AIKATAULU VKO 37

JÄÄ:

Ma 8.9.	Ti 9.9.	Ke 10.9.	To 11.9.	Pe 12.9.	La 13.9.	Su 14.9.
15:30-16:20 **OHJELMA (LILLI)**	7:30-8:20 AAMUJÄÄ	**15:30-16:00** **OHJELMA (LILLI)**		7:30-8:20 AAMUJÄÄ		
15:30-16:20 vihreät tähdet oranssit	16:00-16:50 mustat siniset	15:30-16:50 mustat (ei Roosa) Amanda, Emilia N	16:00-17:20 punaiset	**14:00-14:50** **OHJELMA (Lisa)**	9:00-10:20 keltaiset+Nelli+Aino mustat+Amanda	15:00-16:20 mustat+Amanda
16:30-17:20 keltaiset Nelli+Aino+Lilli punaiset (B-silmut)	17:00-17:50 punaiset oranssit	16:00-16:50 siniset (7h käyvät) punaiset (A-silmut)	17:30-18:20 keltaiset oranssit vihreät	15:00-15:50 ohjelmajää mustat+Amanda	10:30-11:30 siniset (7h käyvät) punaiset	15:00-16:20 siniset 16:30-17:20 TLK
17:30-18:20 punaiset (A-silmut) siniset mustat	18:00-18:50 aikuiset+harrastajat 3 keltaiset korvaus/lisäjää **17:00-18:20** **OHJELMA (BEA)**	Roosa 17:00-17:50 luistelukoulu TLK tähdet+Eevi P (korvaus la)		16:00-16:50 Roosa (30min korvaus) siniset+Lilo punaiset 17:00-17:50 Harrastajat 1+2+3 Ella, Nicolas, Bea (korvaus) vihreät tähdet	11:30-12:20 vihreät oranssit **13:50-15:20** **PUHTAALLE MENO** **ISU-SARJAT** **15:30-16:10** Aikuiset **15:30-16:10** **korvaus/lisäjää** **YT**	Harrastajat 2+3 16:30-17:20 YT (jos ei kisoja) **16:30-17:20** punaiset (B-silmut) oranssit 17:30-18:50 keltaiset

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

ISU-puhtaalle meno:

RYHMÄ 1 **13:50-13:55**
1. Toivo
2. Lilo
3. Roosa

RYHMÄ 2 **14:10-14:14**
1. Sonya
2. Kristina M
3. Olivia
4. Lilli

RYHMÄ 3 **14:39-14:43**
1. Katarina
2. Helmi O
3. Amanda
4. Aino

*puhtaalle menon jälkeen kaikki jäälle

luisteluarvonta suoritetaan pe harjoituksissa

OHEISET:

laji, rotaatio	tanssi TAI kehonhallinta, liikkuvuus	räjähtävyys, koordinaatio	räjähtävyys, koordinaatio	laji, tasapaino	uuden alkuverkkaan läpikäynti	laji
16:30-17:20 (JH) vihreät tähdet oranssit	17:10-18:00 (R) mustat siniset	17:00-17:30 punaiset (A-silmut) LOPPUVERKKA	17:40-18:30 (R) punaiset	**17:00-18:00 (JH)** **LUENTO** mustat siniset	10:30-11:20 (JH) keltaiset+Aino+Nelli mustat+Amanda	14:15-14:45 (JH) mustat siniset
17:30-18:20 (JH tai R) keltaiset Nelli+Aino+Lilli+Bea punaiset (B-silmut)	18:10-19:00 (R) punaiset oranssit 19:05-19:25 (JH) Lisa (ROTAATTORI)	18:15-19:00 (R) luistelukoulu TLK tähdet + Eevi P (korvaus la) 18:00-18:50 (JH) mustat siniset	18:40-19:30 (R) oranssit vihreät 18:40-19:30 (JH tai R) keltaiset Emilia T	punaiset 18:15-19:00 (R) Harrastajat+Nicolas, Bea +korvaajat 18:10-19:00 (R) vihreät tähdet	11:40-12:30 (JH) siniset (7h käyvät) punaiset **12:30-13:20 (JH)** vihreät oranssit **16:30-17:15 (R)** **aikuiset**	**OMT alkuverkka!** 16:45-17:15 (JH) punaiset (B-silmut) oranssit keltaiset **OMT alkuverkka!**
18:30-19:20 (JH tai R) punaiset (A-silmut) siniset mustat	19:00-19:45 (JH) aikuiset+harrastajat 3 19:10-20:00 (R) keltaiset korvaajat?					

Lisätunteihin ilmoittautuminen nettisivujen kautta.

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

Muutokset aikatauluun mahdolliset.