



ONNEKSI OLKOON,

Sinut on valittu WU16 II- maajoukkueen leirille, joka pidetään;

Aika: 12.-14.2.2018
Paikka: SUSI Training Center, Kisakallion Urheiluopisto
Osoite: Kisakalliontie 284, 08360 Lohja
Alkaa: kokoontuminen 12.2. klo 10:30 (harjoitus 11:00) STC
Loppuu: päätöspalaveriin 14.2. klo 19:00 mennessä

Kutsuttavat pelaajat löytyvät kirjeen lopusta.

Ilmoittautuminen leirille ja leirin maksaminen tapahtuu tämän linkin kautta:

<https://tapahtumat-basket-fi.pwire.fi/tapahtumat/wu16-2-maajoukkueleiri-1/>

Leiri maksaa 300 €. Leiritykseen ilmoittaudutaan sähköisen lomakkeen kautta ja lomakkeen täytön jälkeen ilmoittautujaa ohjataan Maksuturvan maksusivulle, jossa leirin voi maksaa. HUOM! WU16 II omavastuu vuonna 2018 on max 1450 euroa.

Koripalloliitto ei erikseen vakuuta leirille kutsuttavia pelaajia, joten varmista, että pelaajalla on vakuutusturva leirillä voimassa. Muista myös varmistaa ulkomaanmatkoilla, että sinulla on voimassa matkustaja- ja matkatavaravakuutus sekä passi.

Lue myös liite: Tietoisku vuoden 2018 ohjelmasta

Maajoukkueleirillä jokaisella pelaajalla on oltava seuraavat asiat mukanaan:

- Koripalloharjoitteluun vaadittavat varusteet, esim. jos omistaa niin kahdet koripallokengät
- Joka harjoituksessa on oltava mukana juomapullo
- Kaikki sinulle aikaisemmin jaetut SUSI-varusteet
- Muistiinpanovälineet
- Ulkoliikuntavarusteet
- Riittävästi vaihtovaatteita
- Peseytymisvälineet ja henkilökohtaiset lääkkeet
- Rahaa välipaloihin tai omia eväitä
- Hedelmiä (banaani, mandariini) tai palautusjuomia heti harjoituksen jälkeen syötäväksi = yksi hedelmä / harjoitus
- Maajoukkueleireillä makeiset, sipsit, limsa, yms. ovat kiellettyjä, koska ne eivät ole urheilijalle sopivaa ravintoa. Jos et tiedä mitä voit syödä, niin varmista se aina ensin valmentajilta.



- Myös energiajuomat, kuten Battery, Red Bull, tms. ovat kiellettyjä, niissä oleva kofeiini toimii nesteenoistajana ja juomista saa ns. turhaa energiaa.

Yleistä maajoukkueleireistä

MJ-leirit alkavat ilmoittautumisella SUSI Training Centerissä (koripallohallissa), johon pelaajat tuovat kassit säilytykseen. Yhteinen avaus pidetään päävalmentajan toimesta. Vanhemmilla on mahdollisuus tulla kuuntelemaan leirin avausta. Leirit alkavat avauksen jälkeen useimmiten suoraan harjoituksella. Majoittumaan pääsee harjoituksen ja lounaan jälkeen noin klo 14:00. Tämä kannattaa huomioida ja varata aamupalan jälkeen välipalaa mukaan.

Leiriohjelma tarkentuu myöhemmin ja se jaetaan Sinulle avauksen yhteydessä. Päivittäin on ohjelmassa aamuliikuntaa, kahdet koripalloharjoitukset tukitoimineen, ruokailua, lihahuoltoa sekä luentoja.

SUSI Training Centerin leirien ruokailut tapahtuvat Kisakallion päärakennuksessa. Leirien ohjelmaan kuuluu täysinä leiripäivinä aamiainen, lounas, välipala, päivällinen. Pelaajat majoittuvat useimmiten 2-4 hengen huoneissa. Huonejako tehdään leirin ilmoittautumisen jälkeen valmennusjohdon ohjeiden mukaan.

