

VALINNAISLIIKUNNAN LUKUVUOSISUUNNITELMA 2024-2025								
VALINNAISLIIKUNTA LUKIO			VALINNAISLIIKUNTA YLÄKOULU				Valinnaisliikunnan	
OLI7	OLI8/ OLI9	OLI6 vanhat	Ninna	Ninna / Esteban	Ninna / Esteban	Ninna / Esteban	poikkeuksia	
vko	S		7lk ma 8:45-10:30 (syksy) ja pe 8:45-10:30	8-9 lk to 14:00-15:35	8-9 lk pe 13:05-14:45	8 lk ke 8:45-10:30 (syksy)	vk	
33	E	erikseen	Fbgolf (vara H3)	Fbgolf (vara H3)	Fbgolf (vara H3)	Fbgolf (vara H3)	33	
34	L		Fbgolf (vara H3)	Fbgolf (vara H3)	Fbgolf (vara H3)	Fbgolf (vara H3)	34	
35	V		Ultimate (vara H3)	Ultimate (vara H3)	Ultimate (vara H3)	Ultimate (vara H3)	35	
36	I		Ultimate (vara H3)	Ultimate (vara H3)	Ultimate (vara H3)	Ultimate (vara H3)	36	
37	Y		Pesäpallo	Pesäpallo	Pesäpallo	Pesäpallo	37	
38	T		Kinball (vara H3)	Kinball (vara H3)	Kinball (vara H3)	Kinball (vara H3)	38	
39	Y		Jalkapallo (vara H3)	Jalkapallo (vara H3)	Jalkapallo (vara H3)	Jalkapallo (vara H3)	39	
40	M	JAKSONVAIHTO	Ulkopal. (vara H3)	Ulkopal. (vara H3)	Ulkopal. (vara H3)	Ulkopal. (vara H3)	40	
41	I		Ulkopal. (vara H3)	Ulkopal. (vara H3)	Ulkopal. (vara H3)	Ulkopal. (vara H3)	41	
42	S						42	
43	K		Sähly 1-2 / Koordinaatio	Sähly 1-2 / Koordinaatio	Sähly 1-3 / Koordinaatio	Sähly 1-3 / Koordinaatio	43	
44	U		Sähly 1-2 / Koordinaatio	Sähly 1-2 / Koordinaatio	Sähly 1-3 / Koordinaatio	Sähly 1-3 / Koordinaatio	44	
45	R		Koripallo H1	Koripallo H2	Koripallo H1-3	Koripallo H1-3	45	
46	S		Koripallo H1	Koripallo H2	Koripallo H1-3	Koripallo H1-3	46	
47	S		Lihashuolto H3	Lihashuolto H4	Lihashuolto H3	Lihashuolto H3	47	
48		JAKSONVAIHTO	Lihashuolto H3	Lihashuolto H4	Lihashuolto H3	Lihashuolto H3	48	
49			Palloilu H 1-3 esim. futsal	Palloilu H 1-2	Palloilu H 1-3	Palloilu H 1-3	49	
50			Palloilu H 1-3 esim. käsipallo	Palloilu H 1-2	Palloilu H 1-3	Palloilu H 1-3	50	
51			Luistelu U (vara H3)	Luistelu U (vara H3)	Luistelu U (vara H3)	Luistelu U (vara H3)	51	
52							52	
1					Saha H 2-3		1	
2			MTL / K.sota H1-3	MTL / K.sota H1-2	MTL / K.sota H1-3		2	
3			MTL lentop. H1-3	MTL lentop. H1-2	MTL lentop. H1-3		3	
4			MTL H1-3	MTL H1-3	MTL H1-3		4	
5		JAKSONVAIHTO	MTL H1-3	MTL H1-3	MTL H1-3		5	
6			Luistelu (vara H3)	Luistelu (vara H3)	Luistelu (vara H3)		6	
7			Luistelu (vara H3)	Luistelu (vara H3)	Luistelu (vara H3)		7	
8			Luistelu (vara H3)	Luistelu (vara H3)	Luistelu (vara H3)		iltamäki?	
9			MTL H1-3	MTL H1-2	MTL H1-3		iltamäki?	
10							Hiihtoloma	
11			Hiihto E	Hiihto E	Hiihto E		iltamäki?	
12			Budo / jumppa / MTL H1-2	Budo / jumppa / MTL H1-2	Budo / jumppa / MTL H1-2		12	
13			Budo / jumppa / MTL H1-2	Budo / jumppa / MTL H1-2	Budo / jumppa / MTL H1-2		13	
14		JAKSONVAIHTO	Kiipeily / Sulkapallo H1-3	Kiipeily / Sulkapallo H1-3	Kiipeily / Sulkapallo H1-3		14	
15			Kiipeily / Sulkapallo H1-3	Kiipeily / Sulkapallo H1-3	Kiipeily / Sulkapallo H1-3		15	
16			Futsal H1-3	Futsal H1-3	Futsal H1-3		16	
17			Futsal H1-3	Futsal H1-3	Futsal H1-3		17	
18			Pesäpallo U (vara H3)	Pesäpallo U (vara H3)	Pesäpallo U (vara H3)		18	
19			Pesäpallo U (vara H3)	Pesäpallo U (vara H3)	Pesäpallo U (vara H3)		19	
20			Ulkop. U (vara H3)	Ulkop. U (vara H3)	Ulkop. U (vara H3)		20	
21			Ulkop. U (vara H3)	Ulkop. U (vara H3)	Ulkop. U (vara H3)		21	
22			Ulkop. U (vara H3)	Ulkop. U (vara H3)	Ulkop. U (vara H3)		22	

Wanhat  
lukiolla  
alk. ma  
4.11.

ma 14:05-15:35  
ke 14:05-15:35