

UK REVAL JUULI treeningud
20 - 24 juuli

Grupid/x	ESMASPÄEV 20.07	TEISIPÄEV 21.07	KOLMAPÄEV 22.07	NELJAPÄEV 23.07	REEDE 24.07
8x jää	17.45 ÜKE/hüpped 18.40-19.30 JÄÄ 19.40-20.30 JÄÄ	18.20-19.20 ÜKE (S) 19.40-20.30 JÄÄ	17.00-18.00 ÜKE (S) 18.10-19.00 JÄÄ 19.10-20.00 JÄÄ	18.20-19.20 ÜKE (S) 19.40-20.30 JÄÄ	15.45 ÜKE/venitus 16.50-17.40 JÄÄ 17.50-18.40 JÄÄ
5x jää	17.45 ÜKE/hüpped 18.40-19.30 JÄÄ	18.20-19.20 ÜKE (S) 19.40-20.30 JÄÄ	17.00-18.00 ÜKE (S) 18.10-19.00 JÄÄ	18.20-19.20 ÜKE (S) 19.40-20.30 JÄÄ	15.45 ÜKE/venitus 16.50-17.40 JÄÄ
4x jää	17.45 ÜKE/hüpped 18.40-19.30 JÄÄ	18.20-19.20 ÜKE (S) 19.40-20.30 JÄÄ	17.00-18.00 ÜKE (S) 18.10-19.00 JÄÄ	18.20-19.20 ÜKE (S) 19.40-20.30 JÄÄ	
3x jää	17.45 ÜKE/hüpped 18.40-19.30 JÄÄ	17.30-18.20 ÜKE (S) 18.40-19.30 JÄÄ		17.30-18.20 ÜKE (S) 18.40-19.30 JÄÄ	
1-2x jää		17.30-18.20 ÜKE (S) 18.40-19.30 JÄÄ		17.30-18.20 ÜKE (S) 18.40-19.30 JÄÄ	
TÄISKASVANUD 1-2x jää		17.30-18.20 ÜKE (S) 18.40-19.30 JÄÄ		17.30-18.20 ÜKE (S) 18.40-19.30 JÄÄ	