MIKON RYHMIEN LIIKUNTAOHJELMAT SYYSTALVI 2026

sLi ryhmien liikuntaohjelmat

Viikko	sLi 9 (Mikon ryhmä) Ke 12-14	Paikka	Viikkojen päivämäärät
43	Futsal + kuntosali/pingis	Yläsali	43 = 19.10.-25.10.
44	Sulkapallo/pickleball/pingis	Alasali	44 = 26.10.-1.11.
45	Kuntosali (lähialueet) / lenkkeily	Toivala/Vuorela	45 = 2.11.-8.11.
46	Sähly	Alasali	46 = 9.11.-15.11.
47	Kuntosali	Kunttari	47 = 16.11.-22.11.
48	Lentopallo	Alasali	48 = 23.11.-29.11.
49	Jääkiekko	Tuplajäät	49 = 30.11.-6.12.
50	Koripallo	Alasali	50 = 7.12.-13.12.
51	Kamppailulajit	Yläsali	51 = 14.12.-20.12.
52	JOULULOMA		52 = 21.12.-27.12.
Viikko	sLi 8 Ma 10-12	Paikka	
43	Koripallo + sähly	Salit	43 = 19.10.-25.10.
44	Sulkapallo/pickleball/pingis	Salit	44 = 26.10.-1.11.
45	Sähly + intercross	Salit	45 = 2.11.-8.11.
46	Käsipallo + paini	Salit	46 = 9.11.-15.11.
47	Polttopallopelit + kaupunkisota	Salit	47 = 16.11.-22.11.
48	Kuntosali	Kunttari	48 = 23.11.-29.11.
49	Lentopallo	Alasali	49 = 30.11.-6.12.
50	Jääkiekko	Tuplajäät	50 = 7.12.-13.12.
51	Sovitaan myöhemmin	Salit	51 = 14.12.-20.12.
52	JOULULOMA		52 = 21.12.-27.12.

Muista sopiva liikuntavarustus (sisäliikuntavaatteet ja sisäkengät)!
Taksvärkki pe 20.11., Joululoma 23.12.2026-6.1.2027
Muutokset ohjelmiin mahdollisia!