

# PAINONNOSTON yläkoululeiritys Varalassa

Yläkoululeiritys on tarkoitettu 7.-9 -luokkalaisille tavoitteellisesti harjoitteleville ja kilpaileville painonnostajille. Leirityksen tavoitteena on urheilijoiden arkiharjoittelun sisällön laajentaminen sekä urheilun ja opiskelun yhteensovittamisen tukeminen.

## Leiriviikot 2023-2024 (ma-to)

- 1.leiri ma-to 18.-21.9.2023
2. leiri ma-to 13.-16.11.2023
3. leiri ma-to 5.-8.2.2024
4. leiri ma-to 8.-11.4.2024

**Urheilija sitoutuu osallistumaan kaikille leiriviikoille.**

## Leirityksen hinta

298,- / leiri  
+ ensimmäisellä leirillä  
materiaalimaksu 20€ / lukuvuosi

## Ilmoittautuminen osoitteessa

[www.varala.fi/ylakoululeiritys](http://www.varala.fi/ylakoululeiritys)

## Tiedustelut

jarno.tiainen@painonnosto.fi  
pauliina.savijoki@varala.fi

# VARALA

