

	Aika	Team Puijot	Paikka	Vetäjä	Team Puijo HS HS	Paikka	Vetäjä	Team Puijo HS Junnu	Paikka	Vetäjät	Kommentit
33	ke. 12.8. klo 18 - 19.00	RHV, tekniikka + intervallit 5*4min reippaasti + 5*20sek. max	Puijo	AM	RHV, tekniikka + intervallit	Puijo	AR	Rullahihti/luistelu (peli + lajitaito)	Puijo	AH	Valmentajien palaveri Puijolla klo 19.10 alkaen.
33	su. 16.8 klo 10 -13	RHP + JK 3h	Puijo		RHP + JK 2.5h	Puijo		JK 2h	Puijo		
34	ma. 17.8. klo 17-18	Peli + Liikkuvuus	Puijo	MH	Peli + Liikkuvuus	Puijo	MH	Peli + Liikkuvuus	Puijo	MH	
34	ke. 19.8. klo 18-19:30	RHP intervallit 5-6*5min. TT reipas	Puijo	AM	RHP intervallit	Puijo	MH	JK nopeus	Puijo	AH	Tiedotustilaisuus Puijolla klo 19.30
34	to 20.8 klo 17 - 18.30	Suunnistus	Puijonsarven koulu		Suunnistus	Puijonsarven koulu		Suunnistus	Puijonsarven koulu		Suunnistus teknikkaharjoitus. Harjoituksen vetäjänä toimivat Santeri Kirjavainen ja Kasper
34	su. 23.8 klo 10 -13	RHP + JK vaellus 3-4h	Puijo		RHP + JK vaellus 3 h	Puijo		JK 2h	Puijo		
35	ma. 24.8. klo 17-18	Peli + keskivartalo	Länsi-Puijon koulun sali	MH	Peli + keskivartalo	Länsi-Puijon koulun sali	MH	Peli + keskivartalo	Länsi-Puijon koulun sali	MH	
35	ke. 26.8. klo 18 - 19.30	Sarjajuoksu no.1 + VH	Antikkala	MH	Sarjajuoksu no.1 + VH	Antikkala	MH	Sarjajuoksu no.1 + koordinaatio	Antikkala	MH	Lähtö klo 18:30
35	su. 30.8 klo 10 -13	RHP + SK 3h	Puijo		RHP + SK 3h	Puijo		SK 2,00	Puijo		
36	ma. 31.8 klo 17-18	Pelit + Kehonhallinta/voima	Länsi-Puijon koulun sali	MH	Pelit + Kehonhallinta/voima	Länsi-Puijon koulun sali	MH	Pelit + Kehonhallinta/voima	Länsi-Puijon koulun sali	MH	
36	ke. 2.9 klo 18-19:30	RHP, intervallit 3*10min reipas sis. valikirit	Puijo	AM	RHP, intervallit	Puijo	AR	Rullahihti/luistelu (peli + lajitaito)	Puijo	AH	
36	su. 6.9. klo 10 -13	JK 3,00	Puijo		JK 2,30	Puijo		JK 2,00	Puijo		
37	ma. 7.9 klo 17-18	Peli + aidat, tikkaat	Länsi-Puijon koulun sali		Peli + aidat, tikkaat	Länsi-Puijon koulun sali		Peli + loikat/ hypyt (aidat)	Länsi-Puijon koulun sali		
37	ke. 9.9 klo 18-19:30	RHV, NV- harj	Puijo	AM	RHV, NV- harj	Puijo	AR	Rullahihti/luistelu (peli + lajitaito)	Puijo	AH	
37	la 12.9 klo 10.00	Sprintti V	Puijo	AM	Sprintti V	Puijo	MH	Rullahihti/luistelu (peli + lajitaito)	Puijo	AH	Piirileiripäivä (PHS)
37	su. 13.9. klo 10 -13	Vaellus	Kinahmi		Vaellus	Kinahmi		Vaellus	Kinahmi		Piirileiripäivä (SIHS)
38	ma. 14.9 klo 17-18	Peli + kehonhallinta	Länsi-Puijon koulun sali		Peli + kehonhallinta	Länsi-Puijon koulun sali		Peli + kehonhallinta	Länsi-Puijon koulun sali		
