

MA	KE	TO
1.4. Ei treenejä 2. pääsiäispäivä	3.4. 12-14v reaktiot+ nopeus + keihäs	4.4. 12-14v Aitajuoksu motoriset taidot/kp
8.4. 12-14v keihäs / Hyppyoheis (loikat, hyyt + esim. kp)	10.4. 12-14v Pituus motoriset taidot (kärrynpyörä, kuperkeikka, loikat, kinkat tms.)	11.4. 12-14v kuula + reaktiot+ nopeus
15.4. 12-14v hiekkalaatikko Pituus 18.15-> + heitto-oheis (kuntopallo tms.)	17.4. 12-14v korkeus + telinelähdöt PM-maantiejuoksut Hakunila	18.4. 12-14v juoksutekniikka+ kuntopiiri/kuntopallot
22.4. 12-14v kuula+ nopeus tms. / juoksutekniikka	24.4. 12-14v Aitajuoksu + kuntopiiri/kuntopallot	25.4. 12-14v korkeus + telinelähdöt Itä-Vantaan maastot 1/3