

KESKIMAAN HIIHTOKOULUT, OHJELMA KEVÄT 2022



- VKO 3** **VAPAA tai PERINTEINEN** – pelit, leikit, suksen käsittely
- VKO 4** **VAPAA** – vapaan hiihtotekniikat
- VKO 5** **PERINTEINEN** - perinteisen hiihtotekniikat
- VKO 6** **KAIKKIEN RYHMIEN YHTEISHARJOITUS** keskiviikkona 10.2. Laajavuoressa: Tour de Swix Cup & Lasten Lumipäivät
- VKO 7** **MÄKITREENI**
- VKO 8** **PERINTEINEN** - hiihtolenkki
- VKO 9** Hiihtoloma, EI TREENEJÄ!
- VKO 10** **LUISTELU** (luistimet mukaan!)
- VKO 11** **VAPAA** - pelit, leikit ja nopeus
- VKO 12** **PERINTEINEN**
- VKO 13** **VAPAA**
- VKO 14** **Päättäjäiset** - makkaranpaistoretki