

Treeningud Abja Spordi- ja Tervisekeskuses hooajal 2017/2018

Sportmängud - juhendaja **Lea lillestik**

Esmaspäev 5. tund - 1. kl/7 tund 1. - 4. kl.
Kolmapäev 5/6 tund 1. - 4 kl.
Neljäpäev 7. tund - 1-4 kl.

Kergejõustik - juhendaja **Grete Udras** (12. septembrist)

Teisipäev 15:05 - 16:45
Neljäpäev 15:05 - 16:45

Korvpall - juhendaja **Riivo Roosnurm**

Esmaspäev 15:00 - 16:30 7 - 12 kl.
Teisipäev 18:00 - 19:30 7 - 12 kl.
Kolmapäev 16:30 - 18:00 4 - 7 kl.
Neljäpäev 16:30 - 18:00 7 - 12 kl.
Reede 14:30 - 16:00 4 - 12 kl.
Teisipäev 19:30 - 21:00 Täiskasv.

Jõusaal - juhendaja **Riivo Roosnurm**

Teisipäev 16:30 - 18:00 6kl. - täiskasv.
Neljäpäev 18:00 - 19:30 täiskasv.

Raskejõustik/tõstmine - juhendaja **Enn Raieste**

Teisipäev 15:15 - 17:15 Kõik
Neljäpäeval 15:15 - 17:15 kõik

Showtantsutrupp VOV - juhendaja **Elle Agar** (9. oktoobrist)

Esmaspäev 17:00 - 17:45 4-7 a.
Teisipäev 17:45 - 19:00 5 - 10 kl.
Kolmapäev 17:30 - 19:00 1 - 4 kl.
Neljäpäev 17:30 - 18:30 5 - 10 kl.
Reede 17:30 - 18:30 1 - 4 kl.

Võimlemine - juhendaja **Linda Menning**

Teisipäev 16:30 - 17:30 kõik

Jalgpall - juhendaja **Henri Paavo** (JK Tulevik), **Riivo Roosnurm**

H. Paavo Esmaspäev 16:30 - 18:00 (18. septembrist)
H. Paavo Kolmapäev 15:00 - 16:30 (18. septembrist)
R. Roosnurm Esmaspäev 19:30 - 21:00 6-12 kl. +täiskasv.
R. Roosnurm Kolmapäev 19:30 -21:00 6- 12 kl. + täiskasv.

Sulgpall - juhendaja **Riivo Roosnurm**

Kolmapäev 18:00 - 20:00 Kõik

Võrkpall - juhendajad **Anneli Roosalu, Ardo Agasild**

A. Roosalu Esmaspäev 17:00 - 18:30 8-12 kl.
A. Roosalu Esmaspäev 18:30 - 20:00 4-7 kl.
A. Agasild Kolmapäev 15:00 - 16:30 4 - 7 kl.
A. Agasild Kolmapäev 16:30 - 18:00 8-12 kl.
R. Roosnurm Neljäpäev 18:30 - 21:00 Kõik

Ujumine - juhendaja **Mari Kahu**

Teisipäev 16:30 - 17:15 Õpilased(edasijõudnud)
Teisipäev 17:30 - 18:00 Ujumise algõpetus 4-6 a.
Teisipäev 18:15 - 19:00 Õpilased(algajad)
Teisipäev 19:00 - 19:30 Ujumise algõpetus 4-6 a.
Kolmapäev 11:50 - 12:20 Väikelaste ujutamine (kuni 2a.)

Vesiaeroobika - juhendaja **Monika Erreline** (11. septembrist)

Esmaspäev 18:15 - 19:00
Neljäpäev 18:15 - 19:00

Zumba - juhendaja **Margit Oksa** (12. septembrist)

Teisipäev 19:30 - 20:30

Jooga - juhendaja **Margit Oksa** (17. septembrist)

Pühapäev 11:30 - 12:30

Tai Poks - juhendaja **Henri Helemäe**

Esmaspäev 19:00 - 21:00
Neljäpäev 19:00 - 21:00

