

Tuulin ryhmien liikuntaohjelmat: syksy 2020

Selaa sivua alaspäin oman ryhmäsi kohdalle. Seuraathan liikuntaohjelman lisäksi myös Wilman viestittelyä! Muutokset tähän ohjelmaan ovat mahdollisia.

7AB tytöt liikuntaohjelma:

Viikko	Jakso	Ohjelma	Paikka	HUOM!
7.9-11.9	1	Ulkoliikunta	Hovinsuo	
14.-18.9		Sisäliikunta	Peilisali	
21.-25.9		Uinti	Raksila	Lähtö koululta
28.9-2.10		Uinti	Raksila	Lähtö koululta
5.-9.10	2	Sisäliikunta	Koulun sali	
12.-16.10		Sisäliikunta	Koulun sali	
19.-23.10		LOMA!		
26.10-30.10		Suunnistus		Lähtö pukuhuoneilta
2.-6.11		Suunnistus		Lähtö pukuhuoneilta
9.-13.11		Sisäliikunta	Koulun sali	
16.-20.11		Sisäliikunta	Koulun sali	
23.-27.11	3	Kuntosali/peilisali		
30.11-4.12		Sisäliikunta	Koulun Sali	
7.-11.12		Kuntosali/peilisali		
14.-18.12		Ulkopelit ja leikit + lenkkeily		Lähtö pukuhuoneilta

7CG ja 7D pojat liikuntaohjelma:

Viikko	Jakso	Ohjelma	Paikka	HUOM!
7.9-11.9	1	Ulkoliikunta	Hovinsuo	
14.-18.9		Ulkoliikunta	Hovinsuo	
21.-25.9		Uinti	Raksila	Lähtö koululta
28.9-2.10		Uinti	Raksila	Lähtö koululta
5.-9.10	2	Suunnistus		Lähtö pukuhuoneilta
12.-16.10		Suunnistus		Lähtö pukuhuoneilta
19.-23.10		LOMA!		
26.10-30.10		Sisäliikunta	Koulun sali	
2.-6.11		Sisäliikunta	Koulun sali	
9.-13.11		Salibandy/kamppailulajit	Värttö	
16.-20.11		7cg: Värttö, 7D: Ouluhalli		
23.-27.11	3	Sisäliikunta	Koulun sali	
30.11-4.12		Kuntoliikunta	Peilisali	
7.-11.12		Kaupunkisota	Koulun sali	
14.-18.12		Kehonhuolto	Peilisali	

8AB tytöt liikuntaohjelma:

Viikko	Jakso	90min tunnit	75min tunnit (kuntoliikunta)	Paikka	HUOM!
7.9-11.9		Ulkoliikunta	Ulkoliikunta	Hovinsuo	
14.-18.9		Sisäliikunta	Ulkoliikunta	Peilisali	
21.-25.9		Uinti	Ulkoliikunta	Raksila	Lähtö koululta
28.9-2.10		Uinti	Ulkoliikunta	Raksila	Lähtö koululta
5.-9.10	2	Sisäliikunta		Koulun sali	
12.-16.10		Sisäliikunta		Koulun sali	
19.-23.10		LOMA!			
26.10-30.10		Suunnistus			Lähtö pukuhuoneilta
2.-6.11		Suunnistus			Lähtö pukuhuoneilta
9.-13.11		Sisäliikunta		Koulun sali	
16.-20.11		Sisäliikunta		Koulun sali	
23.-27.11	3	Kuntosali/peilisali			
30.11-4.12		Sisäliikunta		Koulun sali	
7.-11.12		Kuntosali/peilisali			
14.-18.12		Ulkopelit ja leikit + lenkkeily			Lähtö pukuhuoneilta

8CG ja 8E pojat liikuntaohjelma:

Viikko	Jakso	90min tunnit	75min tunnit (kuntoliikunta)	Paikka	HUOM!
7.9-11.9		Ulkoliikunta	Ulkoliikunta	Hovinsuo	
14.-18.9		Ulkoliikunta	Ulkoliikunta	Hovinsuo	
21.-25.9		Uinti	Ulkoliikunta	Raksila	Lähtö koululta
28.9-2.10		Uinti	Ulkoliikunta	Raksila	Lähtö koululta
5.-9.10	2	Suunnistus		Koulun sali	Lähtö pukuhuoneilta
12.-16.10		Suunnistus		Koulun sali	Lähtö pukuhuoneilta
19.-23.10		LOMA!			
26.10-30.10		Sisäliikunta		Koulun sali	
2.-6.11		Sisäliikunta		Koulun sali	
9.-13.11		Salibandy/kamppailulajit		Värttö	
16.-20.11		8e: koulun kuntosali, 8cg: kamppailusali Värttö			
23.-27.11	3	Sisäliikunta		Koulun sali	
30.11-4.12		Kuntoliikunta		Peilisali	
7.-11.12		Kaupunkisota		Koulun sali	
14.-18.12		Kehonhuolto		Peilisali	

9DE pojat liikuntaohjelma:

Viikko	Jakso	Ohjelma 9DE	Paikka	HUOM!
7.9-11.9	1	Sisäliikunta	Koulun sali	
14.-18.9		Ulkoliikunta	Hovinsuo	
21.-25.9		Uinti	Raksila	Lähtö koululta
28.9-2.10		Uinti	Raksila	Lähtö koululta
5.-9.10	2	TET		
12.-16.10		Suunnistus		Lähtö pukuhuoneilta
19.-23.10		LOMA!		
26.10-30.10		Sisäliikunta	Koulun sali	
2.-6.11		Sisäliikunta	Koulun sali	
9.-13.11		Salibandy/kamppailulajit	Värttö	
16.-20.11		Palloilu	Värttö	
23.-27.11	3	Sisäliikunta	Koulun sali	
30.11-4.12		Kuntoliikunta	Peilisali	
7.-11.12		Kaupunkisota	Koulun sali	
14.-18.12		Kehonhuolto	Peilisali	

9BC pojat liikuntaohjelma:

Viikko	Jakso	Ohjelma 9BC	Paikka	HUOM!
7.9-11.9		Sisäliikunta	Koulun sali	
14.-18.9		Ulkoliikunta	Hovinsuo	
21.-25.9		Uinti	Raksila	Lähtö koululta
28.9-2.10		Uinti	Raksila	Lähtö koululta
5.-9.10	2	TET		
12.-16.10		Suunnistus		Lähtö pukuhuoneilta
19.-23.10		LOMA!		
26.10-30.10		Sulkapallo	Ouluhalli	
2.-6.11		Sisäliikunta	Koulun sali	
9.-13.11		Salibandy/kamppailulajit	Värttö	
16.-20.11		Palloilu	Värttö	
23.-27.11	3	Sisäliikunta	Koulun sali	
30.11-4.12		Kuntoliikunta	Peilisali	
7.-11.12		Kamppailusali	Värttö	
14.-18.12		Kehonhuolto	Peilisali	