

YLÄKOULULEIRITYS

Valtakunnallinen yläkoululeiritys on osa Suomen Olympiakomitean urheiluakatemiaohjelmaa.

Lukuvuodeksi 2018-2019 toimintaan haetaan 7.-9.luokkalaisia (vuosina 2002-2004 syntyneet). Hakijoilta edellytetään hyvää koulumenestystä, elämäntaitotaidot kunnossa. Hakijan tulee olla motivoitunut ja innostunut urheilijana kehittymiseen. Hakuaika päättyy 15.8.2018.

Shakin yläkoululeiritys

PAINOPISTEALUEET

**URHEILULLINEN
KEHITTYMINEN****KOULU /
OPISKELU****ELÄMÄN-
HALLINTATAIDOT**

LEIRIN SISÄLTÖ:

Lajitaidot: avauspelaaminen, keskipelin taktiset ja strategiset teemat, loppupelitekniikka
Kilpashakin ydinosaminen: kilpailuun valmistautuminen & maksimaalinen suorituskyky
Urheilullinen kehittyminen (voimaharjoittelu, fyysiset ominaisuudet, motoriset perustaidot)
Tutustuminen oman lajin ja muiden lajien urheilijoiden kanssa
Elämäntapa- ja urheilijataitojen kehittämistä
Autetaan urheilijaa henkilökohtaisen urheilijapolun rakentamisessa seuraaviin opintoasteisiin
Lajivastaavina toimivat Erik Rönkä ja Aleksi Olander. Rönkä ja Olander ovat molemmat voitaneet urallaan nuorten SM-kultaa shakissa. Rönkä on suorittanut urheilulukion lajinaan shakki.

LEIRIAJANKOHDAT:

Leiri 1. 30.9.-4.10.2018
Leiri 2. 11.-15.11.2018
Leiri 3. 4.-8.2.2019
Leiri 4. 5.-9.5.2019

Leirit alkavat sunnuntaisin klo 13.30
ja päättyvät torstaisin klo 16.

HINTA

Yhden leirin hinta on

260 €/hlö

Koko lukuvuoden hinta on 1040 €

Hinta sisältää valmennuksen,
majoituksen ja ruokailut (aamupala,
lounas, päivällinen, iltapala).

LAJI-
VASTAAVANA
**ERIK RÖNKÄ &
ALEKSI
OLANDER**

Toteutuksessa mukana: Suomen Urheiluopisto, Suomen Olympiakomitean virallinen urheilu- ja valmennuskeskus, Suomen Shakkiliitto, Haaga-Helia ammattikorkeakoulu, Vierumäen toimipiste, Päijät-Hämeen Urheiluakatemia

Yläkoululeirityksen koordinaattori

Ville Kämppi, 040 715 9784
ville.kamppi@vierumaki.fi

Shakin yläkoululeirityksen yhteyshenkilö

Marko Tauriainen,
Toiminnanjohtaja, Suomen shakkiliitto ry
050 581 3500, marko.tauriainen@shakkiliitto.fi

Tarkemmat hakuohjeet ja lisätiedot: https://www.lyyti.in/Shakin_Ylakoululeiritys_201819_7806



OLYMPIC
TRAINING
CENTER
VIERUMÄKI