



Erki Noole Kergetõustikukool

## Tunniplaan al. 5.september 2022

| Treeninggrupi number<br>Vanus grupis                | ESMASPÄEV               | TEISIPÄEV               | KOLMAPÄEV               | NELJAPÄEV               | REEDE                   | PÜHAPÄEV                |
|---|-------------------------|-------------------------|-------------------------|-------------------------|-------------------------|-------------------------|
|   | Trenni algusaeg ja koht | Trenni algusaeg ja koht | Trenni algusaeg ja koht | Trenni algusaeg ja koht | Trenni algusaeg ja koht | Trenni algusaeg ja koht |
| <b>Grupp nr. 21</b><br>s. 2015-2016<br>koolieelikud |                         |                         |                         | 18:00<br>Lasnamäe KJH   |                         |                         |
| <b>Grupp nr. 22</b><br>5-6 aastased                 |                         |                         |                         | 18:45<br>Lasnamäe KJH   |                         |                         |
| <b>Grupp nr. 1</b><br>1-2 klass                     | 18:50<br>Lasnamäe KJH   | 18:50<br>Pirita         |                         | 18:50<br>Lasnamäe KJH   |                         |                         |
| <b>Grupp nr. 19</b><br>s. 2011 - 2013               | 18:50<br>Lasnamäe KJH   | 18:50<br>Pirita         |                         | 18:50<br>Lasnamäe KJH   |                         |                         |
| <b>Grupp nr. 18</b><br>s. 2012 - 2013               | 15:30<br>Lasnamäe KJH   |                         | 15:30<br>Lasnamäe KJH   | 15:30<br>Pirita         |                         |                         |
| <b>Grupp nr. 8</b><br>s. 2011 - 2012                | 16:50<br>Lasnamäe KJH   |                         | 16:50<br>Lasnamäe KJH   | 16:50<br>Pirita         |                         |                         |
| <b>Grupp nr. 16</b><br>s. 2009 - 2011               | 17:30<br>Lasnamäe KJH   | 17:30<br>Pirita         |                         | 17:30<br>Lasnamäe KJH   |                         |                         |
| <b>Grupp nr. 17</b><br>s. 2008 - 2010               | 17:30<br>Lasnamäe KJH   | 17:30<br>Pirita         |                         | 17:30<br>Lasnamäe KJH   |                         |                         |
| <b>Grupp nr. 20</b><br>s. 2007 - 2010               | 16:10<br>Lasnamäe KJH   | 16:10<br>Pirita         |                         | 16:10<br>Lasnamäe KJH   |                         |                         |

\* Tärniga märgitud gruppidel valikajad vastavalt kokkuleppele treeneriga.



Erki Noole Kergejõustikukool

## Tunniplaan al. 5.september 2022

| Treeninggrupi number<br>Vanus grupis                           | ESMASPÄEV               | TEISIPÄEV               | KOLMAPÄEV               | NELJAPÄEV               | REEDE                   | PÜHAPÄEV                |
|--|-------------------------|-------------------------|-------------------------|-------------------------|-------------------------|-------------------------|
|  | Trenni algusaeg ja koht | Trenni algusaeg ja koht | Trenni algusaeg ja koht | Trenni algusaeg ja koht | Trenni algusaeg ja koht | Trenni algusaeg ja koht |
| <b>*Grupp nr. 11</b><br><b>s. 2006 - 2009</b>                  | 15:45<br>Kadriorg       | 15:45<br>Pirita         | 15:45<br>Kadriorg       | 15:45<br>Kadriorg       | 15:00<br>Pirita         |                         |
| <b>Grupp nr. 3</b><br><b>s. 2006-2008</b>                      | 18:10<br>Lasnamäe KJH   |                         | 18:10<br>Lasnamäe KJH   | 18:10<br>Pirita         |                         |                         |
| <b>*Grupp nr. 4/14</b><br><b>s. 2008-2011</b>                  | 15:45<br>Kadriorg       | 15:45<br>Pirita         | 15:45<br>Kadriorg       | 15:45<br>Kadriorg       | 15:00<br>Pirita         |                         |
| <b>*Grupp nr. 6</b><br><b>s. 2005-2007</b>                     | 17:35<br>Kadriorg       | 17:35<br>Pirita         | 17:35<br>Kadriorg       | 17:35<br>Kadriorg       | 16:30<br>Pirita         |                         |
| <b>*Grupp nr.12/13</b><br><b>s. 2003-2007</b>                  | 17:35<br>Kadriorg       | 17:35<br>Pirita         | 17:35<br>Kadriorg       | 17:35<br>Kadriorg       | 16:30<br>Pirita         |                         |
| <b>* Grupp MA1</b><br><b>* Grupp MA2</b><br>võistlussportlased | vast.<br>kokkuleppele   | vast.<br>kokkuleppele   | vast.<br>kokkuleppele   | vast.<br>kokkuleppele   | vast.<br>kokkuleppele   | vast.<br>kokkuleppele   |

Koolieelikute trenn kestab 45min, teisel 60-120min. **Treeningaegade või grupi vahetamine ainult kokkuleppel oma treeneriga!**

**Lasnamäe KJH** Lasnamäe Kergejõustikuhall, Punane 45  
**Pirita mets** metsatrennid, Rummu tee 3  
**Kadriorg akrobaatika** Kadrioru staadioni harjutusväljak, sissepääs Vesivärava tänava poolt  
 Kopli Spordihoone võimlemissaal, Erika 5a

**\* Tärniga märgitud gruppidel valikajad vastavalt kokkuleppele treeneriga.**