

VK 38 15.9-21.9.2025																						
Ma				Ti				Ke				To				Pe						
14.10 - 15.00	KELTAISET/ EMILIA OHJELMA, TINTIT/ DARIA		PINKIT/ AADA	7.10-8.00	VALINNAINEN AAMUJÄÄ/ DARIA			14.00 - 15.00	YKSÄRIJÄÄ			7.10-8.00	VALINNAINEN AAMUJÄÄ/ AADA			14.00 - 14.30	YKSÄRIJÄÄ					
15.10 - 16.00	KELTAISET OHEISET TATAMI/ EMILIA (Nopeustreeni)		PINKIT OHEISET TATAMI/ AADA	15.10 - 16.00	VIOLETTIT OHEISET OONA/ TATAMI (nopeustreeni)	SINISET OHEISET OONA/ TATAMI (nopeustreeni)		15.10 - 16.00	VIOLETTIT OHEISET OONA/ TATAMI (Voimatreeni)	SINISET OHEISET OONA TATAMI (Voimatreeni)		14.00 - 15.00	YKSÄRIJÄÄ			14.40 - 15.35	KELTAISET/ AADA	PUNAISET + Ruskajä Meina / DARIA (alkuverryttely 14.20-14.30 Alicia)				
15.10 - 16.00	PUNAISET/ EMILIA (alkuverryttely 14.50 - 16.00 Patricia)		VIOLETTIT/ DARIA (alkuverryttely 14.50 - 16.00 Sonja) NOELLA, ISOLDE - VAPAAPIÄIVÄ		15.10 - 16.00	PUNAISET/ DARIA OHJELMAT		VIHREÄT/AADA OHJELMAT		16.10-17.05	VIOLETTIT/ DARIA		SINISET / EMILIA		15.10-16.00	VIHREÄT/ DARIA	KELTAISET/ DARIA	PUNAISET/ AADA				
16.10 - 17.00	PUNAISET/ OHEISET ULKONA EMILIA (Lenkki, hyppy+rotaatiot)		VIOLETTIT/ EMILIA OHEISET ULKONA (Lenkki, hyppy+rotaatiot)		16.10 - 17.00	PUNAISET/ OHEISET OONA TATAMI (nopeustreeni)		VIHREÄT/OHEISET OONA TATAMI (nopeustreeni)		16.10 - 17.00	VIHREÄT/ OHEISET OONA TATAMI	KELTAISET/ OHEISET OONA TATAMI		PUNAISET/ OHEISET OONA TATAMI		16.10-17.00	VIHREÄT/ OHEISET TATAMI AADA	KELTAISET/ OHEISET TATAMI AADA	PUNAISET/ OHEISET TATAMI AADA			
16.10 - 17.00	VIHREÄT/ AADA (alkuverryttely 15.45 - 16.00 Kerttu)		SINISET / DARIA (alkuverryttely 15.45 - 16.00 Adabella)		16.10 - 17.00	SINISET/ DARIA		VIOLETTIT/ EMILIA		17.05 - 18.00	VIHREÄT/ DARIA	KELTAISET/ EMILIA		PUNAISET/ AADA		16.10 - 17.00	VIOLETTIT/ DARIA OHJELMAT (alkuverryttely 15.40 - 16.00 Lovisa)			16.40-17-30	VIOLETTIT/ AADA VENYTTELY TATAMI	SINISET/ AADA VENYTTELY TATAMI
17.10 - 18.00	VIHREÄT/OHEISET ULKONA AADA (Lenkki, hyppy+rotaatiot)		SINISET/ DARIA OHEISET ULKONA Lenkki, hyppy+rotaatiot) FANNI, ELLEN - VAPAAPIÄIVÄ		PELIPÄIVÄ						17.10-18.00	VIOLETTIT/ EMILIA OHEISET YLÄTASANNE (Hyppy/ koikat, reaktiot + keskivartalo)										
17.30-18.00	JUMPPA, LUISTELUKOULU JA TAITAJAT/ YLÄTASANNE			Nuoren urheilijan ravinto-luento Oona-Mari Hakulinen klo 18.15 Sokos Hotel Kaarle, kokouksella Neristan Luiselajat sekä luiselijoiden vanhemmat ja huoltajat						16.15 - 17.00	PINKIT/ OHEISET YLÄTASANNE NEEA											
18.10 - 19.00	LUISTELUKOULU, TAITAJAT									17.10-18.00	SINISET/ DARIA (alkuverryttely 16.40 - 17.00 Ellen)		PINKIT/ AADA									
										18.10 - 19.00	SINISET/ EMILIA OHEISET YLÄTASANNE (Hyppy/ koikat, reaktiot + keskivartalo)											

Su		
17.35 - 17.55	VIOLETTIT OT JUOKSU/ YLÄTASANNE TAI ULKONA	
18.10 - 19.05	PINKIT/ AADA	VIOLETTIT/ EMILIA
18.30 - 18.50	SINISET OT JUOKSU/ YLÄTASANNE TAI ULKONA	
19.05 - 20.00	SINISET/ AADA OHJELMAT	