

Jakso 5 – 2024-25

 URL 04,07 Kehitysvaihe III **URL02** Kehitysvaihe I

<b>08</b> 19.2		<p><b>*Yleisurheilu</b> URL02,04,07: Laji A tai B– Heikinpohjan, ASAI</p> <p><b>*Toiminnallinen lihaskunto:</b> URL02,04 - Tennis+säbä,FG, JK, , Kirsi, Anna MRIS, <b>CF –Sali</b></p> <p><b>* Jääkiekko</b>-URL02,04,06, Akat. -laji tai ominaisuus/ JoniK</p>	<p><b>*Yleisurheilu</b> URL02,04,07: Laji A tai B– Heikinpohjan, ASAI</p> <p><b>*Toiminnallinen lihaskunto:</b> URL02,04 - Tennis+säbä,FG, JK, +, Kirsi, Anna MRIS, <b>CF –Sali</b></p> <p><b>* Jääkiekko</b>-URL 02,04,06, Akatemia - laji tai ominaisuus/ JoniK (Mika)</p>
<b>10</b> 4.3	<p><b>*Yleisurheilu</b> URL02,04,06: Laji A tai B– Heikinpohjan, ASAI</p> <p><b>*Tennis, Säbä, FG, Luca, Luukas, Lenni, Lauri -funktionaalinen liikkuvuus,</b> Jaana K</p> <p><b>* Jääkiekko</b>-URL02,04,06, Akat. -laji tai ominaisuus/ JoniK</p>	<p><b>*Yleisurheilu</b> URL02,04,07: Laji A tai B– Heikinpohjan, ASAI</p> <p><b>*Toiminnallinen lihaskunto:</b> URL02,04 - Tennis+säbä,FG, JK, , Kirsi, Anna -MRIS,C <b>F –Sali</b></p> <p><b>* Jääkiekko</b>-URL02,04,06, Akat. -laji tai ominaisuus/ JoniK</p>	<p><b>*Yleisurheilu</b> URL02,04,07: Laji A tai B– Heikinpohjan, ASAI</p> <p><b>*Toiminnallinen lihaskunto:</b> URL02,04 - Tennis+säbä,FG, JK, +, Kirsi, Anna MRIS, <b>CF –Sali</b></p> <p><b>* Jääkiekko</b>-URL 02,04,06, Akatemia - laji tai ominaisuus/ JoniK (Mika)</p>
<b>11</b> 11.3 yO	<p><b>*Yleisurheilu</b> URL02,04,06: Laji A tai B– Heikinpohjan, ASAI</p> <p><b>*Tennis, Säbä, FG, - Padel 1, Aionkatu,</b> HSOI</p> <p><b>* Jääkiekko-POISSAOLOT !!!</b></p>	<p><b>*Yleisurheilu</b> URL02,04,07: Laji A tai B– Heikinpohjan, ASAI</p> <p><b>*Toiminnallinen lihaskunto:</b> URL02,04 - Tennis+säbä,FG, JK, Tuva, Kirsi, Anna -MRIS,C <b>F –Sali</b></p> <p><b>* Jääkiekko</b>-URL02,04,06, Akat. -laji tai ominaisuus/ JoniK</p>	<p><b>*Yleisurheilu</b> URL02,04,07: Laji A tai B– Heikinpohjan, ASAI</p> <p><b>*Toiminnallinen lihaskunto:</b> URL02,04 - Tennis+säbä,FG, JK, Tuva, Kirsi, Anna -MRIS,C <b>F –Sali</b></p> <p><b>* Jääkiekko</b>-URL02,04,06, Akat. -laji tai ominaisuus/ JoniK</p>
