

JÄÄ:

JÄÄ:

HUOM!
SM-nov ja deb 1.vk, Vantaa: Toivo/Lempi

R = Ruissalon liikuntahalli
JH = jäähalli
U = ulkona
OMT = omatoimi (ohjeistettu)

OHEISET: laji, rotaatio

tanssi TAI kehonhallinta, liikkuvuus

räjähtävyys, koordinaatio

räjähtävyys, koordinaatio

laji, tasapaino

16:30-17:20 (JH)	17:10-18:00 (R)	17:00-17:30	15:30-15:20 (JH)	17:00-18:00 (JH)	10:30-11:20 (JH)	14:15-14:45 (JH)
vihreät	mustat	punaiset (A-silmut)	Lisa (ROTAATTORI)	mustat	keltaiset	mustat
tähdet	siniset	LOPPUVERKKA	17:30-18:20 (JH)	siniset	Nelli, Aino	siniset
oranssit	18:10-19:00 (R)	18:15-19:00 (R)	punaiset	punaiset	oranssit	OMT alkuverkka!
17:30-18:20 (JH tai R)	punaiset	luistelukoulu	17:30-18:20 (JH)	18:15-19:00 (R)	11:40-12:30 (JH)	16:45-17:15 (JH)
keltaiset	oranssit	TLK	oranssit	Harrastajat+Nicolas, Bea +korvaajat	punaiset	punaiset (B-silmut)
Nelli+Aino+Lilli+Bea	19:00-19:45 (JH)	tähdet + Eevi P (korvaus la)	vihreät	18:10-19:00 (R)	17:30-18:20 (JH)	oranssit
punaiset (B-silmut)	aikuiset+harrastajat 3	18:00-18:50 (JH)	17:30-18:20 (JH)	vihreät	mustat	keltaiset
18:30-19:20 (JH tai R)	19:10-20:00 (R)	mustat	keltaiset	tähdet	siniset (ei Nelli, Aino)	OMT alkuverkka!
punaiset (A-silmut)	keltaiset	siniset	Emilia T		19:00-19:45 (JH)	
siniset	korvaajat?				aikuiset	
mustat			Lisätunteihin ilmoittautuminen nettisivujen kautta.			

Lisätunteihin ilmoittautuminen nettisivujen kautta.

Hyppyvaljaat (onkki) saadaan paremmin käyttöön lisätunneilla. Omissa harjoituksissa käytössä satunnaisesti.

Muutokset aikatauluun mahdolliset.