

JAKSOSUUNNITELMA
1.JAKSO 8.8.-30.9.

Ouluhallikoodi: 10473#

Liikuntakäytäväkoodi: 4444#

**URHEILU-
SEUTU AKATEMIA**

1.JAKSO 8.8.-30.9.

VKO	Maanantai	Tiistai	Keskiviikko	Torstai	Perjantai	LA-SU
32	5.8.	6.8.	7.8.	8.8.	9.8.	10.-11.8.
LIKU						
33	12.8.	13.8.	14.8.	15.8.	16.8.	17.-18.8.
LIKU	(7lk) 08.00-09.30 Lukuvuoden aloitus liikuntaluokkaryhmässä Auditorio	(9lk) 09.15-10.45 Lukuvuoden aloitus liikuntaluokkaryhmässä Bsali	(8lk) 09.15-10.45 Lukuvuoden aloitus liikuntaluokkaryhmässä Auditorio	(7-9lk) EI KERHOA	(9lk) 08.00-09.30 Lajiharjoitus, B-Sali yhdessä Akatemian kanssa	
34	19.8.	20.8.	21.8.	22.8.	23.8.	24.-25.8.
LIKU	(7lk) 08.00-09.30 Lajiharjoitus B-Sali (Henkilökohtaiset lajitaidot)	(9lk) 09.15-10.45 Lajiharjoitus B-Sali (Henkilökohtaiset lajitaidot)	(8lk) 09.15-10.45 Lajiharjoitus B-Sali (Henkilökohtaiset lajitaidot)	(7-9lk) 14.45-15.45 KERHO B-Sali (Kisailut-Pelit)	(9lk) 08.00-09.30 Lajiharjoitus, B-Sali yhdessä Akatemian kanssa	
35	26.8.	27.8.	28.8.	29.8.	30.8.	31.8.-1.9.
LIKU	(7lk) 08.00-09.30 Lajiharjoitus B-Sali (Henkilökohtaiset lajitaidot)	(9lk) 09.15-10.45 Lajiharjoitus B-Sali (Henkilökohtaiset lajitaidot)	(8lk) 09.15-10.45 Lajiharjoitus B-Sali (Henkilökohtaiset lajitaidot)	(7-9lk) 14.45-15.45 KERHO B-Sali (Kisailut-Pelit)	(9lk) 08.00-09.30 Lajiharjoitus, B-Sali yhdessä Akatemian kanssa	
36	2.9.	3.9.	4.9.	5.9.	6.9.	7.-8.9.
LIKU	(7lk) 08.00-09.30 Lajiharjoitus B-Sali (Henkilökohtaiset lajitaidot)	(9lk) 09.15-10.45 Kokoontuminen liikuntakäytävällä. Mukaan ulko ja sisävarustus	(8lk) 09.15-10.45 Lajiharjoitus B-Sali (Henkilökohtaiset lajitaidot)	(7-9lk) 14.45-15.45 KERHO B-Sali (Kisailut-Pelit)	(9lk) 08.00-09.30 Lajiharjoitus, B-Sali yhdessä Akatemian kanssa	
37	9.9.	10.9.	11.9.	12.9.	13.9.	14.-15.9.
LIKU	(7lk) 08.00-09.30 Lajiharjoitus B-Sali (Henkilökohtaiset lajitaidot)	(9lk) 09.15-10.45 Uimahalli 60min uintitesti	(8lk) 09.15-10.45 Ouluhalli Juoksutestit (10,30,60m)	(7-9lk) EI KERHOA	(9lk) 08.00-09.30 Uimahalli (Ulkofysiikka+uinti+vesikävely)	
38	16.9.	17.9.	18.9.	19.9.	20.9.	21.-22.9.
LIKU	(7lk) 08.00-09.30 Uimahalli 60min uintitesti (Kokoontuminen aulaassa)	(9lk) 08.00-09.15 Ouluhalli juoksutestit yhdessä Akatemian kanssa (10,30,60m)	(8lk) 09.15-10.45 Uimahalli 60min uintitesti	(7-9lk) 14.45-15.45 KERHO (Kisailut-Pelit) Ulko+sisävarustus mukaan! Kokoontuminen ruokalan kulmalla	(9lk) 08.00-09.30 Ouluhalli (Fysiikka /Kuntopallot-Tangot)	
39	23.9.	24.9.	25.9.	26.9.	27.9.	28.-29.9.
LIKU	(7lk) 08.00-09.30 Ouluhalli (Juoksutestit 10,30,60m) (Kokoontuminen aulaassa)	(9lk) 09.15-10.45 Uimahalli Uintitestin mahdollinen uusinta tai uintia+vesikävelyä/ huoltoa	(8lk) 09.30-11.00 Uimahalli Uintitestin mahdollinen uusinta tai uintia+vesikävelyä/ huoltoa	(7-9lk) EI KERHOA	(9lk) 08.00-09.30 Laji/pelit, A-Sali yhdessä Akatemian kanssa	