



SISUPÄIVÄT STARTTAA KEVÄÄLLÄ!

Paikka: Kuortaneen urheiluopisto

Ajankohta: 28.3 & 7.5

Mitä Sisupäivät on?

Sisupäivät ovat tulossa korvaamaan aiemmat lajipäivät ja -illat. Keväällä järjestetään ensimmäiset pilotit. Syksyllä avautuu uusi haku, joka kattaa syyskauden 2016 sekä kevään 2017. Sisupäiviä tullaan syksystä eteenpäin järjestämään 2-3 per lajiryhmä.



Kenelle Sisupäivät on tarkoitettu?

Sisupäivät on suunnattu piiriin 11–15 vuotiaille yleisurheilijoille (-05-01 syntyneet). Mukaan otetaan myös -06 syntyneitä, jos ryhmissä on tilaa. Etusijalla ovat urheilijat, jotka eivät ole missään leirityksessä, mutta mikäli tilaa on, niin myös leiritysurheilijat ovat tervetulleita. Tulosrajoja Sisupäiviin ei ole määritelty. Kaikkien kiinnostuneiden kannattaa siis hakea!

Mikäli lajiryhmän osallistujamäärä jää alle 10, ryhmä peruuntuu.

Lajijakauma?

Lajit on jaettu kahdelle eri päivälle seuraavasti:

- 28.3 kuula, pituus/3-loikka, pika/aitajuoksu, moukari
- 7.5 kiekko, korkeus, kestävyysjuoksu ja seiväs.

Mitä sisältää?

Sisupäivään mahtuu kaksi hyvää harjoitusta ammattitaitoisten valmentajien opastuksella, ruokailu sekä urheilijavierailu/luento. Ensimmäisen sisupäivän urheilijavierana on **Tero Pitkämäki!!**

Miten pääsee mukaan?

Haku tapahtuu yleisurheilupöytärekisterin kautta www.yleisurheilupoyta.fi tunnuksella SISU2016. Urheilija voi hakea halutessaan kahteen lajiin, mikäli molemmista Sisupäivistä löytyy mieluinen laji.

Hinta?

Sisupäivän hinta on 50 euroa ja se kattaa kaikki kulut.

Lisätietoja:

Nuorisokouluttaja Tanja Hietikko 0400 623 127 tai tanja.hietikko@plu.fi