. Ohjaajat ovat kuitenkin päivisin vetämässä ohjelmaa, joten välillä vastaaminen ei onnistu välittömästi. Tarvittaessa voitte ottaa yhteyttä myös toimistoon.

Mahtavia leirihetkiä toivottaen,

Juhani Immonen: 050 410 2065 / juhani.immonen@westendindians.fi

Sebastian Klärich: 050 567 1712 / sebastian.klarich@westendindians.fi

sekä Heimon toimiston puolesta, Tommi Paananen&Rasmus Roslund: 050 336 3366 / toimisto@westendindians.fi