38	ke. 16.9 klo 18.30-19:30	3000m testi juoksu	Vänäri	MH	1000m testi juoksu	Vänäri	MH	1000m testi juoksu	Vänäri	MH	Verryttely klo 18.30 ja lähtö klo 19:00
38	pe. 18.9	RH SM Prologi P	Puijo								Talkoolaisia tarvitaan
38	la. 19.9	RH SM Sprintti P	Puijo								Talkoolaisia tarvitaan
38	su. 20.9.	RH SM 10 km V	Puijo								Talkoolaisia tarvitaan
39	ma. 21.9 klo 17-18	Peli + liikkuvuus	Länsi-Puijon koulun sali		Peli + liikkuvuus	Länsi-Puijon koulun sali		Peli + liikkuvuus	Länsi-Puijon koulun sali		
39	ke. 23.9 klo 18-19:30	RHP TT NV	Puijo	AM	RHP TT NV	Puijo		Rullahihti/luistelu (peli + lajitaito)	Puijo		
39	su. 27.9. klo 10 -13	SK/J 3,00	Puijo		SK/J 2,5	Puijo		SK/J 2h	Puijo		
40	ma. 28.9 klo 17-18	Peli + kehonhallinta	Länsi-Puijon koulun sali		Peli + kehonhallinta	Länsi-Puijon koulun sali		Peli + kehonhallinta	Länsi-Puijon koulun sali		
40	ke. 30.9. klo 18-19:30	RHV LV SL/TT	Puijo		RHV LV SL/TT	Puijo		SK / loikat	Puijo		
40	la. 3.10	Maakuntajuokset	Karttula		Maakuntajuokset	Karttula		Maakuntajuokset	Karttula		
40	su. 4.10. klo 10-13	RHV 2.00 + JK 1.00	Puijo		RHV 2.00 + JK 0,30	Puijo		SK 2H	Puijo		
41	ma. 5.10 klo 17-18	Peli + kehonhallinta	Länsi-Puijon koulun sali		Peli + kehonhallinta	Länsi-Puijon koulun sali		Peli + kehonhallinta	Länsi-Puijon koulun sali		
41	ke. 7.10. klo 17.30-19.00	Sarjajuoksu no.2 + VH	Antikkala		Sarjajuoksu no.2 + VH	Antikkala		Sarjajuoksu no.2 + nopeus	Antikkala		Verryttely klo 17.30 ja lähtö klo 18.00
41	su. 11.10. klo 10 -13	RHP 2.00 + JK 1.00	Puijo		RHP 2.00 + JK 0,30	Puijo		SK 2H	Puijo		

Syyslooma vko 42

vko	Aika	Team Pujot	Paikka	Vetäjä	Team Pujot HS HS	Paikka	Vetäjä	Team Pujot HS Junnu	Paikka	Vetäjät	Kommentit
20	ma. 12.5. klo 17 - 18	Peli + ylävartalo voima	Puijo	MH	Peli/leikki + tasapaino	Länsi-Puijon koulun sali	JH	Peli/leikki + tasapaino	Länsi-Puijon koulun sali	JH	
20	ke. 14.5. klo 18 - 19.30	SK sis VK 3x8	Puijo	AM	SK sis hengästyttyvä osuus 2x8 + pelit	Puijo	AM	SK + pelit	Puijo	MS	
20	la. 17.5. klo 10 -13	RHP 2.00 + JK 0,30	Puijo		SKJ 2,00	Puijo		SKJ 2,00	Puijo		
21	ma. 19.5. klo 17 - 18	Peli + liikkuvuus	Länsi-Puijon koulun sali	MH	Peli/leikki,raput, tikkaat Nopeus	Puijo	AR	Peli/leikki,raput, tikkaat Nopeus	Puijo	MS	
21	ke.21.5. klo 18.30 - 20.00	Testit J 1000m	Väinölänniemi	AR	Testit J 1000m, yhteinen alkuverryttely	Väinölänniemi	AH	Testit J 1000m, yhteinen alkuverryttely	Väinölänniemi	AH	Testit alkaa klo 19.00
