|  |  |
| --- | --- |
| **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**