

MBF ja SPTL järjestää

MIMMILEIRIN KARJAALLA

4-5.10.2025

**STEFANIN
PINGISHALLISSA,
NAAPURINKATU 36,
10300 KARJAA**



ILMOITTAUTUMINEN:

**[HTTPS://DOCS.GOOGLE.COM/FORMS/D/E/1FAIPQLSFIHIJGSP
4SA4CRN6IUkrVE2EHGO0BNB6UNMCQNEOXRA_YKA/VIEWF
ORM?USP=DIALOG](https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIPQLSFIHIJGSP4SA4CRN6IUkrVE2EHGO0BNB6UNMCQNEOXRA_YKA/viewform?usp=dialog)**



Lauantai 4.10.2025

Ryhmä "E" (Edistyneet)

Lähtö junalla 8:35 Helsingistä (945) – perillä Karjaalla 9:35

Pingistreenit	klo 10 – 12
Lounas	klo 12 – 14 (pingishallin keittiössä)
Pingistreenit	klo 14 – 16
Ulkotreenit	klo 16 – 17 (kuntotreeni, parkour tai fudis)
Sauna/ uinti	klo 17 – 18

Ryhmä "A" (Aloittelijat)

Lähtö junalla 10:35 Helsingistä (949) – perillä Karjaalla 11:35.

Pingistreenit	klo 12 – 14
Lounas	klo 14 – 16
Pingistreenit	klo 16 – 18
Sauna/uinti	klo 18 – 18:30

Illallinen	klo 18:30 – 19:30 (pingishallin keittiössä, tilataan pizzat)
Iltaohjelma	klo 19:30 – 22:00 (sauna, uinti, biljardi, yöpingis, leffa)
Nukkumaan	klo 22:00

Sunnuntai 5.10.2025

**Herätys
Aamiainen**

**klo 8.30 (voi käydä aamusaunassa ja uinnissa)
klo 9.00 – 9.45 (pingishallin keittiössä)**

Ryhmä "E" (Edistyneet)

**Parkour tai fudis
Pingistreenit
(Yhteinen) lounas
Tauko
Pingistreenit**

**klo 10 – 11
klo 11 – 12.30
klo 12.30 – 13.30 (pingishallin keittiössä)
klo 13.30 – 15
klo 15 – 17**

Lähtö Karjaalta klo 17:36 Intercity (964) junalla, perillä Helsingissä 18:40.

Ryhmä "A" (Aloittelijat)

**Pingistreenit
Parkour tai fudis
(Yhteinen) lounas
Pingistreenit**

**klo 10 – 11
klo 11 – 12
klo 12 – 13 (pingishallin keittiössä)
klo 13 – 15**

Lähtö Karjaalta klo 15:36 InterCity (960) junalla, perillä Helsingissä 16:40.

Valmentajat:

Katja Kohonen, p. 050 535 1489

Johanna Kaimio, p. 040 576 0711

Paikalla olevat MBF:n puolesta:

Ildiko Kadar, p. 045 346 1779

Mukaan leirille: Pelivarusteet, makuupussi ja makuualusta, pyyhe, uikkarit, naposteltavaa leffailtaan.

Osallistuminen: molemmilta päiviltä yhteensä 50€ (sis. tilauspizzan)