

OLK ML harjoituslista

viikko: 22

27-May maanantai		28-May tiistai		29-May keskiviikko		30-May torstai		31-May perjantai		1-Jun lauantai		2-Jun sunnuntai	
jää	oheinen	jää	oheinen	jää	oheinen	jää	oheinen	jää	oheinen	RT+MM+MP vp jää	oheinen	jää	oheinen
16.00-17.00 KEM MT+CMB / VP+HH+JM	17.15-18.00 ulko MT+CMB / VP+HH+JM												
16.00-17.00 KEM TÄ+CMB / JP+SK+AH	17.15-18.00 ulko TÄ+CMB / JP+SK+AH					16.00-17.00 KEM NEB+NOB / MP+MM+JS+JP	17.15-18.15 ulko NEB / MP+MM+JS+JP						
16.00-16.50 OS ALB / RT+VP+MP	17.00-18.00 OS ALB / RT+VP	16.15-17.15 LM2 AB / MM+MH+MP	17.30-19.00 RAK AB kunto / JM+MH					17.00-18.00 RAK SP fysiopalaute / JM					
17.00-17.50 OS AB+NEB / MM+MP+AH+MH	18.00-19.00 OS AB+NEB / MP+AH+MH	17.30-18.30 LM2 SP / RT+MM+SH	19.00-20.30 RAK SP kunto / JM+RT	16.15-17.15 LM2 CMB / JM+MP+AH	17.45-18.45 RAK CMB / JM+MP			18.00-19.00 RAK SP fysiopalaute / JM					
18.00-18.50 OS SP / RT+MM	19.00-20.00 OS SP / RT+MM	18.45-19.45 LM2 LYB+NOB / MP+JS+AH+JP	17.30-18.30 LM LYB+NOB / MP+JS+AH+JP					19.00-20.00 RAK SP fysiopalaute / JM					
				19.00-20.00 LM1 SP / RT+MM+MP		19.00-19.50 OS ALB / RT+MP+LO	17.45-18.45 OS ALB / RT+LO	19.00-20.00 LM1 ALB+SP / RT+AM+MP	17.45-18.45 LM ALB+SP / RT+MP+MM				
				20.15-21.15 LM1 SP / RT+MM+MP		20.00-20.50 OS AB / MM+MH	18.45-19.45 OS AB / MM+MH	20.15-21.15 LM1 AB / MM+MH+MP	19.00-20.00 RAK AB / MM+MH				
		21.30-22.30 LM CB / MV+AM	20.15-21.15 LM CB / NV+AM			21.00-22.00 OS LYB / MP+AH	19.45-20.45 OS LYB / MP+AH						