



GOLF

VALTAKUNNALLINEN

YLÄKOULULEIRITYS VUOKATISSA



VUOKATTI SPORT



HEI NUORI URHEILIJA!



Haluatko parantaa urheilu- ja koulutaitojasi yhdessä muiden urheilullisten nuorten kanssa? Haluatko kasvaa tavoitteelliseksi urheilijaksi ja oppia hallitsemaan urheilu- ja arkielämää paremmin? Silloin sinun kannattaa hakea Vuokatti-Ruka urheiluakatemia-yläkoululeirille Vuokattiin!

Valtakunnallinen yläkoululeiritys tarjoaa sinulle mahdollisuuden yhdistää urheilu ja koulunkäynti leiriolosuhteissa ja saada tukea kokonaisvaltaiseen urheilijaksi kasvamiseen. Leiritys on osa Olympiakomitean urheiluakatemia-ohjelmaa ja tarjoaa monipuolista valmennusta lajin tarpeiden mukaan, mukaan lukien lajivalmennus, taito- ja fyysisten ominaisuuksien harjoittelu, urheilijan elämäntaitojen kehittäminen ja tuki kaksoisuraan ja opiskelutaitoihin.

Yläkoululeiritys tehostaa arkiharjoittelua ja antaa mahdollisuuden tutustua Vuokatin opiskelu- ja valmentautumisympäristöön.

Kolmen vuoden leiritysprosessi sisältää 3-6 leiriä vuodessa ja noudatetaan valtakunnallisia urheilijaksi kasvamisen sisältöjä sekä lajin määrittelemiä linjauksia. Leirivuorokausia on 4-6 päivää leirillä ja leirien aikana varataan aikaa koulunkäyntiin ja läksyille.

Hae mukaan yläkoululeirille ja koe urheilijana kasvaminen huippuolosuhteissa yhdessä muiden innostuneiden nuorten urheilijoiden kanssa!



GOLFARIN POLKU VUOKATISSA

Golf on urheilulaji, joka edellyttää liikkuvuutta, taitavuutta, tarkkuutta, taktisia taitoja, kehonhallintaa sekä psykologista pääomaa, ja nyt sinulla on loistava mahdollisuus kehittää näitä taitoja Vuokatin ammattimaisessa ja kannustavassa ympäristössä yläkoululeireiltä aina korkeakouluopintoihin saakka.

Yläkoululeireillä saat jo esimakua toiminnastamme ja pääset nauttimaan Vuokatin mahtavista olosuhteista ympäri vuoden. Yläkoululeirit ovat osa Suomen Golfliiton valmennusjärjestelmää ja niiden tarkoituksena on edesauttaa golfareiden uraa omalla urheilijan polullaan sekä tavoitteena yhdistää opiskelu ja urheilu saumattomasti yhteen.

Yläkoululeirien lajivalmennus toteutetaan Katinkullan kenttäalueella (poislukien tammikuun taitoleiri). Majoitukset, ruokailut ja päivittäiset kouluopinnot järjestetään Vuokatin urheiluopistolla, jossa on myös oma läksynvalvoja, huolehtien koulunkäynnistä leirien aikana. Vuokatin monipuoliset olosuhteet tarjoavat erilaisiin harjoituksiin täydellisen ympäristön vuoden jokaisena päivänä. Vuokatin urheiluopiston ympäristöstä löytyy kaikki tarvittava oheisharjoittelua varten kuntosaleista aina telinevoimistelusaliiin asti.



YLÄKOULULEIRIEN AJANKOHDAT:

Leiri 1: 20. - 25.8.2023

Leiri 2: 24. - 29.9.2023 + mahdollinen Future -leiri päälle

Leiri 3: 21. - 26.1.2024 (taitoleiri)

Leiri 4: 19.5 - 24.5.2024 + Pohjoisen futuretour kilpailu 26.5

Leirit kestävät sunnuntaista perjantaihin.

HARJOITTELU:

Leireillä harjoitellaan laadukkaasti vähintään kaksi kertaa päivässä ammattivalmentajien johdolla. Painopisteinä harjoittelussa ovat fyysiset ominaisuudet, lajitaidot ja Olympiakomitean Kasva urheilijaksi - kirjojen aiheet. Näihin kuuluvat mm. psyykkiset taidot ja urheilijan ravinto. Lisäksi keskitytään mm. elämänhallintataitojen opetteluun ja taitoharjoitteluun.

MITEN HAETAAN?

Leiritykseen haetaan sähköisellä hakulomakkeella.

Hakulomakkeeseen pääset tästä:

<https://link.webropolsurveys.com/S/4452CBB925AD7C35>

Haku päättyy 31.7.2023.

KUINKA URHEILJAVALINNAT TEHDÄÄN?

Urheilijat valitaan leiritykseen hakemusten perusteella ja hakijoiden tulee olla ensi lukuvuonna 7. - 9. luokan oppilaita eli vuosina 2008 - 2010 syntyneitä urheilijoita.

Leiritykseen valituilta urheilijoilta edellytämme sitoutumista leiritykseen ja osallistumista koko kauden kattavaan leiritykseen. Urheilijavalinnat tehdään heti hakuajan umpeuduttua ja valituille urheilijoille tiedotetaan valinnasta henkilökohtaisesti sähköpostitse.

PALJONKO LEIRITYS MAKSAA?

Yläkoululeirityksen hinta on **75 €/vrk/hlö**, sisältäen täysihoidon urheiluopistolla ja valmennuksen. Lisäksi yhdellä leirillä maksetaan materiaalimaksu **25 €**, johon kuuluu VRUA-tuotteita ja Kasva urheilijaksi - kirja. Pienet lisäkustannukset ovat mahdollisia.



“Yläkoululeireiltä saa uusia kavereita omasta lajipiiristä. Leireillä pääsee myös tutustumaan huippu-urheilijan arkeen ja ammattimaisempaan harjoitteluun.”

- Ampumahiihdon yläkoululeiriläinen, 8.luokka.

“Täydellinen paikka kehittyä ja kasvaa urheilijana. Yhteishenki on loistava ja leireillä on aina tosi mukavaa.”

- Yläkoululeirityksen läpikäynyt Sotkamon urheilulukiolainen

LISÄTIETOJA:

PGA Pro, Katinkulta Golf ry:n toiminnanjohtaja

Pertti Oja

0500 833 545

perttioja@hotmail.com

Valmentaja

Ville-Petteri Peittola

040 194 8370

villepetteripeittola@gmail.com