

					REENIRYHMÄ (10-12v) ja NUORISORYHMÄ
23	ma	6.6.	18-20		Estejuoksut, nopeuskestävyyttä
	ti	7.6.	18	Länkipohja	Seurakisa 60m ja kuula 5-7v 40m ja kuula
	ke	8.6.	18-20		Kiekko, seiväs
	pe	10.6.	18-19		Hippoharkat
	pe	10.6.	19-20		Nopeutta
24	ma	13.6.	18-20		Aidat, kolmiloikka tekniikka
	ma	13.6.			Harjucup JKL
	ke	15.6.	17		Paunu Games
	pe	17.6.	18-19		Hippoharkat
	pe	17.6.	19-20		Pituutta
	pe-su	17-19.6.			YAG Lahti
25	ma	20.6.	18-20		Kuntopallot, moukari
	ti	21.6.	18-20	Oinaala	Nopeus, nopeuskestävyyttä
	ke	22.6.	18-20		Korkeus, liikkuvuus
	ke	22.6.			Seuracup JKL
	to	23.6.			Juhannuskisa Keuruu
	pe	24.6.			Juhannuskisa Saarijärvi
26	ma	27.6.	18-20		Aitoja, aitaviesti
	ti	28.6.	18-19:30	Oinaala	Kuula, nopeusvoima
	ke	29.6.	18-19:30		Valmistava treeni
		1-4.7.			Karnevaalit Jämsä
27	ma	4.7.	18-20		Palauttava, kolmikuntaottelut lajit
	ke	6.7.	17		Kolmikuntaottelu Saarijärvi, yhteiskuljetus bussilla
	pe	8.7.	17:30-19		Voima, pitkät aidat
28	ma	11.7.	18		Seurakisa Koskenpää
	ke	13.7.	17		Paunu Games, viestit?
	pe	15.7.	17:30-19		Hyppelyt, pituus
29	ma	18.7.	18-20		Seiväs, liikkuvuus, lihaskunto

	ti	19.7.	17:30-19	Oinaala	Korkeutta, nopeutta
	ke	20.7.	18		Seurakisa Kuorevesi
	pe	22.7.	17:30-19		Sisulisälajeja
30	ma	25.7.	18-20		Sisulisälajeja
	ti	26.7.	17-19:30	Oinaala	Voima, liikkuvuus
	ke	27.7.	18-20		Sisulisälajeja
	la-su	30-31.7.			Pm sisulisät Jämsä
31	ma	1.8.	18-20		Palauttava treeni
	ti	2.8.			
	ke	3.8.			Seurakisa Paunu
	pe	5.8.			
32	ma	8.8.			
	ti	9.8.			Seuracup Saarijärvi
	ke	10.8.			Paunu Games
	pe	12.8.			
	pe--su	12-14.8.			SM 14-15v Nurmijärvi, SM 16-17v Lempäälä
33	ma	15.8.			
	ti	16.8.			
	ke	17.8.			
	pe	19.8.			
	su	21.8.			pm ja am viestit JKL
34	ma	22.8.			
	ti	23.8.			
	ke	24.8.			
	pe	26.8.			
	la	27.8.			Sisuottelut 9-13v Saarijärvi
	su	28.8.			Auloksen Olympialaiset
35	ma	29.8.			
	ti	30.8.			
	ke	31.8.			

	ke	31.8.			Harjucup JKL
	pe	2.9.			
	su	4.9.			Ruotsi-Suomi ottelureissu
36	ma	5.9.			
	ti	6.9.			
	ke	7.9.			Syysheitot
	pe	9.9.			
	la-su	10-11.9.			SM viestit JKL
37	ma	12.9.			
	ti	13.9.			
	ke	14.9.			Syysheitot
	pe	16.9.			
	la-su				SM moniottelut 14-22v Lahti
38	ma	19.9.	18		Maastokisa
	ke	21.9.			
	pe	23.9.			
39	ma	26.9.			
	ke	28.9.			
	pe	30.9.			