



PÄIVÄ	AIKATAULU	HUOMIO
Torstai 17.6.	<p>18.00 Urheilutalon ovet aukeavat</p> <p><u>KENDO</u></p> <p>19.00-20.00 ji-geiko</p> <p><u>SPORTS CHANBARA</u></p> <p>19.00-20.00 datotsu</p>	<p><u>Ohjaajat:</u> Markus Frey Mikko Salonen Kari Ruuhilahti 6.dan ryhmä</p> <p><u>Ohjaajat:</u> Teijo Reunanen Vesa Harell</p> <p>20.30 opettajille Porin kesäleirin suunnittelukokous, sauna ja illallinen Noormarkussa</p>
Perjantai 18.6.	<p>09.30 Urheilutalon ovet aukeavat</p> <p><u>KENDO</u></p> <p>10.00-12.30 avajaiset + keiko 13.00-14.00 lounastauko 15.00-15.30 kendo katanäytös 15.30-17.15 keiko 17.15-17.45 SC palkintojenjako & näytös 17.45-18.30 ji-geiko 19.30 >> grilli-ilta (PoriDojo)</p> <p><u>SPORTS CHANBARA</u></p> <p>10.00-12.30 avajaiset + keiko 13.00-14.00 lounastauko 15.00-15.30 kendo katanäytös 15.30-17.15 keiko 17.15-17.45 SC palkintojenjako & näytös 17.45-18.30 keiko 19.30 >> grilli-ilta (PoriDojo)</p>	<p><u>Ohjaajat:</u> Markus Frey Mikko Salonen Kari Ruuhilahti 6.dan ryhmä</p> <p><u>Ohjaajat:</u> Teijo Reunanen Vesa Harell</p>

30. Porin kesäleiri

17.-20.6.2021



OHJELMA

PÄIVÄ	AIKATAULU	HUOMIO
Lauantai 19.6.	<p>09.30 Urheilutalon ovet aukeavat</p> <p><u>KENDO</u></p> <p>10.00-12.30 keiko 13.00-14.00 lounastauko 15.00-02.00 Yyterin aktiviteetit - Kendo katakeiko* - "Yyterin portaat" - sauna/uinti</p> <p><u>SPORTS CHANBARA</u></p> <p>10.00-12.30 keiko 13.00-14.00 lounastauko 15.00-02.00 Yyterin aktiviteetit - keiko Yyterissä** - "Yyterin portaat" - sauna/uinti</p>	<p><u>Ohjaajat:</u> Markus Frey Mikko Salonen Kari Ruuhilahti 6.dan ryhmä</p> <p>*Yyteriin katakeikoon mukaan bokken+kodachi.</p> <p><u>Ohjaajat:</u> Teijo Reunanen Vesa Harell</p> <p>**Yyteriin kodachi mukaan.</p>
Sunnuntai 20.6.	<p>09.30 Urheilutalon ovet aukeavat</p> <p><u>KENDO</u></p> <p>10.00-12.00 keiko 12.00-12.30 leirin päätöstilaisuus 12.45-16.00 graduoinnit 6-1 kyu / 1-4 dan</p> <p><u>SPORTS CHANBARA</u></p> <p>10.00-12.00 keiko 12.00-12.30 leirin päätöstilaisuus 12.30-14.00 lounastauko 14.00-15.00 graduoinnit 6-1 kyu / 1 dan 15.00-15.30 päätöstilaisuus</p>	<p><u>Ohjaajat:</u> Markus Frey Mikko Salonen Kari Ruuhilahti 6.dan ryhmä</p> <p><u>Ohjaajat:</u> Teijo Reunanen Vesa Harell Kari Ruuhilahti</p>

30. Porin kesäleiri

17.-20.6.2021



OHJELMA

HUOMIOITAVAA

- Kaikki sisäharjoitukset urheilusalilla suoritetaan maskit puettuna
- Harjoitukset rytmitetään ja tauotetaan maskien käyttö huomioiden
- ”Yyterin portaat” -treeni ei ole intervalliharjoitus, vaan kaikille sopiva kevyt treeni
- Porrastreenin varustus: lenkkarit ja säänmukainen vaatetus + juomapullo
- Yyterin lajitreeneissä asu on vapaa. Muista ottaa mukaan uinti- ja saunomisvarusteet.
- Ulkotreeneissä säävaraus. Muutokset ohjelmaan mahdollisia.

VAPAAVALINTAISET AKTIVITEETIT YYTERISSÄ

- Lintubongaus Yyterin linturannalla (Yyterin lietteet/lintutori). Oppaana **Mikko Salonen**.
- Retkeily: <https://www.visityyteri.fi/palvelut/yyterin-retkeilyreitit/>
- Seikkailupuisto Huikeen laaja tarjonta erilaisia harrastusmahdollisuuksia: seikkailupuistohuikee.fi
- Muuten vaan oleskelu

MAJOITUKSEN YHTEYSTIEDOT

- Salimajoitus PoriDojolla
 - isäntänä **Tuomas Kallio 041 4784371**
 - salin osoite: Satakunnankatu 32, 28130 Pori
- Ohjaajien majoitus
 - **Kari Ruuhilahti 050 4116032**
 - osoite: Isokaari 11, 29600 Noormarkku