

KOLMEVÕISTLUSE KROSSIPÄEV NIITVÄLJAL

KOLMEVÕISTLEJA ANTS SÄHKAGA

1. **Koolituse teema:** Maastikutrenn koos krossitõkete hüppamisega. Täiendkoolitus kolmevõistluse ametnikele, treeneritele ja huvilistele treeningute jälgimise vormis.
2. **Kellele suunatud:**
 - Sportlastele ja harrastajatele, kes soovivad treeneri juhendamisel teha maastikutrenni koos eritüübiliste krossitõkete hüppamisega.
 - Täiendkoolitusena treeneritele, sportlastele, huvilistele.
3. **Koolituse aeg:** 1.04.2017 **NB!** Kui selleks ajaks ei ole maastikurada ilmaolude tõttu veel kasutatav, siis lükkub koolitus edasi. Vastav info jooksvalt antud juhendi juurde, Facebookis ning registreerunute meilidele!
4. **Toimumiskoht:** Niitvälja Ratsaspordibaas, Keila vald, Harju maakond
5. **Ametlik korraldaja:** Eesti Ratsaspordiliit
6. **Kontaktisik:** Merlis Orion, merlis.orion@gmail.com, 5227069
7. **Koolitaja:** Ants SÄHKA. Ants Sähka on endine edukas ja suure kogemusega kolmevõistleja, praegune treener, tunnustatud rajameister, võistluste korraldaja ning 3V komitee liige.
8. **Koolituse maht:** Sportlastele 1 treeningtund / täiendkoolitusel osalejatele võimalus kuulata kogu päev või osaliselt.
9. **Registreerimine lingil kuni 25.03.2017:**

SPORTLANE:
https://docs.google.com/forms/d/17aotrv26ChKX_UWhOaBFxg58X3fIsR1DOEmNP1IObU0/edit

TÄIENDKOOLITUSEL OSALEJALE:
<https://docs.google.com/forms/d/1rp66ZxB68Ppf7hvwymQBin1y7OKe6MEPAu5NWhFmal/edit>
10. **Hind ja tasumine:** Sportlane - 20 €, tasumine sularahas kohapeal. Hind sisaldab treeneri tasu ja maastikuraja kasutuse tasu. Registreerunud täiendkoolitusel osalejatele - 5 €. Huvilistele, kes koolitustõendit ei soovi, on treeningute jälgimine tasuta. Info Merlis Orion, mob.522 70 69
11. **Koolituse kava:** Päeva algus kell 10:00. Tasemete järgi moodustatud treeninggruppid hüppavad erineva profiili ja kõrgusega krossitõkkeid. Gruppide suurus 2-3 inimest. Täpsem info gruppide kohta peale registreerimise lõppemist Merlisilt.
12. **Lisainformatsioon:** Hobuseid ei majutata.
13. **Täiendav Info:** Merlis Orion, 5227069 või merlis.orion@gmail.com
14. **Toitlustus:** ei toimu