

OLK ML harjoituslista

viikko: 37

9.syys maanantai		10.syys tiistai		11.syys keskiviikko		12.syys torstai		13.syys perjantai		14.syys lauantai		15.syys sunnuntai	
jää	oheinen	MP vp jää	oheinen	MM+RT vp jää	oheinen	jää	oheinen	CMB leiri (JM+NK+JS) jää	ALB leiri (RT+MP+VP) oheinen	STLL Kehitysilta 15-18.00 / MM jää	ALB+CMB leiri oheinen	jää	ALB+CMB leiri oheinen
				6.45-7.45 RAK						8.00-9.15 HH NEB / MM+AH		7.45-8.45 LM2 AB / MM+TP	9.15-10.45 RAK AB / MM+TP
				9.15-10.15 LM OSUA 8ik / MP						9.30-10.15 HH TK+TEK / LO+AH+Sok?			
										10.30-11.15 HH TK / MP			
										11.15-12.15 RAK AB / MM+TP			
16.00-17.00 KEM NEB / MP+AH+VP	17.15-18.00 KEM NEB / MP+AH					16.00-17.00 KEM NOB / JS+S	17.15-18.00 KEM NOB / JS+S			12.30-13.30 RAK AB / MM+TP	13.45-14.45 RAK AB / MM+TP		
16.00-16.50 OS ALB / RT+MM+LO		16.15-17.15 LM2 ALB / RT+LO+MM	17.45-18.45 RAK ALB kunto / LO	16.30-17.15 LM2 TÄ / TP+KK	17.45-18.30 RAK/uiko TÄ / TP+KK					8.00-9.00 OS			
17.00-17.50 OS ALB / RT+MM+LO		17.30-18.15 LM2 TK / MM+TP+RT+R+VP+AH		16.30-17.15 LM2 MT / VP+HH	17.45-18.30 RAK/uiko MT / VP+HH		17.00-17.30 RAK SP / RT+MM			9.15-10.15 OS MT / HH+KK	10.30-11.15 OS MT / HH+KK	18.30-19.30 LM1 NEB / AH+HH	17.30-18.15 uiko NEB / AH+HH
17.50-18.50 OS AB / MM+TP	19.00-20.00 OS AB kh+liikkuvuus / MP+TP	18.15-19.45 LM2 SP / RT+MM	20.00-20.45 RAK fyzio 1/2/3 / JM			17.45-18.45 RAK SP vt / ML+RT+MM	19.00-20.30 RAK SP kh+liikkuvuus / (MM)+RT			9.15-10.15 OS TÄ / TP	10.30-11.15 OS TÄ / TP	18.00-19.00 LM2 SP / MM+SH	16.30-17.30 RAK SP ohjelma / MM+SH
19.00-20.30 RAK SP / RT+MM+SH	17.45-18.45 RAK SP kunto / JM+NK			19.00-20.00 LM1 CMB / JM+NK+AH	17.30-18.30 RAK CMB / JM+AH	19.00-19.50 OS NEB / MP+AH+HH	18.00-18.45 OS NEB / MP+AH	19.00-20.00 LM1 SP / MM+AM	17.30-18.30 RAK SP laji / MM+AM	10.30-11.30 OS NOB / JS+R	11.45-12.30 OS NOB / JS+R	19.15-20.15 LM2 SP / MM+SH	
		20.15-21.15 RAK AB / MM+TP	18.45-20.00 RAK AB kunto / JM+NK	20.15-21.15 LM1 LYB / (MP)+AH+KK	18.15-19.45 RAK LYB / MP+KK	19.50-20.50 OS AB / MM+MP+NK		20.15-21.15 LM1 LYB / AH+KK	18.45-19.45 RAK LYB / AH+KK	11.45-12.45 OS LYB / AH+KK		18.30-20.00 RAK NOB / JS+S	17.30-18.15 RAK NOB / JS+S
		21.30-22.30 RAK CB / MV+AM	20.15-21.15 RAK CB / MV+AM	21.30-22.30 RAK TEK / MP+VP						13.00-14.00 OS LYB / AH+KK	14.15-15.15 OS LYB / AH+KK		