



TIEDOTUS HAKEMISESTA VUOKATTI-RUKA URHEILUAKATEMIAN VALTAKUNNALLISEEN YLÄKOULULEIRITYKSEEN VUOKATTIIN

Tervehdys nuori maastohiittäjä!

Nyt sinulla on mahdollisuus osallistua hiihtoleireille ilman, että tarvitsee olla pois koulusta. Vuokatti-Ruka Urheiluakatemia järjestää yläkoululeiritystä kaudelle 2019 - 2020 siten, että urheilija majoittuu ja tekee harjoitukset Vuokatin Urheiluopistolla sekä tekee koulutehtäviä iltapäivällä Vuokatin Urheiluopistolla. Leirejä on yhteensä 4 - 5, joista 1 - 2 on kesällä ja 3 - 4 kouluvuoden aikana. Leirit ovat kestoltaan 6 vuorokauden mittaisia. Ne alkavat sunnuntaina ja päättyvät lauantaina. Leirien valmennuksesta vastaavat Vuokatti-Ruka Urheiluakatemia valmentajat. Kouluasioiden järjestämisestä urheilija sopii oman koulun opettajien kanssa, Vuokatissa kouluasioiden vastaava auttaa tehtävien teossa.

MITÄ YLÄKOULULEIRITYS SISÄLTÄÄ:

- Tutustumista Vuokatti-Ruka Urheiluakatemia urheilijan polkuun, huippuolosuhteisiin ja siellä toimimiseen
- Koulu yhdistetty leiritykseen läksyperiaatteella
- Harjoittelua 2 - 3 kertaa päivässä ammattivalmentajan johdolla
- Painopisteinä: lajiharjoittelu, yleistaitoharjoittelu, elämäntaitotaidot sekä opetus

Leiritykseen valitaan n. 70 maastohiittäjää hakemusten perusteella. Hakijoiden tulee olla ensi lukuvuonna 7. - 9. luokan oppilaita eli vuosina 2004 - 2006 syntyneitä urheilijoita. Valitut urheilijat jaetaan kuuteen ryhmään ja kuhunkin tulee n. 10 maastohiittäjää. Ryhmät leireilevät kouluviikoilla ikäluokittain 2 ryhmää yhtä aikaa, kesän ensimmäinen leiri ja tammikuun leiri on kaikille yhteinen. **Ryhmään valinta edellyttää sitoutumista osallistua kaikille leireille ja urheilijoiden kanssa tullaan tekemään urheilijasopimukset.**

Leiriajankohdat Su - La:

7-luokat, ryhmä 1 ja 2

VKO 24	8. - 14.6.2019 (la-pe)
VKO 39	22. - 28.9.2019
VKO 50	8. - 14.12.2019
VKO 3	12. - 18.1.2020

8-luokat, ryhmät 3 ja 4

VKO 24	8. - 14.6.2019 (la-pe)
VKO 37	8. - 14.9.2019
VKO 48	24. - 30.11.2019
VKO 3	12. - 18.1.2020
VKO 14	29.3. - 4.4.2020

9-luokat, ryhmät 5 ja 6

VKO 24	8. - 14.6.2019 (la-pe)
VKO 34	18. - 24.8.2019
VKO 41	6. - 12.10.2019
VKO 3	12. - 18.1.2020
VKO 16	13. - 19.4.2020 (ma-su)



Leirien hinta

70 €/vrk joka sisältää valmennuksen sekä majoituksen ja täysihoidon iltapalalla Vuokatin urheiluopistolla, kaikki ruokailut urheiluopistolla. Lisäksi erillinen materiaalimaksu.

Hakeminen

Tulevalle lukuvuodelle siirrytään yhteiseen hakuun maastohiihdon yläkoululeiritykseen kaikkien leiritystä järjestävien paikkojen osalta. **Vuokatti-Ruka Urheiluakatemia järjestämä leiritys on valtakunnallinen.** Hakeminen tapahtuu sähköisellä hakulomakkeella ja **päättyy 29.4.2019 klo 12:00.**

Linkki hakulomakkeeseen: <https://goo.gl/forms/ZzDQUqGDJxvWv2o1>

Valinta

Urheilijavalinnat tehdään heti hakuajan umpeuduttua ja niistä tiedotetaan **6.5.2019** Hiihtoliiton ja Vuokatti-Ruka Urheiluakatemia internetsivuilla. Valituille tiedotetaan valinnasta myös sähköpostitse.

Lisätietoja

Jussi Simula 044 371 6364, jussi.simula@vrua.fi

Ryhmien valmentajina: Santeri Erola, Jaakko Halonen, Riikka Varjus

SEURAA MEITÄ

www.vuokattirukaurheiluakatemia.fi



vuokattirukaurheiluakatemia



Vuokatti-Ruka Urheiluakatemia



Vuokatti-Ruka UA



Vuokatti-Ruka Urheiluakatemia

#vuokattirukaurheiluakatemia

#huippujenkasvattaja