



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 2021 - 2022 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 pääosin 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, elämänhallintataidot, opetus - kasva urheilijaksi teema

Leiritykseen valitaan n. 70 maastohiittäjää hakemusten perusteella. Hakijoiden tulee olla ensi lukuvuonna 7. - 9. luokan oppilaita eli vuosina 2006 - 2008 syntyneitä urheilijoita. Valitut urheilijat jaetaan kuuteen ryhmään ja kuhunkin tulee n. 10 maastohiittäjää. Ryhmät leireilevät kouluviikoilla ikäluokittain 2 ryhmää yhtä aikaan, kesän ensimmäinen leiri on isompi ja tammikuun leiri on kaikille yhteinen. **Ryhmään valinta edellyttää sitoutumista osallistua kaikille leireille ja urheilijoiden kanssa tullaan tekemään urheilijasopimukset.**

7-luokat, ryhmä 1 ja 2

VKO 23-24	16. - 22.6.2021(ke-ti)
VKO 38	20. - 26.9.2021
VKO 48	28.11. - 4.12.2021
VKO 2	9. - 15.1.2022

8-luokat, ryhmät 3 ja 4

VKO 23-24	16. - 22.6.2021 (ke-ti)
VKO 36	5. - 11.9.2021
VKO 47	21. - 27.11.2021
VKO 2	9. - 15.1.2022
VKO 12	20. - 26.3.2022

9-luokat, ryhmät 5 ja 6

VKO 24-25	10. - 16.6.2021 (to-ke)
VKO 33	15. - 21.8.2021
VKO 40	3. - 9.10.2021
VKO 2	9. - 15.1.2022
VKO 16	18. - 24.4.2022 (ma-su)



Leirien hinta

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

Hakeminen

Yhteinen haku maastohiihdon yläkoululeiritykseen kaikkien leiritystä järjestävien paikkojen osalta.

Vuokatti-Ruka Urheiluakatemia järjestämä leiritys on valtakunnallinen.

Hakeminen tapahtuu sähköisellä hakulomakkeella ja **päättyy 18.4.2021 klo 23:59.**

Linkki hakulomakkeeseen: <https://forms.gle/Ng4jGrSpxprMNWsB9>

Valinta

Urheilijavalinnat tehdään heti hakuajan umpeuduttua ja niistä tiedotetaan 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