

LIKUNNAN TYÖJÄRJESTYS VIIKKO 50 3. JAKSO 7.11.-22.12.2019

OPETTAJA ARI MYKKÄNEN

TUN-TI	MAANANTAI 9.12.	TIISTAI 10.12.	KESKIVIIKKO 11.12.	TORSTAI 12.12.	PERJANTAI 13.12.
1.	LI8CDK 08.00-09.30 Jääpelit/kaukalopallo 2.kerta		VAL9 08.00-09.30 KROPPA KUNTOON Kuntosali/Voimakestävyys	D-SIIPIVALVONTA 8.45-9.00	
2.	LI8CDK 08.00-09.30 Jääpelit/kaukalopallo	TT7E 9.00-9.45	VAL9 08.00-09.30 KROPPA KUNTOON Kuntosali/Voimakestävyys	TT7B 9.00-9.45	7CDE 9.00-9.45 /Lukion Sali/salibandy
3.	TT7C 10.00-10.45 RUOKALAVALVONTA 10.45-11.00		VAL8 10.00-11.45 MAILAPELIT /Lukion Sali/salibandy	LI9GHK 10.00-11.45 /Yläkoulun sali Lihaskunto	LI9EFT 10.00-11.45 Jääpelit/kaukalopallo
4.	VAL9 11.15-12.45 MAILAPELIT /Lukion Sali/salibandy	VAL8 11.15-12.45 MAILAPELIT /Lukion Sali/salibandy	VAL8 10.00-11.45 MAILAPELIT /Lukion Sali/salibandy	LI9GHK 10.00-11.45 /Yläkoulun Sali Lihaskunto	LI9EFT 10.00-11.45 Jääpelit/kaukalopallo
5.	VAL9 11.15-12.45 MAILAPELIT /Lukion Sali/salibandy	VAL8 11.15-12.45 MAILAPELIT /Lukion Sali/salibandy	VAL9 12.15-13.45 MAILAPELIT /Lukion Sali/salibandy	LI8GH 12.15-13.45 /Lukion Sali/salibandy	RUOKALAVALVONTA 11.45-12.00
6.		LI7AB 13.15-14.00 /Yläkoulun sali Lihaskunto	VAL9 12.15-13.45 MAILAPELIT /Lukion Sali/salibandy	LI8GH 12.15-13.45 /Lukion Sali/salibandy	LI7S 13.15-14.45 Jääpelit/kaukalopallo 2. kerta
7.	7CDJ 14.15-15.55 /Yläkoulun sali Lihaskunto		7AB 14.15-15.55 Jääpelit/kaukalopallo 4.kerta	TT7A 14.15-15.00	LI7S 13.15-14.45 Jääpelit/kaukalopallo
8.	7CDJ 14.15-15.55 /Yläkoulun sali Lihaskunto		7AB 14.15-15.55 Jääpelit/kaukalopallo	Yläkoulun tyttöjen salibandyharkat 14.45 laidat 15- 15.50 treeni	
	Yläkoulun poikien harkkapeli Sievissä klo 18.30 (lämmittely 18-) Omat kyydit!				