



ALUEVALMENNUSLEIRI 19.-20.8.2017 ULVILA

Uvilan FK-kerho järjestää 19.-20.8.2017 Kartingin aluevalmennusleirin Ulvilassa!

Leiri on tarkoitettu kilpailutaustan omaaville Kartingkuljettajille! Leirillä syvennyttään Kartingin tekniikkaan ja oikeaan ajotapaan sekä kilpailemiseen. Leiri sisältää teoriaa ja leirin tarkoituksena on valmentaa kuljettajaa kilpailuihin, sekä keskittyä kauden aikana kilpailuissa havainnoituihin virheisiin. Leirin ohjaajana toimii Aluevalmentaja, Jari Ropponen.

Perjantaina mahdollisuus saapua paikalle radan aukioloaikana 09-21.00, mutta normaali ratamaksu on käytössä radalla perjantaina.

Leiriviikonloppuna rata-alueella on mahdollista yöpyä omalla kalustolla ja lataussähkö on käytettävissä perjantaista –sunnuntaihin.

Yöpymismaksu rata-alueella on 10€/yö tai 15€/viikonloppu, leiriviikonloppuna.

Leirin hinta on 70€, joka sisältää:

- Ohjatun leiritoiminnan
- Lämpimän ruoan sekä välipalan lauantaina/sunnuntaina ja iltapalan lauantaina, kuljettajalle ja huoltajalle
- Lauantaina mahdollisuus saunankäyttöön sekä suihkumahdollisuus koko viikonlopun ajan.

Radan kahvio auki perjantaista sunnuntaihin. Kahviosta saatavilla suolaista ja makeaa!

Otathan mukaan

- muistiinpanovälineet
- oman kartingauton
- Kartingauton liikennevakuutuksen voimassaolotodistuksen
- Huoltajan
- reippaasti iloista mieltä

Karting-autossa täytyy olla voimassaoleva liikennevakuutus sekä kuljettajalla voimassaoleva lisenssi!



ALUEVALMENNUSLEIRI 19.-20.8.2017 ULVILA

Leirin aikataulu

Leiri alkaa lauantaina kello 11.00 ja päättyy sunnuntai kello 17.00

Leiriohjelma

Lauantai 19.8.2017 kello 11.00 alkaen

- Säännöt!
- Kartingin turvallisuus, ajovarusteet, turvallinen ajaminen
- Harjoittelu ja säätäminen
- Aika-ajo, taktiikka ja merkitys
- Ohjattua ajoharjoittelua (Aika-ajot)
- Ruokailu, välipala ja iltapala
- Tavoitteet: Miksi ja mitä on henkinen valmentautuminen?
- Vapaata ajoharjoittelua
- Yhteenveto päivästä

Sunnuntai 20.8.2017 kello 11.00 alkaen

- Kilpailutoiminta yleisesti, ilmoittautuminen kilpailuun (KITI), ilmoittautuminen kilpailupaikalla, ilmoitustaulu, kilpaileva kuljettaja, katsastus
- Kilpailu luokittain
- Ruokailu
- Yhteenveto leiristä

Leiri päättyy noin kello 17.00, jonka jälkeen rata vielä vapaasti käytettävissä kello 19.00 saakka

Ilmoittautuminen sähköpostilla osoitteeseen ulvilafk@gmail.com tai numeroon 0406815150 ,
12.8.2017 mennessä, muistathan ilmoittaa myös mahdolliset erityisruokavaliot ja allergiat!

Lisätietoja leiristä numerosta 0406815150, Sanna Ojala

P. S. Muistathan täyttää ilmoittautumislomakkeen ennen leiriä, palautus sähköpostilla (viimeistään 12.8.2017) osoitteeseen ulvilafk@gmail.com



ALUEVALMENNUSLEIRI 19.-20.8.2017 ULVILA

ILMOITTAUTUMISLOMAKE

Kuljettajan Etu – ja sukunimi	
Huoltajan Etu – ja sukunimi	
Kotiosoite	
Syntymäaika	
Ruoka-aine tai muut mahdolliset allergiat / rajoitteet	
Kerho	
ID (AKK)	
Ponderi numero	
Taustatietoja, kokemus Kartingista	
Erityistoiveet, lisätietoja	
Yöpyminen (ilmoitathan tähän, mikäli yövytte radalla)	