

FRIIDROTSSKOLA / YLEISURHEILUKOULU

2026

Säsöng: 5.10.2026-26.4.2027



MÅNDAG / MAANANTAI

	2021-2022 17.00-17.50	2019-2020 17.00-18.00	2017-2018 18.00-19.00	2015-2016 + 2013-2014 18.00-19.30
5.10	Snabbhet & Häck // Pikajuoksu & Aidat	Hopp/Egenskapsbana // Hypy/Ominasuusrata	Hopp/Egenskapsbana // Hypy/Ominasuusrata	Höjd // Korkeus
12.10	Höstlov - ingen träning / Syysloma - ei harjoituksia			
19.10	Hopp/Egenskapsbana // Hypy/Ominasuusrata	Spjut // Keihäs	Spjut // Keihäs	Hopp/Egenskapsbana // Hypy/Ominasuusrata
26.10	Bollkast // Pallonheitto	Stafetter & gång / Viestit & kävely	Stafetter & gång / Viestit & kävely	Spjut // Keihäs
2.11	Stafetter & gång / Viestit & kävely	Diskus / Slägga // Kiekko / Moukari	Diskus / Slägga // Kiekko / Moukari	Stafetter & gång / Viestit & kävely
9.11	Diskus / Slägga // Kiekko / Moukari	Snabbhet & Häck // Pikajuoksu & Aidat	Snabbhet & Häck // Pikajuoksu & Aidat	Diskus / Slägga // Kiekko / Moukari
16.11	Snabbhet&Häck // Pikajuoksu&Aidat	Kula // Kuula	Kula // Kuula	Snabbhet & Häck // Pikajuoksu & Aidat
23.11	Kula // Kuula	Höjd // Korkeus	Höjd // Korkeus	Kula // Kuula
30.11	Hopp/Egenskapsbana // Hypy/Ominasuusrata	Spjut // Keihäs	Spjut // Keihäs	Höjd // Korkeus
1.12	Bollkast // Pallonheitto	Diskus / Slägga // Kiekko / Moukari	Diskus / Slägga // Kiekko / Moukari	Spjut // Keihäs
7.12	Diskus / Slägga // Kiekko / Moukari	Snabbhet & Häck // Pikajuoksu & Aidat	Snabbhet & Häck // Pikajuoksu & Aidat	Diskus / Slägga // Kiekko / Moukari
14.12	Snabbhet & Häck // Pikajuoksu & Aidat	Höjd // Korkeus	Höjd // Korkeus	Snabbhet & Häck // Pikajuoksu & Aidat

LÖRDAG / LAUANTAI

	2021-2022 10.00-10.50	2019-2020 10.00-11.00	2017-2018 10.00-11.00	2015-2016 + 2013-2014 10.00-11.30
10.10	Snabbhet & häck // Pikajuoksu & aidat	Längd // Pituus	Längd // Pituus	Kula // Kuula
17.10	Höstlov - ingen träning // Syysloma - ei harjoituksia			
24.10	Stafetter & gång / Viestit & kävely	Höjd // Korkeus	Stafetter & gång / Viestit & kävely	Längd // Pituus
31.10	Ingen träning pga annat evenemang i Kameleonten // Ei harjoituksia Kameleontenin toisen tapahtuman takia			
7.11	Snabbhet&Häck // Pikajuoksu&Aidat	Stafetter & gång / Viestit & kävely	Diskus / Slägga // Kiekko / Moukari	Snabbhet & Häck // Pikajuoksu & Aidat
14.11	Längd // Pituus	Kula // Kuula	Snabbhet & Häck // Pikajuoksu & Aidat	Höjd // Korkeus
21.11	Höjd // Korkeus + temppurata	Snabbhet & Häck // Pikajuoksu & Aidat	Kula // Kuula	Längd // Pituus
28.11	Snabbhet&Häck // Pikajuoksu&Aidat	Diskus / Slägga // Kiekko / Moukari	Höjd // Korkeus	Stafetter & gång / Viestit & kävely
5.12	Kula // Kuula	Höjd // Korkeus	Spjut // Keihäs	Snabbhet & Häck // Pikajuoksu & Aidat
12.12	Längd // Pituus	Snabbhet & Häck // Pikajuoksu & Aidat	Längd // Pituus	Diskus / Slägga // Kiekko / Moukari
19.12	Bollkast // Pallonheitto	Längd // Pituus	Snabbhet & Häck // Pikajuoksu & Aidat	Spjut // Keihäs