

# 8LK PITKÄ VALINNAINEN MA 8-10

## SEURAA ILMOITUSTAULUA! MUUTOKSIA SAATTAA TULLA

Laura 050/3598686

PÄIVÄ	AIHE	PAIKKA	HUOM!
7.1	SUUNNITTELU JA KUNTOSALI	KOULUN KUNTOSALI	
14.1	JÄÄPELIT ja LEIKIT	SEINÄJOEN JÄÄHALLI	HEIDI PITÄÄ
21.1	VESITEMPUT JA PELASTUS	UIMAHALLI	
28.1	PALLOILU	KOULUN SALI	
4.2	CROSSFIT  9.2 LAUANTAINA POIKIEN PAIKALLISVÄÄNTÖ JÄÄHALLILLA JOS OSALLISTUT PELIIN, MA <u>AAMU VAPAA</u> ILMOITA LAURALLE ☺	CROSSFIT60100 Kärrääjänkatu	Ole ajoissa ja sisäkengät hyvä olisi olla mukana
11.2	PK-LENKKI JA LIHASKUNTOA  HOX! KLO 14→ HIIHTOA HALLISKALLA	KOULUN KUNTOSALI  OMAT VÄLINEET NOPEUTTAVAT MEIDÄN TUNNIN ALKUA MUTTA VARAVÄLINEITÄ ON	VAATETUS KELIN MUKAAN
18.2	BODYPUMP <b>HIIHTOLOMA</b>	EASYFIT	VAIHTOVAATTEITA
4.3	PIENPELEJÄ	URHEILUTALO	SISÄKENGÄT
11.3	KEHONHUOLTO	EASYFIT	
18.3	PALLOILU	URHEILUTALO	
25.3	KAHVAKUULA	FRESSI SEINÄJOKI	OLE AJOISSA!
1.4	<b>TET</b>		
8.4	PAINI ja TEMPPUILU	URHEILUTALO	JUOTAVAA MUKAAN
15.4	PALLOILU	URHEILUTALO	
22.4	<b>2. PÄÄSIÄISPÄIVÄ</b>		
29.4	JUNGLE RACE- Kisa	KOULULTA LÄHTÖ	Lataa puhelimeen ilmainen sovellus
6.5	PALLOILU	WALLSPORT	Eri kengät kuin ulkona
13.5	PESÄPALLO	ILKKA-AREENA	Omia välineitä
20.5	PALLOILU	WALLSPORT	Eri kengät kuin ulkona
27.5	ILMOITETAAN MYÖHEMMIN		

- OLE AKTIIVINEN JA NÄYTÄ OSAAMISESI!
- YRITÄ JA TEE PARHAASI!
- LIIKUNTAVARUSTEET!
- TURVALLINEN LIIKUMINEN SUORITUSPAIKOILLE!



