

Workshopit kevät 2010

*** valitse omalle ikäryhmälle kuuluvista tunneista**

Kakkos- ja Kolmosvinkit / Musiikkiliikuntatunnit

Vko 3

Ti 19.1. klo 16-16.40

To 21.1. klo 15.30-16.10

Pe 22.1. klo 17-17.40

Vko 4

To 28.1. klo 15.30-16.10

Su 31.1. klo 9.45-10.25

Vko 5

To 4.2. klo 15.30-16.10

Su 7.2. klo 9.45-10.25

Vko 6

La 13.2. klo 9.45-10.25

Vko7

Pe 19.2. klo 17-17.40

La 20.2. klo 13.30-14.10

Vko 8

To 25.2. klo 15.30-16.10

La 27.2. klo 9.45-10.25

Su 28.2. klo 9.45-10.25

Vko 10

To 11.3. klo 15.30-16.10

Pe 12.3. klo 17-17.40

La 13.3. klo 9.45-10.25

Vko 11

To 18.3. klo 15.30-16.10

Nelos-, Vitos- ja Kutosvinkit

Vko 3

Pe 22.1. klo 17.45-18.30

La 23.1. klo 13.30-14.15

Su 24.1. klo 9.30-10.15

Vko 4

Ke 3.2. klo 16.15-17

Pe 29.1. klo 17-17.45

La 30.1. klo 9.45-10.25

Vko 5

Ke 3.2. klo 16.15-17

La 6.2. klo 13.30-14.10

Vko 6

Ke 12.2. klo 16.15-17

La 13.2. klo 13.30-14.15

Su 14.2. klo 9.45-10.30

Su 14.2. klo 15-15.45 GYMiMiniParkour

Vko 7

Ke 17.2. klo 18.15-19 GYMiWrestle

To 18.2. klo 15.30-16.15

Pe 19.2. klo 18-18.45

La 20.2. klo 12.30-13.15

Su 21.2. klo 9.45-10.30

Vko 8

La 27.2. klo 13.30-14.15

Su 28.2. klo 12.15-13 GYMiBallet 4-6v.

Vko 10

Pe 12.3. klo 17.45-18.30 GYMiYoga 4-6v.

La 13.3. klo 13.30-14.15

Su 14.3. klo 9.45-10.30

Vko 11

La 20.3. klo 13.30-14.15

Su 21.3. klo 9.45-10.30

Kouluikäiset (29)

Vko 3

Ma 18.1. klo 15.15-16 GYMiKehonhuolto

Ma 18.1. klo 19-19.45 GYMiYoga

Pe 22.1. klo 14-15 GYMiAcro

Pe 22.1. klo 19-20 GYMiHiphop

Vko 4

Ma 25.1. klo 19-20 GYMiHiphop

Pe 29.1. klo 14-15 GYMiCircus

Pe 29.1. klo 18-19 GYMiTramppa

La 30.1. klo 13.30-14.30 GYMiParkour

La 30.1. klo 13.30-14.30 GYMiBallet

Vko 5

Ma 1.2. klo 18-19 GYMiTelinevoimistelu

Ma 1.2. klo 19-20 GYMiCircus

Pe 5.2. klo 19-20 GYMiBreak

Pe 5.2. klo 20-21 GYMiPole 10v-

Vko 6

Ma 8.2. klo 19-20 GYMiBreak

Pe 12.3. klo 18.45-19.45 GYMiCircus

Vko7

La 20.2. klo 13.30-14.30 GYMiParkour

Vko 8

Ma 22.2. klo 10-11 GYMiTelinevoimistelu

Ma 22.2. klo 11-12 GYMiTramppa

Ti 23.2. klo 10-11 GYMiPole

Ti 23.2. klo 11-12 GYMiParkour

Ke 24.2. klo 10-11 GYMiBreak

Ke 24.2. klo 11-12 GYMiHiphop

To 25.2. klo 10-11 GYMiAcro

To 25.2. klo 11-12 GYMiCircus

Pe 26.2. klo 10-11 GYMiYoga

Vko 10

Ma 8.3. klo 15.15-16 GYMiKehonhuolto

Pe 12.3. klo 19-20 GYMiAcro / GYMiPole

Vko 11

Ma 15.3. klo 18-19 GYMiTelinevoimistelu

Vko 12

To 25.3. klo 15.30-16.15 GYMiYoga

KUNTOTESTIPÄIVÄT (etukäteen päivän kulun ohjeistus, pisteillä kierto omaan tahtiin, pistevastaavat: tasapaino, liikkuvuus, ketteryys, voima)

Vko 10 la 13.3. klo 14.30-16.30

Vko 11 la 20.3. klo 9-10.30 ja 14.30-16.30

* jos ei pääse testipäiviin, testi voidaan tehdä harjoituksissa viikoilla 11-12