

FRIIDROTTSSKOLA / YLEISURHEILUKOULU

2025



MÅNDAG / MAANANTAI

	2019-2020	2017-2018	2015-2016	2012-2014
	17.00-17.50	17.00-18.00	17.00-18.00	18.00-19.30
4.8	Pallonheitto & 40m	Pituus, Pallonheitto & 60m	Pituus & 60m	Pituus & 60m
11.8	Längd / Pituus	Diskus / Kiekko	Snabbhet / Pikajuoksu	Stafett / Viestit
18.8	Snabbhet / Pikajuoksu	Gång & Kula / Kävely & Kuula	Höjdhopp / Korkeushyppy	Slägga & Kula / Moukari & Kuula
25.8	Spjut / Keihäs	Höjdhopp / Korkeushyppy	Gång & Kula / Kävely & Kuula	Höjdhopp / Korkeushyppy
1.9	Häcklöpning / Aitajuoksu	Spjut / Keihäs	Stafett / Viestit	Diskus & Spjut / Kiekko & Keihäs
8.9	Diskus / Kiekko	Stafett / Viestit	Diskus & Spjut / Kiekko & Keihäs	Häcklöpning / Aitajuoksu
15.9	Stafett & Längd / Viestit & Pituus	Häcklöpning / Aitajuoksu	Längd / Pituus	Längd / Pituus
22.9	Bollkast / Pallonheitto	Längd / Pituus	Häcklöpning / Aitajuoksu	Snabbhet / Pikajuoksu

HUOM! Laji-ilta Kauklahdessa!
HUOM! Treenit Kauklahdessa!
HUOM! Treenit Kauklahdessa!

TISDAG / TIISTAI

	2019-2020	2017-2018	2015-2016	2012-2014
	11.30-12.20	11.30-12.30	11.30-12.30	11.30-13.00
5.8	Pallonheitto & 40m	Pituus, Pallonheitto & 60m	Kuula & Turbokeihäs	Kuula & Keihäs
12.8	Häcklöpning / Aitajuoksu	Gång & Kula / Kävely & Kuula	Höjdhopp / Korkeushyppy	Höjdhopp / Korkeushyppy
19.8	Diskus / Kiekko	Höjdhopp / Korkeushyppy	Längd / Pituus	Häcklöpning / Aitajuoksu
26.9	Snabbhet / Pikajuoksu	Diskus / Kiekko	Stafett / Viestit	Längd / Pituus
2.9	Spjut / Keihäs	Stafett / Viestit	Diskus & Spjut / Kiekko & Keihäs	Stafett / Viestit
9.9	Längd / Pituus	Spjut / Keihäs	Gång & Kula / Kävely & Kuula	Slägga & Kula / Moukari & Kuula
16.9	Bollkast / Pallonheitto	Längd / Pituus	Häcklöpning / Aitajuoksu	Snabbhet / Pikajuoksu
23.9	Stafett & Längd / Viestit & Pituus	Häcklöpning / Aitajuoksu	Snabbhet / Pikajuoksu	Diskus & Spjut / Kiekko & Keihäs

Laji-ilta!

TORSDAG / TORSTAI

	2019-2020	2017-2018	2015-2016	2012-2014
	11.30-12.20	11.30-12.30	11.30-12.30	11.30-13.00
7.8	Pallonheitto & 40m	Pituus, Pallonheitto & 60m	Korkeus, 200m & 400m	200m, 400m & Korkeus
14.8	Häcklöpning / Aitajuoksu	Spjut / Keihäs	Gång & Kula / Kävely & Kuula	Gång & Kula / Kävely & Kuula
21.8	Längd / Pituus	Gång & Kula / Kävely & Kuula	Diskus & Spjut / Kiekko & Keihäs	Diskus & Spjut / Kiekko & Keihäs
28.8	Diskus / Kiekko	Häcklöpning / Aitajuoksu	Höjdhopp / Korkeushyppy	Häcklöpning / Aitajuoksu
4.9	Snabbhet / Pikajuoksu	Stafett / Viestit	Snabbhet / Pikajuoksu	Slägga & Kula / Moukari & Kuula
11.9	Bollkast / Pallonheitto	Längd / Pituus	Längd / Pituus	Snabbhet / Pikajuoksu
18.9	Stafett & Längd / Viestit & Pituus	Höjdhopp / Korkeushyppy	Häcklöpning / Aitajuoksu	Höjdhopp / Korkeushyppy
25.9	Spjut / Keihäs	Diskus / Kiekko	Slägga & Kula / Moukari & Kuula	Längd / Pituus

Laji-ilta!

Säsöng: 5.5-25.9, sommarpaus 19.6-3.8.2025