

PIKA- JA AITAJUOKSUKARNEVAALIOHJELMA 2024

Lopullinen ohjelma

torstai 4.7.

11.00-14.00 majoittuminen

12.00-14.00 lounas

14.00 Pikajuoksijoiden kokoontuminen ja 1. harjoitus, Oinaalan kenttä

16.00 AITAJUOKSIJOIDEN KILPAILUT, Oinaalan kenttä

17.30-19.00 päivällinen

19.00-20.00 harjoitus, koulun piha (kaikille, jotka eivät enää ole kisaamassa)

20.30-21.30 iltapala

23.00 hiljaisuus

perjantai 5.7.

7.30-8.30 aamupala

8.30-9.10 Karnevaalileirin virallinen avaus, Jussi Ihamäki

9.30-12.00 ryhmäkuvaus + harjoitus, Oinaalan kenttä

12.30-13.30 lounas

15.00-17.00 harjoitus, Oinaalan kenttä

17.30-18.30 päivällinen

19.00-20.30 Lihashuolto + rentoutumisharjoitus, koulun sali

20.30-21.30 iltapala

23.00 hiljaisuus

lauantai 6.7.

7.30-8.30 aamupala

8.30-9.00 Päivänavaus, Jussi Ihamäki

9.30-11.30 harjoitus, Oinaalan kenttä

12.00-13.00 lounas

13.30-14.30 luento/ryhmätehtävät, koulun sali/ruokala

15.30-17.30 harjoitus, Oinaalan kenttä

18.00-19.00 päivällinen

19.00-21.00 leiriläisten yhteinen illanvietto, koulun sali

21.00-21.30 iltapala

23.00 hiljaisuus

sunnuntai 7.7.

7.30-8.30 Aamupala

8.30-9.00 Päivänavaus ja leirin päätös, ruokala

9.30 harjoitus ei-kilpaileville tai valmistava verkka kilpailijoille, koulun piha

11.30-13.30 lounas

12.00 PIKAJUOKSUKILPAILUT, Oinaalan kenttä

Alustava lista kouluttajat:

Karnevaalirehtori: Jussi Ihamäki

Pikajuoksujen rehtori: Anne Suoranta

Vanhempain/valmentajien rehtori: Kati Ala-Huikku

Kouluttajat:

Cecilia Sinervo

Jarkko Kumpulainen

Jani Hirsivaara

Joni Jäntti

Otto Raja-aho

Vielä epävarmat:

Jarmo Rasi

Samuli Raikunen

Päivi Helevä-Launonen