

LI-2.3

TI 10.10 UrheiluExpo Opinmässä klo 13.15-14.30 (tästä tullut erillinen viesti)

TO 12.10. Kehonhuolto (kepeillä /ilman). Liikuntahalli /liikuntahallin ylätasanne. Sijainen Miika Saloranta

PE 13.10. Telinevoimistelu + tramppa klo 13-14. Ole ajoissa! Tuulimäen väestönsuoja, Itätuulenkuja 9, Tapiola. Vaihtosukat, ei kenkiä. Sijainen vastassa. Aikataulusta johtuen tulee erillinen viesti, opettajille myös, pyydä kohteliaasti lupa lähteä edelliseltä tunnilta aiemmin. Muista läksyt!

vko 42 Syysloma rentoutumista & ulkoilua

TI 24.10. Suunnistus. Lähtö liikuntahallista. Säänmukaiset ulkoliikuntavarusteet, -myös kengät!

TO 26.10. Koe Kampus (OP2/Heidi, Martti) lounaasta lähtien, pakollinen (ei liikuntatuntia)

PE 27.10. Tanssi liikuntahalli/liikuntahallin ylätasanne (+kuntosali). Sijainen Ella Killinen (Sanna tyttöjen jalkapallojoukkueen kanssa Laaksolahdessa peleissä)

TI 31.10. Keilaus **4€**/opiskelija Sello klo 14-15 (Kaikilla RO klo 13-13.45)

TO 2.11. ??

PE 3.11. Sisäpeli (koris +/-sähly) Lukion sali. Sisäpelikengät!

TI 7.11. Luistelu + jääpeli (ringette) Dynasty-kaukalo. Hae lainaluistimet lukion päätyvarastosta jo välitunnin aikana!

TO 9.11. Luistelu + jääkiekko Dynasty-kaukalo

PE 10.11. Tanssi poikien kanssa. Lukion sali

TI 14.11. Kuntotestit (oma analyysi yläkoulu- lukion 1 vsk-nyt 2vsk). Lukion sali

TO 16.11. Sisäpeli (lentopallo?). Lukion sali

PE 17.11. Sulkapallo, itsearviointi. Lukion sali TAI jos haluat mennä jäälle (Dynasty-kaukalo) Hessun ryhmän kanssa niin ilmoita etukäteen.

Arviointiviikon liikuntatunti pe 24.11. klo 10-14 välisenä aikana. Opiskelijoiden mielipide RUSH?, SuperPark?, muuta?

Jos haluat mennä itsenäisesti uimaan jollain liikuntatunnilla niin sovi Sannan kanssa etukäteen.

RIEMUA LIIKUNNASTA!