



## Liigaleirit Piispala kesä 2021

**Aika: 21.-24.6.2021**

**Paikka:**

Piispalan nuorisokeskus, kurssitie 40, 43300 Kannonkoski

**Majoitus:**

Leiriläisten majoitustoiveet otetaan huomioon heidän ilmoittautuessaan jäähallilla. Otan myös etukäteen majoitustoiveita, sillä silloin saapumistilanteessa vältämme myöskin turhaa ruuhkaa. Majoituksessa on liinavaatteet ja pyyheliina. Tarvitset pyyhkeen vain jäähallille, sillä harjoitusten jälkeen käydään suihkussa jäähallilla ja sinne jätetään kuivumaan harjoitusvaatteet ja hikipuvut eli niitä ei viedä majoitukseen kuivumaan. Majoituksissa ei turvallisuusohjeistuksen mukaan voi kulkea kuin leiriläiset itse sekä leirin- ja Piispalan henkilökunta. Jos on tarve tulla poikkeamaan leirillä ja tapaamaan leiriläisellä, niin olisi hyvä pyytää leiriläistä käymään ulkona tai jos myöhäinen aika, niin pyytää meidän henkilökuntaa järjestämään tapaaminen.

**Leirille saapuminen:**

Leirille saapuminen suoraan jäähallille maanantaina 21.6.2021 klo 13-15 Draft-tilaisuus alkaa klo 15.15

**Leirin päätös:**

Leiri päättyy pronssiotteluun tai finaaliin. Kaikki leirin muistamiset huomioidaan viimeisen pelin aikana. Tilannetta voit seurata: sportfini.fi ja sieltä tulospalvelu

**Ruokailu:**

Leirillä ruokailaan neljä kertaa päivässä ja lisäksi jäähallilla on tarjolla välipalaa koko leirin ajan. Ilmoittautumisjärjestelmässä olevat ruoka- aine allergiat menevät automaattisesti tiedoksi keittiölle. Jos sinulla on tarve olla tarkemmin yhteydessä ruokavalion suhteen, voit olla suoraan yhteydessä [keittio@piispala.fi](mailto:keittio@piispala.fi) 044-8442 481.

Valmentajat menevät joukkueen mukana ruokailuun ja valvovat käsihygieniasta ja riittävästä ravinnon saannista.

**Rahankäyttö:**

Alueella toimii kahvio/kioski. Emme suosittele suurien rahasummien tuomista leirille.

**Huolto:**

Luistimien teroituspalvelu on veloituksetta leiriläisten käytössä koko leirin ajan. Tule kuitenkin leirille teroitetuilla luistimilla.

Hoidamme pienet kolhut ja rasitusvammat. Kipulääkkeitä emme kuitenkaan voi antaa, sillä ensiapulaukussa ei saa olla sellaisia tarjolla. Ottakaa siis esimerkiksi tulehduskipulääkettä ja/tai särkylääkettä mukaan omaan tarpeeseen; lääkkeen käytössä voimme opastaa. Vakituisesta lääkityksestä meillä onkin jo tietoa, niiden osalta, jotka ovat sen ilmoittautumisen yhteydessä ilmoittaneet.



## Ohjelmat:

Leirin lukujärjestykset löytyvät [sportfini.fi](http://sportfini.fi) ja sieltä lukujärjestykset. Ottelut striimataan nuorten jääkiekkoilevien selostamina katsottavaksi livenä. Ottelut ladataan myös päivän aikana youtubeen. Nämä kaikki linkit löytyvät helposti sportfini.fi- sivulta

## TOTEUTUS LIIGALEIRILLÄ KORONA-AIKANA

Ensimmäiset leirit ovat käsillä Korona-rajoitusten purkamisen jälkeen. Jotta tapahtumat saadaan vietyä läpi valtiovallinnon ohjeistuksen mukaisesti ja turvallisesti, leirillä tulee noudattaa leirin alussa sovittuja ja alla mainittuja ohjeita turvallisen leirin tarjoamiseksi kaikille osallistujille.