<b>12</b> 18.3 yO	<p><b>*Yleisurheilu</b> URL02,04,06: Laji A tai B– Heikinpohjan, ASAI</p> <p><b>*Tennis, Säbä, FG, - Padel 2, Americano Aionkatu ,</b> HSOI</p> <p><b>* Jääkiekko</b>-URL02,04,06, Akat. -laji tai ominaisuus/ JoniK</p>	<p><b>*Yleisurheilu</b> URL02,04,07: Laji A tai B– Heikinpohjan, ASAI</p> <p><b>*Toiminnallinen lihaskunto:</b> URL02,04 - Tennis+säbä,FG, JK, Tuva, Kirsi, Anna -MRIS,C <b>F –Sali</b></p> <p><b>* Jääkiekko</b>-URL02,04,06, Akat. -laji tai ominaisuus/ JoniK</p>	<p><b>*Yleisurheilu</b> URL02,04,07: Laji A tai B– Heikinpohjan, ASAI</p> <p><b>*Toiminnallinen lihaskunto:</b> URL02,04 - Tennis+säbä,FG, JK, Tuva, Kirsi, Anna -MRIS,C <b>F –Sali</b></p> <p><b>* Jääkiekko</b>-URL02,04,06, Akat. -laji tai ominaisuus/ JoniK</p>
<b>13</b> 25.3 yO	<p><b>*Yleisurheilu</b> URL02,04,06: Laji A tai B– Heikinpohjan, ASAI</p> <p><b>*Tennis, Säbä, FG, - Kristallisport ,</b> HSOI</p> <p><b>* Jääkiekko</b>-URL02,04,06, Akat. -laji tai ominaisuus/ JoniK</p>	<p><b>*Yleisurheilu</b> URL02,04,07: Laji A tai B– Heikinpohjan, ASAI</p> <p><b>*Toiminnallinen lihaskunto:</b> URL02,04 - Tennis+säbä,FG, JK, Tuva, Kirsi, Anna -MRIS,C <b>F –Sali</b></p> <p><b>* Jääkiekko</b>-URL02,04,06, Akat. -laji tai ominaisuus/ JoniK</p>	<p><b>*Yleisurheilu</b> URL02,04,07: Laji A tai B– Heikinpohjan, ASAI</p> <p><b>*Toiminnallinen lihaskunto:</b> URL02,04 - Tennis+säbä,FG, JK, Tuva, Kirsi, Anna -MRIS,C <b>F –Sali</b></p> <p><b>* Jääkiekko</b>-URL02,04,06, Akat. -laji tai ominaisuus/ JoniK</p>
<b>14</b> 1.4	<b>2. Pääsiäispäivä</b>	<p><b>*Yleisurheilu</b> URL02,04,07: Laji A tai B– Heikinpohjan, ASAI</p> <p><b>*Toiminnallinen lihaskunto:</b> URL02,04 - Tennis+säbä,FG, JK, Tuva, Kirsi, Anna -MRIS,C <b>F –Sali</b></p> <p><b>* Jääkiekko</b>-URL02,04,06, Akat. -laji tai ominaisuus/ JoniK</p>	<p><b>*Yleisurheilu</b> URL02,04,07: Laji A tai B– Heikinpohjan, ASAI</p> <p><b>*Toiminnallinen lihaskunto:</b> URL02,04 - Tennis+säbä,FG, JK, Tuva, Kirsi, Anna -MRIS,C <b>F –Sali</b></p> <p><b>* Jääkiekko</b>-URL02,04,06, Akat. -laji tai ominaisuus/ JoniK</p>
<b>15</b> 8.4	<p><b>*Yleisurheilu</b> URL02,04,06: Laji A tai B– Heikinpohjan, ASAI</p> <p><b>*Tennis, Säbä, FG, - Ominaisuus/ Pelillinen, Reaktiivisuus/Taito + peli</b> Lyseo, hsoi</p> <p><b>* Jääkiekko</b>-URL02,04,06, Akat. -laji tai ominaisuus/ JoniK</p>	<p><b>*Yleisurheilu</b> URL02,04,07: Laji A tai B– Heikinpohjan, ASAI</p> <p><b>*Toiminnallinen lihaskunto:</b> URL02,04 - Tennis+säbä,FG, JK, Tuva, Kirsi, Anna -MRIS,C <b>F –Sali</b></p> <p><b>* Jääkiekko</b>-URL02,04,06, Akat. -laji tai ominaisuus/ JoniK</p>	<p><b>*Yleisurheilu</b> URL02,04,07: Laji A tai B– Heikinpohjan, ASAI</p> <p><b>*Toiminnallinen lihaskunto:</b> URL02,04 - Tennis+säbä,FG, JK, Tuva, Kirsi, Anna -MRIS,C <b>F –Sali</b></p> <p><b>* Jääkiekko</b>-URL02,04,06, Akat. -laji tai ominaisuus/ JoniK</p>

17.3.2024