Mikäli pelaaja sairastuu leirin aikana, hänen tulee ilmoittaa asiasta heti leirin päävalmentajalle, Piia Kettuselle piia(at)basket.fi sekä leirin fysioterapeutille. Jos leiri pitää keskeyttää, on pelaajan palautettava huoneensa avain vastaanottoon. Keskeytyneestä leiristä Koripalloliitto palauttaa 50 % leirin hinnasta, sillä edellytyksellä, että Kisakallion vastaanottoon on ilmoitettu leirin keskeytymisestä pelaajan tai huoltajan toimesta.

Kisakallioon on mahdollista saapua yöpymään päivää ennen leirin alkua Kisakallion yhteistyöhintaan. Mikäli näin halutaan toimia, tulee pelaajan itse ilmoittaa Kisakallion urheiluopistoon tai Kisakallion vastaanottoon hyvissä ajoin ennen leirin alkua ko. tarpeesta ja saapumisensa aikataulusta. Hinta on 45 euroa, siihen sisältyy majoitus + aamiainen. Majoitus tulee maksaa saapuessa käteisellä tai luottokortilla suoraan Kisakallion vastaanottoon.

Koko maajoukkueohjelman (sisältäen valmennuksen, pelit, pelimatkat ja ylläpidon mj-tapahtumien aikana) omakustannushinta pelaajille, vuoden aikana on 1450 €. Koripalloliitto vastaa toiminnan lopuista kuluista.

Yhteystiedot Kisakallion urheiluopistolle

Jukka Kataja, 044 - 777 8936
jukka.kataja(at)kisakallio.fi
Kisakallion vastaanotto
019 - 31 511



Muista! Meidän tapa. <http://www.basket.fi/maajoukkueet/meidan-tapa/>

NÄHDÄÄN LEIRILLÄ!

Terveisin,

Sami Toiviainen
WU16 II päävalmentaja
sami.toiviainen@tampereenpyrinto.fi
+358 44 5333344

Kutsutut pelaajat

	<u>NIMI</u>	<u>SEURA</u>
1	Veera Anttila	PuHu
2	Tessa Borodulin	PeKa
3	Maija Haapanen	Feeniks
4	Hanni Harjanne	HNMKY
5	Emilia Hermans	Pyrintö
6	Hanna Hirvonen	RaLu
7	Vappu Ignatjew	Helmi Basket
8	Mimmi Kaulo	TuRi
9	Aleksandra Kauste	HNMKY
10	Anni Kervinen	BC Nokia
11	Emilia Kilpinen	Feeniks
12	Emilia Klemetti	RoNMKY
13	Pihla Klemola	Honka
14	Noora Korhonen	JBA
15	Veera Korniloff	Honka
16	Julia Laitila	EBT
17	Emma Lampén	OrJy
18	Leila Lavonen	Honka
19	Aino Lehtinen	Pyrintö
20	Iines Liimatainen	Honka



21	Alissa Lumme	RoNMKY
22	Julianna Luoto	Helmi Basket
23	Jade Mattola	OrJy
24	Klaara Mekkonen	Helmi Basket
25	Iina Mäkinen	Pyrintö
26	Viivi Palomäki	HyPo
27	Vilma Patrikainen	BC Nokia
28	Kaisa Pirttinen	BC Nokia
29	Mette Rahiala	HNMKY /HBA
30	Aada Rauhansalo	Honka /HBA
31	Lotta Reijonen	Honka
32	Ella Rouvinen	LePy
33	Helmi Ruutiainen	HeiNMKY
34	Ida Rätty	LePy
35	Sinna Salminen	TuRi
36	Nella Toiviainen	Pyrintö
37	Inka Tuomisto	Helmi Basket
38	Peppi Tyynilä	Honka / HBA
39	Taika Uusimäki	Helmi Basket