





|  |  <b>SPORTFINI LIIGA-LEIRI</b>  |  |  |  |    |
|---|--|--|--|--|--|
|   | <b>Perjantai 13.5.2022</b>   | <b>Lauantai 14.5.2022</b>  | <b>Sunnuntai 15.5.2022</b>                 |  |  |
| 08.00-09.00   |  | Aamiainen<br>klo 8-9   | Jukurit- KalPa<br>klo 8                    | Su: Aamiainen<br>klo 6.30-7.15               | Valmentaja: Marcus<br>040- 846 4009  |
| 09.00-10.00   |  |  | Loppuverryttely ja<br>lihashuolto klo 9.15 |  |  |
| 10.00-11.00   |  | TPS- Jukurit<br>Klo 10   | Jääklinikka<br>alkusarjan 4, 5 ja 6        |  | Valmentajat vastaavat<br>pelien alkuverkoista<br>ja huomioivat<br>kokonaiskuormituksen<br>Teemana niissä<br>peleillä oppiminen ja<br>loppuverryttelymallit |
| 11.00-12.00   |  | Maalivahtijää<br>klo 11  | Jääklinikka<br>alkusarjan 1, 2 ja 3        | SU: Lounas klo 11-14<br>Oman ohjelman mukaan |  |
| 12.00-13.00   |  | Lounas<br>klo 12-13  | Sijat 5 ja 6                               |  |  |
| 13.00-14.00   | Klo 13- 14<br>Saapuminen   |  | Pronssiottelu                              |  |  |
| 14.00-15.00   | Draft- tilaisuus<br>Klo 14   | Jääharjoitus klo 14<br>Jukurit ja TPS                                    | Finaali                                    |  |  |
| 15.00-16.00   | Jääharjoitus klo 15<br>Jukurit ja Ilves  |  |  |  |  |
| 16.00-17.00   | Päivällinen<br>klo 16-17   | HPK- Jukurit<br>klo 16   |  |  |  |
| 17.00-18.00   |  | Päivällinen<br>klo 17-18   |  |  |  |
| 18.00-19.00   | Jukurit -Ilves<br>klo 19   | Videopalaveri<br>klo 18-18.30  |  |  |  |
| 19.00-20.00   |  |  |  |  |  |
| 20.00-21.00   |  | Jukurit- Tappara<br>klo 20   |  |  |  |
| 21.00-22.00   | Maalivahtijää<br>klo 21  |  |  |  |  |
|   | Rantasauna, iltapala+ letun ja<br>makkaran paistoa<br>klo 19.30-24   | Kylpylä ja iltapala<br>Kahviossa klo 19-23 +<br>Latvia- Suomi kisastudia |  |  |  |

