

LOKKI-lajikoulu 2016-2017



perjantaisin Yhteiskoululla 2016-2017

16.00-17.00 D-ikäiset

17.00-18.00 F-ikäiset

18.00-19.00 E-ikäiset

päivä	aihe	ohjaaja
4.11.	syöttö	Saija Peltomaa
11.11.	pallon hallinta: pompottelun kympit	Mika Mikola
18.11.	heitto ja kiinniotto	Mika Mikola
25.11.	heitto ja kiinniotto	Esko Randell
2.12.	heittodrillejä	Mika Mikola
9.12.	näppi	
16.12.	näppi	Mika Mikola
	<i>joululoma</i>	
13.1.	LUKKARIKOULUTUS	Saija Peltomaa
20.1.	kentällemeno	Mika Mikola
27.1.	vaihtotilanne	Mika Mikola
3.2.	kotiuttaminen	Mari Timgren
10.2.	LUKKARIKOULUTUS	Saija Peltomaa
17.2.	peruslyönti	Mika Mikola
	<i>hiihtoloma</i>	
3.3.	merkki	Mika Mikola
10.3.	LUKKARIKOULUTUS	Saija Peltomaa
17.3.	eteneminen	
24.3.	pallonhallinta: pompottelun kympit	Mika Mikola
31.3.	pelaaminen	Mika Mikola
7.4.	LUKKARIKOULUTUS	Saija Peltomaa

Lukkarikoulutusillat 13.1. ja 10.2. ja 10.3. ja 7.4.

klo 16.00 isot

klo 17.00 pienet

klo 18.00 harjoitukset C-tytöt