

Vammaissulkaapallo tutuksi! VUOKATTI 21.-23.9.2012

[Klikkaa tästä tapahtuma infoon](#)

[Klikkaa tästä Vuokatin urheiluopiston alue karttaan](#)

(Ruokailut ja respa rakennus 1, majoitukset rakennus 3 ja sulkaapallokentät rakennus 14/27)

Päiväohjelma

Kentät käytössä Vuokattihallilla (5 kpl) ja ne ovat käytössä seuraavasti:

Perjantaina klo 17 – 21

klo.17.00

Kimmo (p.0503708451) paikalla, jos kysyttävää paikasta tai yms.

Voi viedä pelituolit ym. pelivälineet hallille, jossa lukittava tila (kokoushuone)

klo. 19.00

Kokoonnutaan hallille verryttelemään/pelailemaan. Ei varsinaista ohjausta.

Lauantaina klo 8.00–21.00

klo. 8.30–11.00

Pekka Sarasjärven opein sulkaapallon saloihin

klo 11.00–14.00

Tauko, jolloin ruokaillaan ja ilmojen salliessa ulkoillaan.

14.00-n.16.30

Jatketaan Pekka Sarasjärven opein

20.00-

Iltapala rantasaunalla, josta tarkempaa tietoa pe/la

Sunnuntaina 8.00–15.00

klo. 8.00

Aloitetaan Vuokattihallin kokoushuoneessa tulevan kauden sääntöjen ym. asioiden käsittelyllä.

9.00–11.00

Kerrataan lauantaina opittua Pekka Sarasjärven ohjauksessa

Ruokailut

Ruokailut kuuluvat majoitukseen osallistujille, muuten ruokaliput voi lunastaa ruokaravintolasta tai ennakkoon respasta.

Noutopöytä

Ruokaravintolan perustarjoilun muodostavat päivittäin noutopöydästä tarjoiltavat aamiainen, lounas ja päivällinen. Lounaalla on mahdollisuus valita myös kevyemmät salaatti- ja keittolounas vaihtoehdot.

Aamiainen

klo 7-10

9,80 € / aikuinen (4,90 € / 4-11-vuotias lapsi)

Kala- ja salaattipöytä ja päivänkeitto

klo 11.30-15

10,40 € / aikuinen (5,20 € / 4-11vuotias lapsi)

- sis. salaatti- ja leipäpöydän tuotteet, keiton, jälkiruoan ja kahvin/kaakaon/teen

Lounas

klo 12-15

14,60 € / aikuinen (7,30 € / 4-11-vuotias lapsi)

- sis. salaatti- ja leipäpöydän tuotteet, keiton, pääruoan (liha tai broileri), lämpimät lisäkkeet, jälkiruoan ja kahvin / kaakaon / teen

Päivällinen

klo 17-19

16,20 € / aikuinen (8,10 € / 4-11-vuotias lapsi)

- sis. salaatti- ja leipäpöydän tuotteet, pääruoan (liha tai broileri ja kala), lämpimät lisäkkeet, jälkiruoan ja kahvin / kaakaon / teen