**Valmentajapalaveri Piippuhyllyllä ma 18.3.2019**

**■ Käpylän treeniajat kesäkaudella:**

**Ma 17 – 18 yleisurheilukoulu** Ilari (apuvalmentajina Jarmo Seppälä, Jenni Salo)

**Ma 18 – 19.30 junnuryhmä** Sassa (varalla Pinja, Jutta)

**Ti 18 – 19 liikuntaleikkikoulu** Paula (apuvalmentajana Juha Jumisko)

**Ti 18 – 19.30 lajikoulu** *(junnut + yleisurheilukoulu)* vaihtuvat valmentajat

Keskiviikkona maastojuoksut ja värisilmäkisat

**To 18 – 19.30 junnuryhmä** Pinja ja Jutta

**■ Viimeiset sisäharkat ja ulkoharkkojen aloitus:**

* **Liikuntaleikkikoulu**
* su 7.4 viimeiset sisäharkat
* ti 7.5 ensimmäiset ulkoharkat Käpylässä
* **Yleisurheilukoulu**
* ma 1.4 viimeiset sisäharkat
* ma 6.5 ensimmäiset ulkoharkat Käpylässä
* Huhtikuussa yleisurheilukoululaiset voivat mennä junnuryhmän mukana ulkoharkkoihin (esim. Pyhäjärven rantatie) ma 8.4 alkaen klo 18 – 19.30 (Jenni / Jukka Sassan apuna)
* **Junnuryhmä**
* to 4.4 viimeiset sisäharkat
* ma 8.4 ensimmäiset ulkoharkat, kokoonuminen piippuhyllyllä.
* Ma 6.5 ensimmäiset treenit Käpylässä, jonka jälkeen treenit ma ja to.
* Tiistain lajitreeneistä tiedotetaan myöhemmin.

**■ Maastojuoksut (Milliksellä):**

* Ke 17.4 klo 18
* Ke 24.4 klo 18
* Kuuluu osaksi harkkoja

**■ Ilmoittautuminen kesän harkkoihin:**

Kaikki kesän harkkaryhmäläiset (uudet ja vanhat) ilmoittautuvat Kapon sivuilla kesän harkkoihin huhtikuun loppuun mennessä.

**■ Whatsapp-ryhmät:**

* Ryhmäkohtaiset infot / poissaolot
* Tiedotetaan säännöistä (mm. säällä kuin säällä treenataan)

**■ Lehti-ilmoitukset:**

* Maastojuoksut (lehti-ilmoitus tehtävä viim. 8.4)
* Värisilmäkisat (lehti-ilmoitus tehtävä viim. 27.5)
* Kesän harkkoihin ilmoittautuminen

**■ Päivämääriä:**

* 6.4 PM / AM maantie Porvoo
* 27.4 PM / AM maastot Kerava
* 4 – 5.5 SM maastot + Flying Finn Janakkala

Edellä mainituista asioista infotaan ryhmiin.