

# LIIKUNTAOHJELMA / Tuomaksen ryhmät

Kevät 2024

VKO	7 lk.	8 lk.	8 lk. kuntoliik. (75 min.)	8. lk palloilu	9 lk.	9 lk. Valinnainen	PAIKKA	HUOM!
8.-12.1	Jää- ja lumiliikunta	Jää- ja lumiliikunta		Jää- ja lumiliikunta	Jää- ja lumiliikunta	Jää- ja lumiliikunta	Hovari	Kelin mukainen ulkovarustus
15.-19.1	Jää- ja lumiliikunta	Jää- ja lumiliikunta		Jää- ja lumiliikunta	Jää- ja lumiliikunta	Jää- ja lumiliikunta	Hovari	Kelin mukainen ulkovarustus
22.-26.1	Sisäliikunta	Sisäliikunta		Sisällikunta	Sisäliikunta	Sisäliikunta	Koulun sali	
29.1-2.2	Jää- ja lumiliikunta	Jää- ja lumiliikunta		Jää- ja lumiliikunta	Jää- ja lumiliikunta	Jää- ja lumiliikunta	Hovari	Kelin mukainen ulkovarustus
5.-9.2 4.jakso to	Jää- ja lumiliikunta	Jää- ja lumiliikunta		Jää- ja lumiliikunta	Jää- ja lumiliikunta	Jää- ja lumiliikunta	Hovari	Kelin mukainen ulkovarustus
12.-16.2	Sisäliikunta	Sisäliikunta	Voima / liikkuvuus	Sisäliikunta	Sisäliikunta	Sisäliikunta	Koulun sali	
19.-23.2	Jää- ja lumiliikunta	Jää- ja lumiliikunta	Kestävyys	Jää- ja lumiliikunta	Jää- ja lumiliikunta	Jää- ja lumiliikunta	Hovari	Kelin mukainen ulkovarustus
26.2-1.3	Jää- ja lumiliikunta	Jää- ja lumiliikunta	Kestävyys	Jää- ja lumiliikunta	Jää- ja lumiliikunta	Jää- ja lumiliikunta	Hovari	Kelin mukainen ulkovarustus
	LOMA	LOMA		LOMA	LOMA	LOMA	LOMA	LOMA
11.-15.3	Uinti	Uinti	Kestävyys	Sisäpalloilu Ouluhalli	Uinti	Ryhmän valinta	Raksila	YO
18.-22.3	Uinti	Uinti	Kestävyys	Jääpelit Hovari	Uinti	Ryhmän valinta	Raksila	YO
25.-29.3	Verkkopelit	Verkkopelit	Voima / nopeus	Verkkopelit	Verkkopelit	Sisäpalloilu	Ouluhalli	YO
1.-5.4	Verkkopelit	Verkkopelit	Voima / nopeus	Ryhmän valinta	Verkkopelit	Ryhmän valinta	Koulun sali	
8.-12.4 5. jakso ke	Kuntoliikunta ulkona	Kuntoliikunta ulkona	Kuntoliikunta ulkona	Salibandy Värttö	Kuntoliikunta ulkona	Kuntoliikunta ulkona	Lähtö koululta	Kelin mukainen ulkovarustus
15.-19.4	Ryhmän valinta	Ryhmän valinta	Ryhmän valinta	Ryhmän valinta	Ryhmän valinta	Ryhmän valinta	Koulun Sali	

<b>22.-26.4</b>	Kuntoliikunta	Kuntoliikunta	Kuntoliikunta	Sisäpalloilu	Kuntoliikunta	Sisäpalloilu	<b>Ulkona / kuntosali</b>	
<b>29.4.-3.5</b>	Ryhmän valinta	Ryhmän valinta	Ryhmän valinta	Ryhmän valinta	Ryhmän valinta	Ryhmän valinta	<b>Koulun sali</b>	
<b>6.-10.5</b>	Ryhmän valinta	Ryhmän valinta	Ryhmän valinta	Ryhmän valinta	Tanssi Koulun sali	Ryhmän valinta	<b>Hovari</b>	
<b>13.-17.5</b>	Pesäpallo	Pesäpallo	Kestävyys	Pesäpallo	Tanssi Koulun sali	Pesäpallo	<b>Hovari</b>	
<b>20.-24.5</b>	Ulkopelit ja leikit	Ulkopelit ja leikit	Kestävyys	Ulkopelit Huom! Hovari	Tanssi Koulun sali	Ulkopelit Huom! Hovari	<b>Tuiran ranta lähtö koululta</b>	
<b>27.5-31.5</b>	Ryhmän valinta	Ryhmän valinta	Ryhmän valinta	Ryhmän valinta	Ryhmän valinta	Ryhmän valinta	<b>Hovari</b>	