

LOKKI-lajikoulu 2015-2016



torstaisin Ammattikoululla

16.00-17.00 D-ikäiset

17.00-18.00 E-ikäiset

18.00-19.00 F-ikäiset

päivä	aihe	ohjaaja
29.10.	pallon hallinta: pompottelun kympit	Mika Mikola
5.11.	pallon hallinta	Eero Kivioja
12.11.	heitto ja kiinniotto	Erno Kulmala
19.11.	heitto ja kiinniotto	Mika Mikola
26.11.	heittodrillegä	Eero Kivioja
3.12.	heitto: heiton kympit	Erno Kulmala
10.12.	pystymailanäppi	Eero Kivioja
17.12.	pystymailanäppi	Mika Mikola
	<i>joululoma</i>	
7.1.	vaakamailanäppi	
14.1.	LUKKARIKOULUTUS	Pekka Hietakangas
21.1.	vaakamailanäppi	
28.1.	LUKKARIKOULUTUS	Pekka Hietakangas
4.2.	koukkunäppi	
11.2.	koukkunäppi	
18.2.	<i>hiihtoloma</i>	
25.2.	peruslyönti	
3.3.	peruslyönti	
10.3.	heitto ja kiinniotto	
17.3.	eteneminen: kärkkyminen	
24.3.	eteneminen: syöksy	
31.3.	pallonhallinta: pompottelun kympit	
7.4.	pele-idea: ulkopeli	
14.4.	pele-idea: sisäpele	
21.4.	pelaaminen	
28.4.	pelaaminen	

- jonkinlaista pelaamista joka kerta!!!

huom: 14.1. ja 28.1. ei lajikoulua, vaan aika käytetään lukkarikoulutukseen!!!