



# SSVa:n järjestämä SENIORILEIRI

## Talihallissa 31.10.2020

Huopalahdentie 28, 00350 Helsinki. [info@talihalli.fi](mailto:info@talihalli.fi)

**Koronan vuoksi osallistujia vain 24 ensimmäistä**

Lauantaina 31.10.2020 klo 11-16 teemana :  
**TAKAKENTÄN PELASTUSLYÖNNIT**

Leirien aikataulu:

11-13 kaksituntia kentillä

13-14 tunnin salaattitauko

14-16 kaksituntia kentillä

**Ilmoittautumiset:**

[sulkis.sylvi@gmail.com](mailto:sulkis.sylvi@gmail.com)

**Leirin hinta 45 €**

sis. kentät, pallot, valmennuksen ja salaatin.  
Vakioina savukala, kanacesar ja feta tai rapu.  
Sekä patonkipalan ja banaanin.

Maksu viikkoa ennen leirin alkua

**Suomen Sulkapallovalmentajat ry**

**F122 5723 0220 2222 07**

OKOFIHH

Päävalmentajana PEXI alias Pekka Sarasjärvi

**JK. Leirit on tarkoitettu kaikille yli 35 vuotiaille,  
kilpapelamisesta hiukankin kiinnostuneille.**



**Takakentän pelastuslyönnit!**

Senioreiden sulkikseen vahvuutta takanurkkien hallintaan.  
31.10.2020 Talihallissa alkaa klo 11:00 PEXIN vetämä sulkistreeni jossa harjoitellaan takakentän rystylyöntitekniikoita ja kämmentakakulman pelastuslyöntejä.