

KUORTANE 2, 19.9.2020

Ryhmät: A4, B4, B5

Lähtö linja-autolla lauantaina 19.9.2020 tasan klo 8:15 uimahallin parkkipaikalta. Matkalle kannattaa pukea lenkkivaatteet lenkkareineen. Paluu noin klo 16:40 (auto lähtee Kuortaneelta klo 16:00). Leirin

omavastuuosuus, 30 €, laskutetaan erikseen.

Leiriin sisältyy:

- Monipuolinen liikuntaohjelma seuran omien valmentajien johdolla
- Yhteiskuljetus
- Lounas ja välipala

Leirille mukaan:

- jumppavaatetus (leggingssit/shortsit, T-paita & sisäkengät), jotka omaan pussiin
- uimavarustus (uikkarit 2 kpl, pyyhe 2 kpl, uimalasit, uimalakki sekä räpylät).
- juomapullo
- ulkoiluvaatteet (päälle)

Märille varusteille kannattaa varata mukaan muovipusseja, niin ei koko laukku ole märkänä. Uimme päivän aikana kaksi kertaa!

Muistakaa syödä kunnon aamupala ennen leirille lähtöä! Pientä välipalaa voi mukaan ottaa, mutta herkut jätetään kotiin :)

Leirille EI oteta:

- herkkuja
- rahaa

Lisätietoa:

Tiina Laiho

tiina.laiho@seui.fi