

Treeningud Abja Spordi- ja Tervisekeskuses hooajal 2018/2019

Sportmängud juhendaja **Lea lillestik**

Teisipäev 5. ja 6. tund 1. - 3. kl. poisid
Kolmapäev 5. ja 6. tund 1. - 3. kl. tüdrukud
Neljäpäev 6. tund 1, 2, 4 kl. tüdrukud

Sportmängud eelkooliealistele (5-6 a.) juhendaja **Grete Udras**

Neljäpäev 16:45 - 17:30

Fitness juhendaja **Grete Udras**

Neljäpäev 17:45 - 19:00

Kergejõustik juhendaja **Grete Udras**

Teisipäev 14:30 - 16:45
Neljäpäev 14:30 - 16:45

Korvpall juhendaja **Riivo Roosnurm**

Esmaspäev 16:30 - 18:00 5 - 9 kl.
Teisipäev 18:00 - 19:30 5 - 9 kl.
Teisipäev 19:30 - 21:00 Täiskasv.
Neljäpäev 18:00 - 19:30 5 - 9 kl.
Reede 14:00 - 15:30 5 - 9 kl.

Jõusaal juhendaja **Riivo Roosnurm**

Esmaspäev 18:00 - 19:30 6kl. - täiskasv.
Kolmapäev 16:30 - 18:00 täiskasv.

Raskejõustik/tõstmine juhendaja **Enn Raieste**

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

Showtantsutrupp VOU juhendaja **Elle Agar**

Esmaspäev 16:00 - 17:00 juuniorid
17:00 - 18:00 A - rühm
18:00 - 19:00 B - rühm
Kolmapäev 16:00 - 17:00 juuniorid
17:00 - 18:00 A - rühm
18:00 - 19:00 B - rühm
Neljäpäev 17:00 - 17:45 mini VOU

Võimlemine juhendaja **Linda Menning**

Teisipäev 16:30 - 17:30 kõik

Jalgpall juhendaja **Riivo Roosnurm, Aleksandr Golovko**

A. Golovko Esmaspäev 15:45 - 17:15 1-5 kl.
A. Golovko Kolmapäev 15:45 - 17:15 1-5 kl.
R. Roosnurm Esmaspäev 19:30 - 21:00 6-12 kl. +täiskasv.
R. Roosnurm Kolmapäev 19:30 -21:00 6- 12 kl. + täiskasv.

Sulgpall/lauatennis juhendaja **Riivo Roosnurm**

Kolmapäev 18:00 - 19:30 Kõik

Võrkpall juhendajad **Anneli Roosalu, Siiri Merisaar, Ardo Agasild**

A. Roosalu/S. Merisaar Teisipäev 17:30 - 19:00 1-5 kl.
A. Roosalu/S. Merisaar Neljäpäev 17:30 - 19:00 6-12 kl.
A. Agasild Kolmapäev 14:00 - 15:30 4 - 7 kl.
A. Agasild Kolmapäev 15:30 - 17:00 8-12 kl.
R. Roosnurm Neljäpäev 19:30 - 21:15 Kõik

Ujumine juhendaja **Mari Kahu**

Kolmapäev 16:30 - 17:15 Õpilased
Kolmapäev 17:30 - 18:00 Ujumise algõpetus 3-6 a.
Kolmapäev 18:15 - 19:00 Õpilased
Kolmapäev 19:00 - 19:30 Ujumise algõpetus 3-6 a.

Vesiaeroobika juhendaja **Monika Erreline**

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

Zumba juhendaja **Margit Oksa**

Teisipäev 19:30 - 20:30

Jooga juhendaja **Margit Oksa**

Pühapäev 11:30

Taipoks juhendaja **Henri Helemäe**

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

