

VKO 30	2026-2027	
	Aloitusviikko (K1-K4 + AK ja Taiturit)	
MAANANTAI 20.7.		
	Susanna lomaviikko	
SENTTERI 3		
9.45-10.30	NMJ	JÄÄ
AJO 10.30		
9.45-10.30	K2A	OH
10.45-11.55	K2A	JÄÄ
11.15-11.45	K2A OT 20min pk hölkkä + venyttely	OH
11.55-12.55	K2B+K3	JÄÄ
13.10-14.10	K2B+K3	OH
12.10-12.55	K1	OH
AJO 12.55		
13.10-14.30	K1	JÄÄ
14.45-15.15	K1 OT 20min pk hölkkä + venyttely	OH
AJO 14.30		
14.45-15.45	K4+AK	JÄÄ
16.00-17.00	K4+AK	OH
16.15-17.00	Taiturit	OH
17.15-18.00	Taiturit	JÄÄ

TIISTAI 21.7.		
SENTTERI 3		
10.00-11.00	K2B+K3	JÄÄ
11.00-11.45	NMJ	JÄÄ
11.15-12.15	K2B+K3	OH
AJO 11.45		
12.00-13.15	K2A	JÄÄ
13.30-14.30	K2A	OH
13.15-14.15	K4+AK	JÄÄ
14.30-15.30	K4+AK	OH
AJO 14.15		
14.30-15.45	K1	JÄÄ
15.15-16.20	K1	OH
AJO 15.45		
16.00-17.00	Taiturit	JÄÄ
17.15-18.00	Taiturit	OH

KESKIVIikko 22.7.		
SENTTERI 2		
10.00-11.00	K1	JÄÄ
11.00-12.15	K2B+K3	JÄÄ
12.30-13.30	K2B+K3	OH
SENTTERI 3		
12.30-13.30	K2A	JÄÄ
13.45-15.00	K2A	OH
AJO 13.30		
12.50-13.30	K1	OH
13.45-14.45	K1	JÄÄ
15.00-15.30	K1 OT 20min PK hölkkä + venyttely	OH
SENTTERI 2		
14.00-14.45	K4+AK	OH
15.00-16.00	K4+AK	JÄÄ
16.00-17.00	Taiturit	JÄÄ
17.15-18.00	Taiturit	OH

TORSTAI 23.7.		
	Christina vapaa	
SENTTERI 3		
10.00-10.45	NMJ	JÄÄ
10.45-11.45	K2B+K3	JÄÄ
12.00-13.00	K3	OH
12.00-13.00	K2B omatoiminen 5km:n lenkki + venyttely	OH
AJO 12.15		
12.30-13.45	K1	JÄÄ
14.00-15.00	K1 omatoiminen 6km:n PK lenkki+venyttely	OH
13.45-15.00	K2A	JÄÄ
15.00-16.00	K2A omatoiminen 6km:n PK lenkki+venyttely	OH
AJO 15.00		
14.15-15.00	K4+AK	OH
15.15-16.15	K4+AK	JÄÄ
16.15-17.00	Taiturit	JÄÄ
17.15-18.00	Taiturit	OH

PERJANTAI 24.7.		
	Christina vapaa	
SENTTERI 3		
9.00-10.00	K2A	JÄÄ
10.15-11.30	K2A	OH
10.00-11.15	K1	JÄÄ
11.30-12.45	K1	OH
AJO 11.15		
11.30-12.45	K2B+K3	JÄÄ
13.00-14.15	K2B+K3	OH
12.45-13.45	K4+AK	JÄÄ
14.00-15.00	K4+AK	OH

LAUANTAI JA SUNNUNTAI 25.-26.7.	
VAPAA KESÄVIIKONLOPPU	