

## Telinelajien (TG, NTV, MTV) MASTERS-leiri 4.-5.5.2024



Hei!

Suomen Voimisteluliitto järjestää toukokuussa Vierumäellä TeamGymin, naisten telinevoimistelun ja miesten telinevoimistelun Masters leirin!

Masters leirillä voimistellaan ammattitaitoisten valmentajien ohjauksessa Vierumäen upeissa olosuhteissa Volttiareenalla. Lisäksi vietetään tietysti aikaa omien Masters joukkuelaisten sekä muiden Masters voimistelijoiden kanssa! Telinelajien Masters -leiri on tarkoitettu kaikille voimistelusta kiinnostuneille aikuisille. Masters -leirillä harjoitellaan telinelajien tekniikoita useilla eri telineillä sekä isolla trampoliinilla. Leirille osallistuakseen ei tarvitse aiempaa kokemusta näistä lajeista, mutta lattia-akrobatian perusteiden jonkinasteinen hallinta on eduksi.

Tervetuloa mukaan!

### **Paikka ja aika:**

Lauantai-sunnuntai 4.-5.5.2024

Osoite: Urheiluopistontie 400, Vierumäki

**Aikataulu:**

Alustavan aikataulun mukaan leiri alkaa lauantaina aikaisintaan klo 12.00 ja loppuu sunnuntaina viimeistään klo 15.00

Lopullinen aikataulu lähetetään ilmoittautuneille viimeistään kaksi viikkoa ennen leiriä.

**Ilmoittautuminen:**

Sitovat ilmoittautumiset leirille 5.4.2024 mennessä.

Ilmoittautuminen tehdään Lyytin ilmoittautumislomakkeella, joka löytyy myös Voimisteluliiton TeamGymin kilpaharrasteleirien nettisivuilta kyseisen leirin kohdalta.  
[https://www.lyyti.in/Mastersleiri\\_4552024\\_7171](https://www.lyyti.in/Mastersleiri_4552024_7171)

**Hinta:**

Leirin hinta on 130€ Voimisteluliiton jäseneurojen jäsenille ja 140€ muille. Leiri maksetaan ilmoittautumisen yhteydessä.  
Hintaan sisältyy valmennus, tilat, majoitus ja ruokailut.

**Ruokailu ja majoitus:**

Leirin ruokailu ja majoitus sisältyvät leirimaksuun. Ruokailua varten erikoisruokavaliot tulee ilmoittaa ilmoittautumisen yhteydessä. Leirin hintaan kuuluvat ruokailut: la päivällinen ja iltapala sekä su aamiainen ja lounas.

Majoitumme jaetuissa huoneissa.

**Peruutusehdot:**

<https://www.voimistelu.fi/lajit/teamgym/valmennus/leirien-ohjeet-ja-kaytanteet/>

**HUOM!** Jokaisella Masters-leirin osallistujalla pitää olla voimassa oleva voimisteluharjoitukset kattava tapaturmavakuutus. Suomen Voimisteluliitto suosittelee vakuutuksellisen harrastelisen hankkimista. Vakuutus kattaa myös leiritoiminnan ja lisenssin myötä voi osallistua Voimistelupäivien Masters kilpailusarjoihin. Lisenssin ostotiedot löytyvät täältä:  
<https://www.voimistelu.fi/kilpavoimistelu/lisenssit-vakuutukset/>

Leirin vastuuvallmentajana toimii Helmiina Laitinen.

**Lisätiedot:**

Kreetta Astala  
tgleirit@gmail.com