

Yleisurheilun harrasteryhmän lukkari ulkokausi 2022

Harjoitukset Otaniemen urheilukentällä kello 16:00-17:30.

| Tiistai | |
|----------------|------------------------|
| 10.5. | Oheistreeni |
| 17.5. | Aitajuoksu |
| 24.5. | Kilpakävely ja viestit |
| 31.5. | Kolmiloikka |
| MA 6.6. | Korkeus |
| 14.6. | Pituus |
| 21.6. | Pikajuoksu |
| 28.6. | Kuula |
| 2.8. | Seiväs |
| 9.8. | Kiekko ja moukari |
| 16.8. | Keihäs |
| 23.8. | Toiveita |

| Torstai | |
|--------------|----------------------------------|
| 5.5. | Pikajuoksu |
| 12.5. | Pituus |
| 19.5. | Kuula |
| 2.6. | Seiväs |
| 9.6. | Kiekko |
| 16.6. | Keihäs |
| 23.6. | Juhannus, ei harjoituksia |
| 30.6. | Korkeushyppy |
| 4.8. | Aitajuoksu |
| 11.8. | Kilpakävely ja viestit |
| 18.8. | Moukari |
| 25.8. | Toiveita |

Helatorstaina 26.5.2022 ei ole harjoituksia.

Harjoitukset pidetään maanantaina viikolla 23.

Hauskoja treenejä kaikille!

Ilmoittautuminen hallikaudelle 2022-
2023 käynnistyy kesäkuun aikana.



Perttu Örn, Nuorisopäällikkö, 050 464 4661, perttu@espoontapiot.fi