

URHEILUYLÄKOULU, KASTELLIN KOULU

YLEISVALMENNUS SYKSY 2020

7lk

kokoontuminen aulassa

VKO	PVM	KLO	LUOKKA	PAIKKA	SISÄLTÖ
35	26.8.	14.25-15.35	7A	ulkona	Tasapainotaidot – tasapaino- ja liikkuvuusharjoittelu
36	2.9.	14.25-15.35	7B	ulkona	Tasapainotaidot – tasapaino- ja liikkuvuusharjoittelu
37	9.9.	14.25-15.35	7C	ulkona	Tasapainotaidot – tasapaino- ja liikkuvuusharjoittelu
38	16.9.	14.25-15.35	7A	A2	Liikkumistaidot – nopeus / ketteryys
39	23.9.	14.25-15.35	7B	A2	Liikkumistaidot – nopeus / ketteryys
40	30.9.	14.25-15.35	7C	A2	Liikkumistaidot – nopeus / ketteryys
41	7.10.	14.25-15.35	7A	B3	Tasapainotaidot - keskivartalon hallinta
42	14.10.	14.25-15.35	7B	B3	Tasapainotaidot - keskivartalon hallinta
43	21.10.				SYYSLOMA
44	28.10.	14.25-15.35	7C	B3	Tasapainotaidot - keskivartalon hallinta
45	4.11.	14.25-15.35	7A	A3	Välineenkäsittelytaidot - havainnointi
46	11.11.	14.25-15.35	7B	A3	Välineenkäsittelytaidot - havainnointi
47	18.11.	14.25-15.35	7C	A3	Välineenkäsittelytaidot - havainnointi
48	25.11.	14.25-15.35	7A	kuntosa	Kuntosaliharjoittelu - tekniikat
49	2.12.				EI YLEISVALMENNUSTA
50	9.12.	14.25-15.35	7B	kuntosa	Kuntosaliharjoittelu - tekniikat
51	16.12.	14.25-15.35	7C	kuntosa	Kuntosaliharjoittelu - tekniikat

Lisätiedot: jukka.latva-rasku@eduouka.fi tai 0503838828