

LIIKUNNAN TYÖJÄRJESTYS VIIKKO 42 2. JAKSO 20.9.-7.11.2019 **OPETTAJA ARI MYKKÄNEN**

TUNTI	MAANANTAI 14.10 LUKION SALI VARATTU!	TIISTAI 15.10.	KESKIVIIKKO 16.10.	TORSTAI 17.10.	PERJANTAI 18.10.
1.	LI8CDK 08.00-09.30 Lihaskuntoharjoitus/ylä- koulun sali	Jedu Nivalaan 15.10. klo 8.00- 10.40 luokat 9E-H, J,T ja 16.10. klo 8.00-10.40 luokat 9A-D, K	VAL9 08.00-09.30 KROPPA KUNTOON /Kuntosali/Kestovoima	Tytöt salibandy klo 8-9 VALVONTA 8.45-9.00	
2.	LI8CDK 08.00-09.30 Lihaskuntoharjoitus/ylä- koulun sali	TT7E 9.00-9.45	VAL9 08.00-09.30 KROPPA KUNTOON /Kuntosali/Kestovoima	TT7B 9.00-9.45	7CDE 9.00-9.45 Salibandy/lukio
3.	TT7C 10.00-10.45	VALVONTA 9.45-10.00	VAL8 10.00-11.45 MAILAPELIT Sulkaapallo/lukio	LI9GHK 10.00-11.45 Lihaskuntoharjoitus/lukio	LI9EFT 10.00-11.45 Lihaskuntoharjoitus/lukio
4.	VAL9 11.15-12.45 MAILAPELIT Salibandy/yläkoulu	VAL8 11.15-12.45 MAILAPELIT Sulkaapallo/lukio	VAL8 10.00-11.45 MAILAPELIT Sulkaapallo/lukio	LI9GHK 10.00-11.45 Lihaskuntoharjoitus/lukio	LI9EFT 10.00-11.45 Lihaskuntoharjoitus/lukio
5.	VAL9 11.15-12.45 MAILAPELIT Salibandy/yläkoulu	VAL8 11.15-12.45 MAILAPELIT Sulkaapallo/lukio	VAL9 12.15-13.45 MAILAPELIT Poikien salibandy tryout/9.lk	LI8GH 12.15-13.45 Lihaskuntoharjoitus/lukio	VALVONTA 11.45-12.00
6.		LI7AB 13.15-14.00 Salibandy/lukio	VAL9 12.15-13.45 MAILAPELIT muut/kuntosalilla lihaskuntoharj.	LI8GH 12.15-13.45 Lihaskuntoharjoitus/lukio	LI7S 13.15-14.45 Lihaskuntoharjoitus/lukio
7.	7CDJ 14.15-15.55 Lihaskuntoharjoitus/ylä- koulun sali	Poikien salibandy tryout/8.lk lukion sali	7AB 14.15-15.55 Lihaskuntoharjoitus/ylä- koulun sali	TT7A 14.15-15.00	LI7S 13.15-14.45 Lihaskuntoharjoitus/lukio
8.	7CDJ 14.15-15.55 Lihaskuntoharjoitus/ylä- koulun sali	Poikien salibandy tryout/8.lk lukion sali	7AB 14.15-15.55 Lihaskuntoharjoitus/ylä- koulun sali		

Pallokentälle (pesis/fudis) kokoontuminen välkän jälkeen koulun päätyyn, liikkavaatteiden vaihto koulun pukkarissa (välitunnin jälkeen) ja siirtyminen pallokentälle kävellen pyörätietä pitkin. Tunnit siis alkaa koululta ja loppuu koululle.

Koulun- ja lukion saleihin mentäessä pukuhuoneisiin vasta välitunnin jälkeen.

Huom! Juomapullo ja pyyhe matkaan liikuntatunneille.