

Yleisurheilun harrasteryhmä Otaniemi tiistai 19.30-21.00

Tiistai	
8.1.	Kuula
15.1.	Nopeus / koordinaatio
22.1.	Pituus
29.1.	Korkeus
5.2.	Seiväs
12.2.	Viestit
19.2.	Talviloma! Ei harjoituksia.
26.2.	Kuntopiiri
5.3.*	Aitajuoksu (lämpö ulkona)
12.3.	Kiekko / moukari
19.3.*	Pikajuoksu (lämpö ulkona)
26.3.	KP + seiväs
2.4.	Kolmiloikka
9.4.	Hypyt
16.4.	Keihäs
23.4.	Toiveita

*6.3. Lämmittely ulkona 30 min

*20.3. Lämmittely ulkona 30 min

Kokoontuminen pääovien edessä!

Perttu Örn

Nuorisopäällikkö

perttu@espoontapiot.fi

050 464 4661

