



## POHJOISEN ALUEJOUKKUELEIRI 14. – 16.12.2018 (T-2003)

- Kokoontuminen** Perjantaina 14.12. klo 14.00 Nuorisokeskus Piispalan vastaanotossa (Kurssitie 40, 43300 Kannonkoski).
- Päätös** Sunnuntaina 16.12. klo 15.00 Nuorisokeskus Piispalassa (Kurssitie 40, 43300 Kannonkoski).
- Majoitus** Nuorisokeskus Piispala  
Kurssitie 40, 43300 Kannonkoski  
puh. 020 7694 300  
[www.piispala.fi](http://www.piispala.fi)
- Huomioi** **Näytähän kutsun omalle valmentajallesi. Leiri pidetään osittain kouluuikaan, joten näytä kutsu myös opettajallesi.**
- Ilmoita yhteystietosi ja muut tietosi alla mainitun linkin kautta ennen leirin alkua, jos et ole aikaisemmin jo niitä ilmoittanut.**
- <https://www.palloliitto.fi/tyttojen-aluejoukkuepelaajan-tietolomake>
- Ota myös leirille mukaan omat, vanhempasi ja valmentajasi yhteystiedot (nimi, puh. numero ja s-posti) sekä laskustietosi (vanhemman nimi ja osoite).**
- Pyydämme sinua pitämään lisäksi harjoituspäiväkirjaa 2 viikon ajalta ennen aluejoukkueleiriä. Ota tämä harjoituspäiväkirja leirille mukaan.**

### Ohjelma

#### Pe 14.12.2018

14.00	Kokoontuminen/Majoitus	
14.30	Välipala	
15.00 – 15.30	Aloituspalaveri	
16.00 – 17.30	Harjoitus	Jalkapallohalli
18.00	Päivällinen	
19.00 – 21.00	Henkilökohtaiset keskustelut	
21.00	Iltapala	
23.00	Hiljaisuus	

#### Lauantai 15.12.2018

8.00 – 9.00	Aamupala	
10.00 – 11.00	Harjoitukset (Jalkapallohalli)	
11.45	Lounas	
12.00 – 13.00	Lepo	
13.30 – 14.00	Pelipalaveri	
14.00 – 15.00	Koulutus kaikille joukkueille	Lintuselkä
15.45	Hallilla	
16.00	Alkulämpö	
16.30 – 18.30	Ottelu Itä – Pohjoinen	Jalkapallohalli
19.00	Päivällinen	
20.00 – 20.30	Pohjoinen ottelun purku	
21.00 – 22.00	Rantasauna ja takkatupa Urheilijan iltapala + makkara kaikille	

#### Sunnuntai 16.12.2018

8.00 – 9.00	Aamupala	
10.00 – 11.00	Videopalaveri + Pelipalaveri	
11.45	Hallilla	
12.00	Alkulämpö	
12.30 – 14.30	Ottelu Keski – Pohjoinen	Jalkapallohalli
14.30 – 15.00	Lounas (lounaalta kaikille mukaan lähteväät)	



## POHJOISEN ALUEJOUKKUELEIRI 14. – 16.12.2018 (T-2003)

Valitut pelaajat	Lilja Niiranen Tia Lindqvist Helka Laitila Sara Ikonen Helka Moilanen Silja Kropsu Emma Kurjenniemi Ada Kurjenniemi Moa Mecklin Erika Malviniemi Saana Soikkeli Tuuli Niemelä Inka Sarjanoja Tilde Hellund Aurora Harila Tilde Berts Elin Rajala Nea Tenno Anni Ollila Emelie Sax Elina Junes Netta Hanhimäki	ONS GBK SeMi ONS ONS ONS ONS ONS BK-48 KPV ONS ONS ONS PeFF ONS VIFK Solf IK RoPS Rovaniemi United Närpes Kraft TP-47 FC Sport-j
Joukkueenjohto	Marko Uusitalo Valtteri Kumpuniemi Juho Luukkonen Harri Karvonen	aluevalmentaja aluevalmentaja maalivahtivalmentaja fysioterapeutti/huoltaja
Varalla	Lotta Asikainen Hanna Nyfors Saana Valkama Sara Kallunki Noora Alajärvi Elli Näsman Heidi Granlund Kiia Tolonen Patricia Bohui Emmi Nortunen	ONS PeFF Rovaniemi United ONS TP-47 FC Sport-j PeFF FC Wimma ONS SeMi
Varusteet	Normaali jalkapallovarustus tekonurmelle, sykemittari (jos löytyy), oma juomapullo, lenkkarit, oma verryttelyasu tai vastaava. Varaa jalkapallohalliin myös alusshortsit, aluspaita tai vastaava, sillä kylmällä ilmalla hallin lämpötila voi olla lähellä nollaa astetta. <b>Ota majoittumista varten mukaasi lisäksi omat liinavaatteet (lakana, pussilakana, tyynyliina) ja oma pyyhe!</b>	
	<b>Huom! Leirikäytössä on ainoastaan peliasu (paita, shortsit, sukat).</b>	
Vakuutus	Pelaajan tai seuran oma vakuutus.	
Leirimaksu	Pelaajien omavastuuosuus on 140 euroa. Leirimaksu laskutetaan pelaajilta jälkikäteen Palloliiton toimesta. Laskut lähetetään erissä, eli välttämättä jokaisen leirin jälkeen ei tule erillistä laskua.	
Ruokailu	Ilmoita mahdollisesta ruoka-aineallergiasta/erityisruokavaliosta Valterille sähköpostitse viimeistään 10.12. osoitteeseen <a href="mailto:valtteri.kumpuniemi@gmail.com">valtteri.kumpuniemi@gmail.com</a> .	
Este ja kuittaus	<b>Vahvistakaa, että olette saaneet kutsun, sekä ilmoittakaa saapumisenne Valterille sähköpostilla viimeistään 10.12.2018.</b> Valterin sähköpostiosoite on <a href="mailto:valtteri.kumpuniemi@gmail.com">valtteri.kumpuniemi@gmail.com</a> .	



## POHJOISEN ALUEJOUKKUELEIRI 14. – 16.12.2018 (T-2003)

Ilmoittautumisen jälkeen **soittakaa** mahdollisesta loukkaantumisesta, sairastumisesta tai muusta esteestä välittömästi Valtterille 040 481 2464, **niin keskustelemme kannattaako osallistua tälle leirille.**

### Ohjelma

#### Pohjoisen aluejoukkueen alustava ohjelma

Helmikuu 2019	aluejoukkueleiri, Kokkola
Huhtikuu 2019	aluejoukkueleiri, Uumaja
24. – 27.4.2019	alueturnaus, Eerikkilä

**Jokaiseen tapahtumaan lähetetään kutsu erikseen.**

Terveisin

SUOMEN PALLOLIITTO

#### aluevalmentaja

Marko Uusitalo  
044 788 6302  
[uusitalomarco@hotmail.com](mailto:uusitalomarco@hotmail.com)

#### aluevalmentaja

Valtteri Kumpuniemi  
040 481 2464  
[valtteri.kumpuniemi@gmail.com](mailto:valtteri.kumpuniemi@gmail.com)

### Linkit

Aluejoukkueiden www-sivut: <https://www.palloliitto.fi/maajoukkueet/tytot/aluejoukkueitoiminta>

### Jakelu

Pelaajat, seurat/valmentajat, joukkueenjohto, SPL-piirit ja -toimisto