

OLK MUODOSTELMA

28/01/18

VKO 5	MA 29.01.	TI 30.01. Jo vp	KE 31.01.	TO 01.02.	PE 02.02.	LA 03.02.	SU 04.02. Ja vp
STELLA POLARIS	18.00-18.15 omatoiminen lämmittely 18.15-18.45 keskipartalo + alkuverkka RAK (Elli) 19.00-20.00 jää RAK (Ja+S) 20.15-21.15 jää RAK (Ja+S) loppuverkka -21.45	18.45-20.15 kuntosalit UT (EL+Ja)	6.45-7.45 jää RAK (Aleks. + Ja) 17.00- lämmittelyt 17.30-19.00 jää LM2 (Ja+Jo) 19.30-20.45 kehonhuolto OUIS (Elli)	17.00- lämmittelyt 17.30-19.00 jää OS (Ja+Jo) 19.15-20.30 oh OS Sali (Ja+Jo)	15.30- lämmittelyt 16.00-17.00 jää RAK (Jamppa) 17.10-17.30 videot RAK (Jamppa) 18.00-19.30 tanssi Heinä (Sini)	vapaa vkip	vapaa vkip
AURORA BOREALIS	Göteborg Jo + V	kisan jälk. Vp		15.45- lämmittelyt 16.15-17.15 jää OS (Jo+Ja) 17.30-18.45 tanssi OS Sali (Sini)	7.00-7.45 jää HH (Jo+A) 15.00- lämmittelyt 15.30-16.30 jää HH (A+Elli) loppuverkka -17.00	10.45- lämmittelyt 11.15-12.15 jää RAK (A+Elli) 12.30-13.30 jää RAK (A+Elli) 13.45-15.15 kunto oh RAK (Elli)	10.00- lämmittelyt 10.30-12.00 jää RAK (A+Elli) 12.30-14.00 kehonhuolto UI (Elli) 17.30-18.30 oh RAK (Jonna) 18.45-20.00 jää RAK (Jo+A) loppuverkka -20.30
TÄHTITYTÖT	16.00-17.00 oh LM koppi (Jamppa) 17.15-18.00 jää LM2 (Ja+Ju) 18.10-18.55 videot + loppuverkka LM (Ja+Ju)		15.15-16.00 oh LM koppi (Ja+Ju) 16.15-17.15 yhteisjää LM2 (Ja+Ju) loppuverkka -17.45		9.00- lämmittelyt 9.30-10.30 jää LM2 (Ja+Ju) loppuverkka -11.00 lähtö Helsingin	HL:n kutsukilpailu, Helsinki Ja+Ju	kisan jälk. Vp
MINITÄHDET	15.30- lämmittelyt 16.00-17.00 jää KEM (Ju+Mo+EL) 17.15-18.00 oh KEM Sali (EL+Mo)		15.15-16.00 oh LM koppi (Jo+RT) 16.15-17.00 yhteisjää LM2 (Jo+RT) loppuverkka -17.30		13.15- lämmittelyt 13.45-14.45 jää OS (Jo+RT) loppuverkka -15.15 lähtö Seinäjoelle	Kutsukilpailu, Seinäjoki Jo+RT	kisan jälk. Vp
TIMANTIT			16.15-17.00 tanssi UT (Elina)	16.15-17.00 jää KEM (V+EL)			7.45-8.45 jää LM2 (RT+A) 9.15-10.15 oh LMLH (RT+A)
MINITIMANTIT			15.30-16.15 tanssi UT (Elina)	16.00-16.45 jää KEM (T+ER) 17.15-18.00 oh KEM Sali (T+ER)			17.15-18.15 jää LM2 (T+ER)
COMETES BOREALIS		15.45- lämmittelyt 16.15-17.00 jää LM2 (Je+K) 17.15-18.15 oh LM koppi (Je+K)	17.00-17.50 tanssi UT (Julianna)		12.00- lämmittelyt 12.30-13.30 jää OS (Je+K) loppuverkka -14.00 lähtö Seinäjoelle	Kutsukilpailu, Seinäjoki Je+K	kisan jälk. Vp
LINNAEA BOREALIS		15.45- lämmittelyt 16.15-17.00 jää LM2 (Juuli) 17.15-18.15 oh LM koppi (Juuli)			17.45- lämmittelyt 18.15-19.00 jää LM2 (V+RM) 19.30-20.30 oh LMLH (V+RM)	Kutsukilpailu, Seinäjoki V+RM	kisan jälk. Vp
RAKSILAN TEKOJÄÄRATA OLK:n vapaavuorot						16.30-17.30 Raksilan tekojää	
LUNA BOREALIS		20.00-21.00 oh Meri (S+Ju) 21.30-22.30 jää RAK (S+Ju)					17.00-18.00 oh Oulun Normaalkoulu (Saara) 18.30-19.30 jää LM2 (S+Ju) 19.45-20.45 jää LM2 (S+Ju)

LM = Linnanmaan jäähalli
 RAK = Raksilan jäähalli
 OS = Oulunsalon jäähalli
 HH = Raksilan harrkahalli
 KEM = Kempeleen jäähalli
 KEMsali = Kempelehallin sali
 OSsali = Oulunsalon palloluuhalli peisali
 OSmoni = Oulunsalo palloluuhalli monitoimisali
 Utsali = Raksilan uimahallin peisali
 Ujudo = Raksilan uimahallin judosali
 Raja = Rajakylän yläasteen sali
 LMLH = Linnanmaan liikuntahallin peisali
 LMLH lohko = Linnanmaan liikuntahalli palloluusalin lohko
 LMLH lohko = Linnanmaan liikuntahalli palloluusalin lohko
 PALO = Palolaitos Raksila
 UT = Urheilutalon peisali
 Karja = Karjasillan koulun Sali
 Meri = Merikosken koulun Sali
 Heinä = Heinätorin koulun Sali