

OLK ML harjoituslista

viikko: 20

13-May maanantai		14-May tiistai		15-May keskiviikko		16-May torstai		17-May perjantai		18-May lauantai		19-May sunnuntai	
MP vp jää	oheinen	MP vp jää	oheinen	MP vp jää	oheinen	MP vp jää	RT vp oheinen	MP vp jää	oheinen	MP vp jää	oheinen	fysiotestit SP+AB jää	MP vp, MM vp oheinen
										9.00-10.00 HH NOB / JS+P+SK	10.15-11.00 RAK NOB / JS+JP	7.45-8.45 LM2 CMB / JM+NK	9.15-10.15 OH CMB / JM+NK
										10.15-11.15 HH ALB / RT+LO		8.00-9.30 LM1 ALB / RT+VP	10.00-11.00 OH kamp ALB / RT+VP
										11.30-12.30 HH ALB / RT+LO	12.45-13.45 RAK ALB / RT+LO		10.45-11.45 OH SP fysiotesti / JM+RT
16.00-16.45 KEM MT / VP+HH	17.00-17.45 ulko MT / VP+HH												11.45-12.45 OH SP fysiotesti / JM+RT
16.15-17.00 KEM TA / JP+SK	17.15-18.00 ulko TA / JP+SK					16.00-17.00 KEM NEB / AH+VP	17.15-18.15 KEM NEB / AH+VP			8.00-9.00 OS NEB / AH+HH+VP	9.15-10.00 OS NEB / VP+HH		12.45-13.45 OH SP fysiotesti / JM+RT
		16.15-17.15 LM2 AB / MM+MH+NK	17.30-19.00 RAK AB kunto / JM+NK							9.15-10.15 OS CMB / NK+AH	10.30-11.30 OS CMB / NK+AH		14.15-15.15 RAK AB fysiotesti / JM+RT
16.00-16.50 OS ALB / RT+MM+LO	17.00-18.00 OS ALB / MI+RT	17.30-18.30 LM2 SP / RT+MM+AM	19.00-20.30 RAK SP kunto / JM+NK	16.15-17.15 LM2 CMB / JM+NK+AH	17.45-18.45 RAK CMB / JM+AH					10.30-11.30 OS AB / MM+MH			15.15-16.15 RAK AB fysiotesti / JM+RT
17.00-17.50 OS SP / MM+SH					18.45-20.15 RAK LYB / AH+NK?			17.45-18.45 LM1 ALB / RT+VP+LO	16.30-17.30 LM ALB / RT+MM	11.45-12.45 OS AB / MM+MH	13.00-14.00 OS AB / MM+MH		16.15-17.15 RAK AB fysiotesti / JM+RT
18.00-18.50 OS SP / RT+MM+SH	19.00-20.00 OS SP kh / RT+MM	18.45-19.45 LM2 NOB / JS+SK	17.45-18.30 LM NOB / JS+SK	19.00-20.00 LM1 SP / RT+MM		19.00-19.50 OS AB / MM+MH+TP		19.00-20.00 LM1 AB / MM+MH	17.15-18.45 LM AB / MM+MH	13.00-14.00 OS LYB / AH+NK?	11.45-12.45 OS LYB / AH+NK?	15.00-17.00 OS LYB / AH+NK?	13.45-14.45 OS LYB / AH+NK?
				20.15-21.15 LM1 SP / RT+MM		20.00-20.50 OS AB / MM+MH+TP		20.15-21.15 LM1 ?? POP UP TEK / VP ??		18.15-19.15 OS SP / RT+MM	16.30-18.00 OS SP / RT+MM	18.00-19.00 LM2 NOB / JS+JP	17.00-17.45 LM NOB / JS+JP
		21.30-22.30 LM1 CB / MV+AM	20.15-21.15 CB / MV+AM	21.15-22.15 LM2 ?? POP UP TEK / VP ??						19.30-20.30 OS SP / RT+MM		18.30-19.30 LM1 NEB / NL?+AH+VP	17.30-18.15 LM NEB / AH+VP

KEM = Kempelehalli
 LM = Linnanmaan jäähalli
 OH = Ouluhalli
 RAK = Oulun Energia Areena
 OS = Oulunsalonjäähalli
 HH = Raksilan harjoitusjäähalli