

# Urheilijana kasvu ja kehittyminen 2013-14

HAKULOMAKE 2013-14



Ympyröi lajisi:

Painonnosto

Kahvakuula

Ikäryhmäsi / syksy 2013:

15v.

17v.

20v.

23v.

Aikuiset

Urheilijan nimi: \_\_\_\_\_

Osoite: \_\_\_\_\_

Sähköposti ja puhelin: \_\_\_\_\_

Urheilijan valmentaja: \_\_\_\_\_

Valmentajan s-posti: \_\_\_\_\_

puhelin: \_\_\_\_\_

Haluun osallistua leiritykseen:

TO-SU / hinta 1200€

PE-SU / hinta 800€

Allekirjoitukset:

Sitoudun UK&K 2013-14 ohjelmaan (24 tai 16 leirivuorokautta) ja noudattamaan SPNL:n, SUO:n ja ADT:n sääntöjä. Sitoudun maksamaan kurssimaksun (1. erä 1.10.2013, 2. erä 1.12.2013) ja omat matkakuluni Suomen Urheiluopistolle. Sitoudun opiskelemaan painonnoston valmentajakoulutusta (Taso I tai II). Käyttämättömiä leirivuorokausia ei korvata. SPNL pitää oikeudet muutoksiin.

\_\_\_\_\_  
Urheilija

\_\_\_\_\_  
Valmentaja

Hakulomake palautetaan 3.7.2013 mennessä Tomi Tolsalle skannattuna tomi.tolsa@vierumaki.fi tai postitse Suomen Painonnostoliitto, UK&K 2013-14 hakulomake, Kaskelantie 10, 19120 Vierumäki.