## Leirille saapuminen

TULE LEIRILLE VAIN TERVEENÄ! Ilmoittautuminen on ulkona jäähallin edessä, josta saat lisöinfoa varustekassien säilömiseksi siihen saakka kunnes Draft- tilaisuudessa selviää oma joukkue ja oma pukukoppi. Lisäksi ilmoittautuessa katsotaan sinulle majoitus ja pääset viemään majoitukseen kuuluvat vaatteet majoitustiloihin. Huomaa kuitenkin pakatessa, että jää- ja oheisliikuntaan tarvittavat vaatteet pakkaat jäähallin koppiin tuleviin kaseihin.

## Terveystilanne:

Tärkeintä on se, että leirillä ei treenata flunssaisena. Ennen leiriä on oltava ainakin kaksi oireetonta päivää, ja jos leirillä tulee flunssan oireita, pelaaja eristetään ja lähetään kotiin viestiä tilanteesta. Meillä on suorat numerot paikallisiin terveysviranomaisiin ja infektio- pisteisiin. saamme heiltä konsultaatiota ja ohjeita, jos tulee tilanteita, että joku leiriläinen tai henkilökuntaan kuuluva sinne joudutaan toimittamaan.

## Liikkuminen jäähallilla:

Jäähallille saatiin yleisöpaikkoja 50 henkilölle eli pelejä on mahdollista siis seurata myös paikan päällä. Katsojilla liikkuminen ainoastaan yleisölle tarkoitettussa katsomossa, ei pelaaja- aitioiden ja pukukoppien läheisyydessä.

## Harjoittelu:

Jokaiseen harjoitukseen lähetään omasta kopista ohjelman mukaan. Ohjelma on pukukopin oven pielessä ja suositaankin papereiden sijaan ottamaan kuvan ohjelmasta, jolloin ohjelma kulkee paremmin leiriläisen mukana.

Saattajille ohjelmat ovat teipattuna kahvion aulaan ja sieltä saa ottaa kuvan. Ohjelmat ovat toki netissä: sportfini.fi ja siellä lukujärjestykset



### **Varustus:**

Ota mukaan leirille oma, täydellinen jäävarustus, vähintään (2) jääalusvaatekerta, useampi setti kuiva- ja oheisharjoitusvaatteita & lenkkarit, sisäkengät, mailat (2) ja teräsuojat. Ota mukaasi myös uikkarit ja pyyhe jäähallille. **Oma juomapullo on nyt yhtä tärkeä kuin käsihygienia leirin aikana.**

Pukukopit ovat käytössä koko leirin ajan. Tarkista, että kaikki varusteesi ovat kunnossa, niin saadaan leiri heti täysipainoisesti alkuun.

### **Muistilista pelaajille**

1. Treenaan VAIN JA AINOASTAAN terveenä!
2. Jos koen oloni vähääkään flunssaiseksi, jään kotiin.
3. Muista alueella liikkuessasi huomioida turvaväli toisia liikkujia kohtaan.
4. **Pesen huolellisesti käsiäni saippualla ja desinfioin niitä tarvittaessa**
5. Juon vain omasta juomapullostani – en lainaa kaverilta tai juo wc:n hanasta.
6. WC-tiloissa käydessäni, pesen aina sen jälkeen huolellisesti käteni.
7. Sylkeminen harjoituksissa ja vaihtoitioissa on nyt kielletty

**Kiusaamista ja häirintää ei hyväksytä yhtään, jokaiselle pitää antaa mahdollisuus nauttia leiristä täysipainotteisesti.**

### **Tervetuloa pelaamaan liigaa!!!!**

Ilpo Myllyniemi  
Leiri-isäntä  
0500 959 353  
ilpo.myllyniemi@sportfini.fi