

## **Euroopa U23 meistrivõistlused 2015, Tallinn**

### **KOONDISLASE INFOKIRI 1**

#### **KOONDISE KOOSOLEK**

Toimub 8. juulil kell 20:00 Viru Hotelli lobbis

Jagatakse võistleja numbreid ja võistluste tehnilist infot.

Kel ala võistluste lõpu poole saab info ja võistleja numbrid soovi korral kätte hiljem kokkuleppel (Marko FB, [marko@ekjl.ee](mailto:marko@ekjl.ee), tel: 59 105 056 või #U23TeamEstonia grupi lehel)

#### **AKREDITEERIMISKAARDID**

Akrediteerimiskaardid saab kätte 8. juuli hommikul Kadrioru staadioni väravas (Vesivärava) vahemikus kell 9:30-10:00.

Kes hommikul staadionile ei jõua saab kaardi kätte koondise koosolekul või kokkuleppel (Marko) hilisemal ajal.

#### **VÕISTLUSVARUSTUS**

Koondis võistleb Londoni OM 2012 võistlusvormis.

Varustuse saab kätte 3.-4. juulil Rakvere staadionil (mitmevõistlejad järgmise nädala alguses Maakri 23, Tallinnas või võistkonna koosolekul)

#### **AMETLIK TREENING**

Kõigi koondiset ametlik treening toimub 8. juulil Kadrioru staadioni peaareenil kell 10:00-12.00.

10:30-12:00 on võimalik teha ka starte peaareenil ametliku starteriga.

Väljakualasi ametliku treeningu aja teha ilmselt ei saa, pigem pisut rada testida, kiirendusi teha jms. Samal ajal on avatud ka Kadrioru staadioni harjutusväljak võistluseelse treeningu tegemiseks.

#### **AMETLIKUD TREENINGPAIGAD**

##### **AUDENTESE SPORDIBAAS**

7 juuli – 11 juuli: 10:00–13:00 & 16:00–20:00

12 juuli 10:00–13:00

Turvalisuse huvides on odavisketreening lubatud Audentese staadionil

7 juuli – 11 juuli 10:00–11:00 & 18:00–20:00

12 juuli 11:00–12:00

HEITED - Tallinna Saksa Gümnaasiumi staadion (Mustamäe, Sütiste tee 20)

Teisipäev 7 juuli: Vasar 10:00–11:30 & 15:00–17:00 Ketas 11:30–13:00 & 17:00–19:00

Kolmapäev 8 juuli: Ketas 10:00–11:30 & 15:00–17:00 Vasar 11:30–13:00 & 17:00–19:00

Neljapäev 9 juuli: Ketas 10:00–11:30 & 15:00–16:00 Vasar 11:30–13:00 & 16:00–17:00

Reede 10 juuli: Ketas 10:00–11:30 & 16:00–17:00 Vasar 11:30–13:00 & 15:00–16:00

Laupäev 11 juuli: Vasar 10:00–11:30 & 15:00–16:00 Ketas 11:30–13:00 & 16:00–17:00

## **TASUTA PÄÄSMED**

Kõik koondisesse arvatud sportlased saavad oma pereliikmetele ja sõpradele viis tasuta piletit.

Sõber või sugulane, kes seda piletit saada soovib peab ükskõik kummas staadioniväravas ütleva märksõnaks „SPORTLASE PILET“ ja sportlase nime, kelle arvestusest see pilet läheb.

NB! Sportlaste piletid on nn vaba istekohaga piletid ehk siis peatribüünile saab vaid vabade kohtade olemasolul. Kindlasti kehtivad piletid vastastribüünil ning kurvides.

Kui mõni sportlane soovib rohkem pileteid, siis on võimalus pööruda oma klubi juhi pole ning uurida, millistel alustel jaotab klubi pileteid.

## **FÜSIOTERAAPIA**

Koondise füsioterapeut on Risto Jamnes, kelle abi on saadaval Kadrioru harjutusväljakul võistkonna telgis alates 9. juulist. Vajadusel kaasame lisajõudusi ja suuname sportlased täiendavate füsioterapeutide juurde.

## **TEAVITUS**

Kõigist võistlemist takistada võivatest asjaoludest palun kohe nende ilmnmisel teavitada võistkonna juhti (Marko). Samuti muudes küsimustes, kahtlustes.

## **KONTAKT JA INFOVAHETUS**

Marko FB, marko@ekjl.ee, tel: 59 105 056 või info ühiskasutuseks #U23TeamEstonia grupi FB lehel