|  |  |
| --- | --- |
| **PVM** | **Teema** |
| **TO 3.11**  18.15-19.15 | **Ketteryys ja kimmoisuus** |
| **TO 10.11**  18.15-19.15 | **Tasapainoilu** |
| **TO 17.11**  18.15-19.15 | **Nopeus ja notkeus** |
| **TO 24.11**  18.15-19.15 | **Hiihto (vapaa)**   * **Liukuminen tasamaalla ja alamäissä** |
| **TO 1.12**  18.15-19.15 | **Hiihto (vapaa)**   * **Potkut tasaisella ja ylämäkeen** |
| **TO 8.12**  18.15-19.15 | **Hiihto (perinteinen)**   * **Potkut yhdellä ja kahdella suksella** |
| **TO 15.12**  18.15-19.15 | **Hiihto (perinteinen)**   * **Tasatyöntö** |
| **TO 22.12**  18.15-19.15 | **Hiihto (vapaa)**   * **Jouluiset pelit ja leikit + lenkki** |

**ANJALAN LIITON HIIHTOKOULU SYKSY 2022**