

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 YLTÄSANNIE / AADA		15.10 - 16.00	VIOLETTI OHEISET OONA/ TATAMI (nopeustreeni)	SINISET OHEISET OONA/ TATAMI (nopeustreeni)		15.10 - 16.00	VIOLETTI OHEISET OONA/ TATAMI (Voimatreeni)	SINISET OHEISET OONA TATAMI (Voimatreeni)			14.00 - 15.00	YKSÄRIJÄÄ		14.40 - 15.35	KELTAISET/ AADA	PUNAiset + Ruskia ja Miina / 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) 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	15.45 - 16.35	KELTAISET/ AADA VENYTTELY TATAMI	PUNAiset/ AADA VENYTTELY TATAMI
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	15.35-16-30	VIOLETTIT/ DARIA MUSIKKIIKIN LUISTELU (alkuverryttely 15.15- 15.25 Lovisa)	SINISET/ DARIA MUSIKKIIKIN LUISTELU (alkuverryttely 15.15- 15.25 Amanda)
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 YLÄTÄSANNIE (Hyppy/ koikat, reaktiot + keskivartalo)					
17.30-18.00	JUMPPA, LUISTELUKOULU JA TAITAJAT/ YLTÄSANNIE			Nuoren urheilijan ravinto-luento Oona-Mari Hakulinen klo 18.15 Sokos Hotel Kaarle, kokouksilla Neristan Luiselajat sekä luiselijoiden vanhemmat ja huoltajat									16.15 - 17.00	PINKIT/ OHEISET YLTÄSANNIE 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 YLÄTÄSANNIE (Hyppy/ koikat, reaktiot + keskivartalo)					

Su		
17.35 - 17.55	VIOLETTI OT JUOKSU/ YLTÄSANNIE TAI ULKONA	
18.10 - 19.05	PINKIT/ AADA	VIOLETTI/ EMILIA
18.30 - 18.50	SINiset OT JUOKSU/ YLTÄSANNIE TAI ULKONA	
19.05 - 20.00	SINiset/ AADA OHJELMAT	