

UK REVAL AUGUST treeningud

17 - 21 august

Grupid/x	ESMASPÄEV 17.08	TEISIPÄEV 18.08	KOLMAPÄEV 19.08	NELJAPÄEV 20.08	REEDE 21.08
8x jää	15.40-16.15 JÄÄ 16.15-17.00 JÄÄ 17.10-18.10 ÜKE (S)	9.00-9.50 JÄÄ 10.00 ÜKE/venitus (20.00 JÄÄ open)	14.30-15.30 ÜKE (S) 15.40-16.15 JÄÄ 16.15-17.00 JÄÄ		18.00 ÜKE/venitus 19.00-19.50 JÄÄ 20.00-20.50 JÄÄ
5x jää	15.40-16.15 JÄÄ 16.15-17.00 JÄÄ 17.10-18.10 ÜKE (S)	9.00-9.50 JÄÄ 10.00 ÜKE/venitus	14.30-15.30 ÜKE (S) 15.40-16.15 JÄÄ 16.15-17.00 JÄÄ		18.00 ÜKE/venitus 19.00-19.50 JÄÄ
4x jää	16.10-17.00 JÄÄ 17.10-18.00 ÜKE	18.45-19.45 ÜKE (S) 20.00-20.50 JÄÄ	14.30-15.30 ÜKE (S) 15.40-16.15 JÄÄ		18.00 ÜKE/venitus 19.00-19.50 JÄÄ
3x jää	16.10-17.00 JÄÄ 17.10-18.00 ÜKE	18.45-19.45 ÜKE (S) 20.00-20.50 JÄÄ			18.45-19.45 ÜKE (S) 20.00-20.50 JÄÄ
1-2x jää		18.45-19.45 ÜKE (S) 20.00-20.50 JÄÄ			18.45-19.45 ÜKE (S) 20.00-20.50 JÄÄ
TÄISKASVANUD 1-2x jää		19.00 ÜKE/hüpped 20.00-20.50 JÄÄ			18.45-19.45 ÜKE (S) 20.00-20.50 JÄÄ