



VALTAKUNNALLINEN YLÄKOULULEIRITYS TANHUVAARASSA

2021-2022

LEIRITYKSEN TAVOITTEENA ON URHEILIJANA KASVAMINEN JA MONIPUOLINEN SEKÄ LAADUKAS HARJOITTELU. LEIRITYS AN-
TAA HYVÄN POHJAN PERUSASTEEN SUORITTAMISEN JÄLKEEN
PONNISTAA ESIMERKIKSI URHEILULUKIO -MAILMAAN!

Lukuvuonna
2021-2022 toteutetaan
lajiryhmittäin neljän
leirin malli. Leiritys on
tarkoitettu tavoitteellises-
ti ja motivoituneesti
urheileville 7.-9.
luokkalaisille.



MITÄ YLÄKOULULEIRITYS ON?

Tanhuvaaran Urheiluopiston valmennuskeskus toteuttaa yhteistyössä Olympiakomitean, lajiliittojen ja seurojen kanssa 7.-9.-luokkalaisille suunnattua yläkoululeiritystä.

Valtakunnallinen yläkoululeiritys on osa usean lajin valmennusjärjestelmää ja urheilijan polkua. Lajin määrittelemien valmennuslinjausten mukaisesti toimitaan myös yläkouluikäisten valmennuksessa.

Nuorten urheilijoiden kohdalla tämä tarkoittaa laji-valmentautumisen rinnalla monipuolisten taito- ja fyysisten ominaisuuksien harjoittelua, urheilijoiden elämäntaitojen, kuten ravitsemuksen, psyykkisten taitojen ja urheilijan terveyteen liittyvien taitojen kerryttämistä sekä tuen tarjoamista urheilijan kaksoisuraan ja opiskelutaitoihin.

Painopisteinä leiritysjärjestelmässä ovat koulu ja opiskelu, elämäntaidot sekä urheilullinen kehittyminen.



LAJITARJONTA
2021-2022
Jalkapallo
Lentopallo
Pesäpallo
Jääpallo
Jääkiekko (tytöt)
Yleisurheilu
Hiihto
Suunnistus

MITÄ LEIRITYS SISÄLTÄÄ?

- Valmennuksen ja opetuksen leiriviikoilla
- Etätehtävät leirien välissä
- Kasva Urheilijaksi -työkirjan sekä muut lisämateriaalit sekä leiripaidan



Opiskelu leireillä

Leirin jokaisena päivänä on varattu reilusti aikaa koulutehtävien tekemiseen. Samalla nuorta kasvatetaan jo yläkouluiässä itsenäiseen opiskeluun ja vastuun ottamiseen myös opiskelujen osalta.

Leirille osallistumisen ehdoton edellytys on opiskelujen hoitaminen laadukkaasti.

Kenelle

Leiritys on tarkoitettu 7.-9. luokan opiskelijoille (06-08 syntyneet), jotka ovat mukana tavoitteellisessa kilpaurheilussa. Urheilijan ja perheen odotetaan olevan valmis **sitoutumaan vuoden kestävään projektiin eli jokaiseen neljään leiriin.**

KUSTANNUKSET

3 vrk (ma-to) **260 €** /hlö /leiri
4 vrk (ma-pe) **310 €** /hlö /leiri

Materiaalimaksu **20 €**

Sisältää materiaalit ja leiripaidan

*veloitetaan ensimmäisen leirin laskutuksen yhteydessä

Hinnat sisältävät majoituksen, täysihoitoruokailut (aamiainen, lounas, välipala, päivällinen, iltapala) sekä valmennuksen.

LISÄTIETOJA

Yläkoululeirityksen

koordinaattori

Antti Lappalainen

040 080 5178

antti.lappalainen@tanhuvaara.fi

**KATSO LEIRIEN AJANKOHDAT
JA HAE MUKAAN!**

**[tanhuvaara.fi/urheilu/
ylakoululeiritys/](https://tanhuvaara.fi/urheilu/ylakoululeiritys/)**



UUTTA! VUONNA 2020 VALMISTUNUT YLIPAINEHALLI!

Tanhuvaaran Urheiluopistolle on valmistunut uuden sukupolven ylipainehalli, johon on asennettu FIFA:n korkeimpaan laatuluokitukseen sertifioitu FIFA Quality Pro -tekonurmi. Kentän koko on 82 x 55 metriä ja se voidaan jakaa 2 x 55 m x 40 m kentiksi. Koko hallin koko on 5220 m². Hallia käytetään erityisesti jalkapallon ja pesäpallon leirityksissä.

LUE LISÄÄ WWW.TANHUVAARA.FI

