

# KESKUSSAIRAALOIDEN SM-HIIHDOT 2014 ESPOO (LEPPÄVAARAN URHEILUPUISTO)

Tervetuloa Espoon Leppävaaraan SM-hiihtoihin 15.-16.2.2014

## Kilpailupaikka:

- Espoo, Leppävaaran Urheilupuisto(Veräjätienkatu 17)
- Kilpailukanslia avoinna la 15.2 klo 10-16 ja su 16.2 klo 9:00 alkaen

## Kilpailuohjelma:

- Henkilökohtaiset matkat lauantaina 15.2 alkaen klo 13
- Sarjat: M/N yleinen ,M/N 35-80 v (sarjat viiden vuoden välein)
- Hiihtotapa vapaa
- Matka 5 km,60 v ja vanhemmat 3 km
  
- Sunnuntaina 16.2 viesti klo 10
- Joukkueessa 3 naista ja 3 miestä
- Matka 6x3 km
- Joukkueen yhteisikä vähintään 250 v

## Muu ohjelma:

- Iltatilaisuus hotellissa Scandic Espoo(Nihtisillantie 1,Espoo)
- Ruokailu klo 18(joukkueet varaavat ruokailun itse 15.1.2014 mennessä osoitteesta [sales.helsinki@scandichotels.com](mailto:sales.helsinki@scandichotels.com); sähköpostissa tulee mainita **varaustunnus SAI150214\_001** (samassa yhteydessä voi varata myös majoituksen)
- Palkintojen jako ja iltaohjelma ruokailun jälkeen
- Juhlailallinen(hinta 28,00 e);

### Alkuruokapöytä:

- vihersalaatti
- tomaatti-punasipulisalaatti
- caesar -salaatti ja rapeaa pekonia
- marinoituja oliiveja
- chilimarinoituja katkarapuja

### Pääruoka:

- rosmariiniperunoita
- lämmin kasvisruoka
- kanaa ja tomaatti-basilikakastiketta
- paistettua lohta ja valkoviinivoikastiketta

### Jälkiruoat:

- mustikkapiirakka ja vaniljavaahto
- passionmarinoitu hedelmäsalaatti
- kahvi / tee
- Joukkueenjohtajien kokous hotelli Scandic Espoo klo 17

#### Majoitus:

- hotelli Scandic Espoo(Nihtisillankuja 1)
- kiintiövaraus nimikkeellä "Keskussairaaloiden SM-hiihdot"
- kahden hengen huone 89 e/yö
  
- jokainen joukkue varaa majoituksensa itse osoitteesta:  
[sales.helsinki@scandichotels.com](mailto:sales.helsinki@scandichotels.com). Sähköpostissa tulee mainita  
varaustunnus SAI150214\_001.Varaukset tehtävä 15.1.2014 men-  
nessä

#### Osallistumismaksu

- 15 e/hiihtäjä
- 50 e/viestijoukkue
- osallistumismaksut maksetaan tilille: FI6680001970069770/  
HYKS Urheiluseura  
( Danske Bank )

#### Ilmoittautuminen

- 10.1.2014 mennessä osoitteeseen [esa.ollikainen@hus.fi](mailto:esa.ollikainen@hus.fi) ja/tai  
eollikainen@gmail.com

Tervetuloa Espooseen !

Terveisin,

Esa Ollikainen,

Hyks:in Urheiluseuran hiihtojaosto,

puh.044-3607359 / työ 09 471 76451