



15.10.2024

Tervetuloa SFI-uinnin pariin!

Introleiri uudistuu! Jatkossa introleirit tunnetaan nimellä **SFI juniorileiri!**

Meidän tavoitteemme on jatkuvasti kehittää toimintaamme SFI uinnissa. Viime vuosina on ollut hienoa nähdä kuinka introleirit ovat täyttyneet SFI-uimareista ympäri Suomen. Tänä vuonna panostammekin introihin tuplasti ja järjestämme leirin sekä keväällä että syksyllä 2024. Olemme myös muuttaneet leirin nimeksi juniorileiri sekä laajentaneet ikäsarjoja. Tänä vuonna leireille ovat tervetulleita kaikki 2009-2010-2011-2012 syntyneet uimarit. Leirin aikana uimarit saavat mahdollisuuden tutustua muiden SFI seurojen uimareiden kanssa ja valmentajat pallotella ideoita ja vaihtaa kokemuksia keskenään. Syksyn leiri järjestetään **Kuortaneella 13-15.12.2024.**

Syksyn leirin pääpaino on taitoharjoittelussa sekä psyykkisessä valmennuksessa. Meillä on myös ilo ilmoittaa saavamme syksyn leirille mukaan SFI:n psyykkisen valmennuksen asiantuntijan Anki Brandtbergin. Anki on mukana leirin harjoituksissa ja pitää myös uimareille luennon psyykkisen valmennuksen saralta viikonlopun aikana.

Toivomme saavamme mukaan uimareita ja valmentajia kaikista SFI-seuroista. Jokainen seura voi ilmoittaa leirille korkeintaan kuusi (6) uimaria ja yhden valmentajan. Mahdolliset vapaat paikat täytetään lisäuimareilla ilmoittautumisajan umpeuduttua.

Leirin hinta on 115€/henkilö (sis. täysihoidon opistolla). Matkat Kuortaneelle jokainen järjestää itse. Leiri sisältää yhteensä neljä allastreeniä, kolme oheistreeniä sekä Ankin luennon.

Elektroninen ilmoittautuminen avataan viikolla 43, ja tehdään SFI kotisivujen kautta.

Toivottavasti tapaamme juniorileirillä! 😊

Syysterkuin,

Sara Riska

SFI-kenttäkoordinaattori