

LI2.2 s.2026 1 p 8 palkki

Pvm.	Liikuntamuoto	Paikka	Muuta huomioitava
Ma 10.8.	Tavoitteet, käytänteiden kertausta ja suunnittelua	liikuntasali	Ei tarvita liikuntavarusteita
Ti 11.8.	Pesäpallo	Kok. sisäpihalla	
To 13.8.	Pesäpallo	Kok. sisäpihalla	
Ma 17.8.	Koripallo/lenkkeily	Kok. sisäpihalla	
Ti 18.8.	Liikuntaleikit	liikuntasali	
To 20.8.	Lentopallo/Koripallo	Kok. liikuntasali	
Ma 24.8.	Käsipallo/salibandy	Kok. liikuntasali	
Ti 25.8.	Sisä-/ulkopalloilu valinnan mukaan	liikuntasali	
To 27.8.	Lihaskuntoharjoitus	liikuntasali	
Ma 31.8.	Tanssi	liikuntasali	Liikuntavarusteet!
Ti 1.9.	Opet koulutuksessa osan tunnista, itsenäinen liikunta. Liikuntasalissa pelimahdollisuus, jos ilmoitatte etukäteen pelin!	Liikuntasali koulun kuntosali Pyynikin harju	
To 3.9.	Toimintakyvyn testit	liikuntasali	Kynä mukaan
Ma 7.9.	Pariakro ym.	liikuntasali	
Ti 8.9.	Uinti	Pyynikin uh Kok. uh:n aulassa klo 14.45	Ei salia
To 10.9.	Jalkapallo+ Cooper-testi	Kok. sisäpihalla	Ei salia
Ma 14.9.	Jalkapallo/lenkkeily	Kok. kentällä	Ei salia Yo kirjoitukset, ph:t pois käytöstä. Vaihto Pyynikin kentän pukuhuoneissa.
Ti 15.9.	Ilmajooga (tunti alkaa 15.00) Muut: ulkoliikunta/kuntosali, sovitaan tunnin alussa	Liikuntastudio Beat Sumeliuksenkatu 18a, 33100 Tampere <u>Muut kokoontuvat ala-aulassa 1 krs.</u>	Hihallinen paita ja pitkät trikoot, ei koruja Ei salia käytössä Yo kirjoitukset, 3. krs:n ph:t pois käytöstä. Vaihto Pyynikin kentän pukuhuoneissa.
To 16.9.	Ulkoliikunta+ Cooper-testi rästit		
Päätöviikko Pe 18.9. 8–12	8.15 suunnistus Ilmoittautumisen mukaan: 10–11	Kauppi, kok. uudella huoltorakennuksella kentän puolella. Kaupin keilahalli/ Kauppi sports center/ Tampereen tenniskeskus	Kynä mukaan, sään mukainen pukeutuminen