

<b>Maanantai 4.1.</b>	<b>Tiistai 5.1.</b>	<b>Keskiviikko 6.1.</b>	<b>Torstai 7.1.</b>	<b>Perjantai 8.1.</b>
12.10-13.00	12.10-13.00	LOPPIAINEN		14.10-15.00
R1+PT	R1+TC	Kaikilla vapaa		R1+TB
Ulkona	Zoom			Zoom
13.10-14.00	13.10-14.00		15.10-16.00	15.10-16.00
R2+TA+TB	R2+TA+TB		R1+TC	R2+TA
Ulkona	Zoom		Ulkona	Zoom
14.10-15.00	14.10-15.00		16.10-17.00	16.10-17.00
R3	R3		R2+TA+TB	R3
Ulkona	Zoom		Ulkona	Zoom
15.10-16.00	15.10-16.00		17.10-18.00	17.10-18.00
R4+R5	R4+R5		R3	R4+R5
Ulkona	Zoom		Ulkona	Zoom
			18.10-19.00	
			R4+R5	
			Ulkona	
Nopeus	Tukilihakset ja keuhonhallinta		Laji	Keskivartalon voima
<b>KEHITYSRYHMÄ LOMAILEE VIIKON 1!!</b>				