

# LIKUNNAN TYÖJÄRJESTYS VIIKKO 16, 5. JAKSO 24.2.-15.4.2020

## OPETTAJA ARI MYKKÄNEN

TUNTI	MAANANTAI 13.4. PÄÄSIÄISMAANANTAI	TIISTAI 14.4.	KESKIVIIKKO 15.4.	TORSTAI 16.4.	PERJANTAI 17.4.
1.			VAL9 08.00-09.30 KROPPA KUNTOON BODYPUMP	7CDE 8.00-8.45	LI8CDK 08.00-09.30 Peruskestävyys juosten+ lihaskunto
2.		TT7E 9.00-9.45	VAL9 08.00-09.30 KROPPA KUNTOON BODYPUMP	TT7B 9.00-9.45	LI8CDK 08.00-09.30 Peruskestävyys juosten+ lihaskunto
3.	TT7C 10.00-10.45		VAL8 10.00-11.45 MAILAPELIT BODYPUMP	LI9GHK 10.00-11.45 Peruskestävyys juosten +lihaskunto	LI9EFT 10.00-11.45 Peruskestävyys juosten+ lihaskunto
4.	VAL9 11.15-12.45 MAILAPELIT	VAL8 11.15-12.45 MAILAPELIT BODYPUMP	VAL8 10.00-11.45 MAILAPELIT BODYPUMP	LI9GHK 10.00-11.45 Peruskestävyys juosten +lihaskunto	LI9EFT 10.00-11.45 Peruskestävyys juosten+ lihaskunto
5.	VAL9 11.15-12.45 MAILAPELIT	VAL8 11.15-12.45 MAILAPELIT BODYPUMP	VAL9 12.15-13.45 MAILAPELIT BODYPUMP	LI8GH 12.15-13.45 Peruskestävyys juosten +lihaskunto	
6.		LI7AB 13.15-14.00	VAL9 12.15-13.45 MAILAPELIT BODYPUMP	LI8GH 12.15-13.45 Peruskestävyys juosten +lihaskunto	LI7S 13.15-14.45 Peruskestävyys juosten+ lihaskunto
7.	7CDJ 14.15-15.55		7AB 14.15-15.55 Peruskestävyys juosten +lihaskunto	TT7A 14.15-15.00	LI7S 13.15-14.45 Peruskestävyys juosten+ lihaskunto
8.	7CDJ 14.15-15.55		7AB 14.15-15.55 Peruskestävyys juosten +lihaskunto		