



## Laukaus- ja luisteluleiri 11-14.7.2022 Piispala

	Maanantai 11.7.2022	Tiistai 12.7.2022	Keskiviikko 13.7.2022	Torstai 14.7.2022	
08.00-09.00		Aamiainen klo 8.45	Aamiainen klo 8.45	Aamiainen klo 8.45	
09.00-10.00					
10.00-11.00		klo 09.30 Oheisharjoitus	klo 09.30 Oheisharjoitus	Jääharjoitus klo 9.30-11 Laukominen/ luistelu	
11.00-12.00		Jääharjoitus klo 10.30-12 Laukominen/ luistelu	Jääharjoitus klo 10.30-12 Laukominen/ luistelu	Loppuottelu klo 11-12	
12.00-13.00		Lounas klo 12	Lounas klo 12	Leirin päätös	
13.00-14.00		klo 13 Luento	klo 13 Luento	Lounas kotimatalle	
14.00-15.00					
15.00-16.00		klo 15-16.30 Saapuminen jäähallille päivällinen ja majoittuminen	Jääharjoitus klo 15-16.30 Laukominen/ luistelu	Jääharjoitus klo 15-16.30 Laukominen/ luistelu	
16.00-17.00			Klo 16.30 Päivällinen	Klo 16.30 Päivällinen	
17.00-18.00		klo 17-18 Oheisharjoitus			
18.00-19.00		Jääharjoitus klo 18.30-20.00 Laukominen/ luistelu	Breakaway-keskus Luistelu/ laukaus klo 18-19	Breakaway-keskus Luistelu/ laukaus klo 18-19	
19.00-20.00					
20.00-21.00		Rantasauna ja Iltapala klo 20-21.30	Kylpylä klo 19	Rantasauna ja Iltapala klo 20-21.30	
21.00-22.00			Iltapala ruokalassa klo 20.30-21.30		