

UK REVAL JUUNI treeningud
15 - 19 juuni

Grupid/x	ESMASPÄEV 15.06	TEISIPÄEV 16.06	KOLMAPÄEV 17.06	NELJAPÄEV 18.06	REEDE 19.06
8x jää	16.00 ÜKE/hüpped 17.00-17.50 JÄÄ 18.00-18.50 JÄÄ	15.45-16.45 ÜKE 17.00-17.50 JÄÄ	16.00 ÜKE/hüpped 17.00-17.50 JÄÄ 18.00-18.50 JÄÄ	16.15 sooj/venitus 17.00-17.50 JÄÄ 18.00-19.00 ÜKE	12.00-12.50 JÄÄ 13.00-13.50 JÄÄ 14.00-14.50
5x jää	16.00 ÜKE/hüpped 17.00-17.50 JÄÄ	15.45-16.45 ÜKE 17.00-17.50 JÄÄ	16.00 ÜKE/hüpped 17.00-17.50 JÄÄ	16.15 sooj/venitus 17.00-17.50 JÄÄ 18.00-19.00 ÜKE	13.00-13.50 JÄÄ 14.00-14.50
4x jää	16.00 ÜKE/hüpped 17.00-17.50 JÄÄ	16.45-17.45 ÜKE 18.00-18.50 JÄÄ	17.00-17.50 18.00-18.50 JÄÄ	18.00-18.50 JÄÄ 19.00-20.00 ÜKE	
3x jää		16.45-17.45 ÜKE 18.00-18.50 JÄÄ	17.00-17.50 18.00-18.50 JÄÄ		13.00-13.50 JÄÄ 14.00-14.50
1-2x jää		16.45-17.45 ÜKE 18.00-18.50 JÄÄ		18.00-18.50 JÄÄ 19.00-20.00 ÜKE	
TÄISKASVANUD 1-2x jää	18.00-18.50 JÄÄ 19.00-19.45 ÜKE			18.00-18.50 JÄÄ 19.00-20.00 ÜKE	