

OLK ML harjoituslista

viikko: 25

17-Jun maanantai		18-Jun tiistai		19-Jun keskiviikko		20-Jun torstai		21-Jun perjantai		22-Jun lauantai		23-Jun sunnuntai	
jää	oheinen	jää	oheinen	jää	oheinen	jää	oheinen	Juhannusaatto jää	oheinen	Juhannuspäivä jää	oheinen	jää	oheinen
8.00-9.00 OS AB / MM+MH+MP		8.00-9.00 OS AB / MM+MH+MP		8.00-9.00 OS SP / RT+MM		8.00-9.00 OS SP / RT+MM							
9.15-10.15 OS AB / MM+MH+MP		9.15-10.15 OS AB / MM+MH+MP	10.30-12.00 OS AB / MM+MH	9.15-10.15 OS SP / RT+MM	10.30-12.00 OS SP / RT+MM	9.15-10.15 OS SP / RT+MM	10.30-12.00 OS SP / RT+MM						
10.30-11.30 OS CMB / JM+AH+JS	9.15-10.15 OS CMB / JM+AH	10.30-11.30 OS ALB / RT+MP+VP		10.30-11.30 OS NOB / JS+JP+SK	11.45-12.45 OS NOB / JS+JP	10.30-11.30 OS NEB / MP+AH+VP	11.45-12.45 OS NEB / MP+AH						
11.45-12.45 OS AB / MM+MH+MP	13.00-14.00 OS AB / MM+MH	11.30-12.30 OS ALB / RT+MP+VP	12.45-13.45 OS ALB / RT+MP	11.45-12.45 OS NEB/MP+AH+VP	13.00-14.00 OS NEB / MP+AH	11.45-12.45 OS NOB / JS+JP+SK	13.00-14.00 OS NOB / JS+JP						
13.00-14.00 OS CMB / JM+AH+JS	14.15-15.45 OS CMB / JM+AH	12.45-13.45 OS AB / MM+MH		13.00-14.00 OS SP / RT+MM+SH		13.00-14.00 OS SP / RT+MM							
14.15-15.15 OS AB / MM+MH+MP	15.30-17.00 OS AB kesätreenit / JM+MM	13.45-14.45 OS AB / MM+MH		14.15-15.15 OS SP / RT+MM+SH		14.15-15.15 OS SP / RT+MM							
15.30-16.30 OS ALB / RT+MP+VP		15.00-15.45 OS NOB / JS+SK											
16.45-17.45 OS ALB / RT+MP+VP	18.00-19.00 OS ALB / MI+RT		14.30-16.00 RAK SP kesätreenit / JM		AB korvaava fysio / JM 15-16, 16-17, 17-18	17.00-17.50 OS ALB / RT+VP	18.00-19.00 OS ALB / RT+VP						
18.00-18.50 OS NEB / MP+AH+VP	19.00-19.45 OS NEB / MP+AH		16.30-19.00 Ainoalanpuisto MUOKAN KESÄRIEIHÄ			19.00-19.50 OS LYB / MP+AH	17.15-18.45 OS LYB / MP+AH						
21.15-22.30 OS CB / MV+AM				20.00-21.00 OS LYB / MP+AH	18.15-19.45 OS LYB / MP+AH	20.00-20.50 OS LYB / MP+AH							