21	la. 24.5. klo 10 - 13	RHV+ JK 2,5h	Puijo		JK 2,5h	Puijo		JK 2,00			AH-tutustumistapahtuma Heinjoella 11-14
22	ma. 26.5. klo 17 - 18	Peli + reaktiot + tikkaat	Puijo	AR	Peli + reaktiot + tikkaat	Puijo		Peli/leikki + talto	Puijo	MS	
22	ke. 28.5. klo 18 - 19.30	RHV teknillika + SL	Puijo	MH	RHV teknillika + SL	Puijo	AM	RH Rullailu	Puijo	AH/JH	
22	la.31.5. klo 10 - 13	RHTT 2.00 + JK 1.00	Puijo		Koulupäivä			Koulupäivä			
23	ma. 2.6. klo 17 - 18	Peli + nopeus	Puijo	AR	Peli + nopeus	Puijo	AH	Peli + reaktiot	Puijo	AH	
23	ke. 4.6. klo 18 - 19.30	RHP teknillika + TT nousuun	Puijo	MH	RHP teknillika + TT nopeus	Puijo	AR	RH Rullailu	Puijo	MS/JH	
23	la. 7.6. klo 10 - 12	RHV + J Kisa	Puijo	MH	RHV + J Kisa	Puijo	MH	J kisa	Puijo	MH	
23	su. 8.6. klo 10 - 15	PK 4h, RHP+PV	Lähtö Matkukseita	AR	Retki 3-4 h			Retki 3-4 h	???		
24	ma. 9.6. klo 17 - 18	Peli + loikat	Puijo	MH	Peli + loikat	Puijo	MH	Peli + loikat/ hypyt (aidat)	Puijo	MS	
24	ke. 11.6. klo 18-19.30	SK, NV- harj	Puijo	AR	SK, NV- harj	Puijo	AH	SK, nopeus juosten nousuun	Puijo	JH	
24	la. 14.6. klo 10 - 13	RHV 2.00 + JK 1.00	Puijo		JK 2h	Puijo		JK 2,00			
25	ma. 16.6. klo 17 - 18	Peli + voima YV	Puijo	MH	Peli + voima YV	Puijo	AH	Peli/ leikki + tasapaino	Puijo		
25	ke. 18.6. klo 18 - 19.30	RHP nousuun lajivoimaa Tornille	Puijo	AR	RHP sis lajivoimaa	Puijo	AH	JK, alamäkijuoksu	Puijo	Mari M	
25	la. 21.6. klo 10 -13	RHV 2.00 + JK 1.00	Puijo		RHV 1.00 + JK 1.00	Puijo		JK 2,00	Puijo		
26	ma. 23.6. klo 17 - 18	Peli + nopeus	Puijo	MH	Peli/ leikki + nopeus / reaktiot	Puijo		Peli/ leikki + nopeus / reaktiot	Puijo		
26	ke. 25.6. klo 18 - 19.30	RHV sis vk 3x8	Puijo	MH	RHV sis hengästyttyvä osuus 2x8	Puijo	MH	RH Rullailu	Puijo		
Kesäloma viikot 27 - 32											
33	ma. 11.8. klo 17-18	Peli + keskiavartalo + hyppeilyt	Puijo	MH	Peli + keskiavartalo + hyppeilyt	Puijo	MH	Peli + keskiavartalo + hyppeilyt	Puijo	AH	
33	ke. 13.8. klo 18 - 19.30	RHV, VK teho	Puijo	MH	RHV, teknillika + hengästyttyvä osio	Puijo	AR	Rullahihto/-luistelu (peli + lajitaito)	Puijo	AH	Tiedotustilaisuus Puijolla klo 19:30
33	su. 17.8. klo 10 -13	RHP + JK 3h	Puijo		RHP + JK 2,5h	Puijo		JK 2h	Puijo		
34	ma. 18.8. klo 17-18	Peli + Liikkuvuus + keskiavartalo	Länsi-Puijon koulun sali	AR	Peli + Liikkuvuus + keskiavartalo	Puijo	AH	Peli + Liikkuvuus + keskiavartalo	Puijo	MS	
34	ke. 20.8. klo 18.30 - 20	RHP TT intervallit	Puijo	AM	RHP TT intervallit	Puijo	MH	JK nopeus	Puijo	JH	Vanhemille talkoot klo 18.00 Puijo. Lavojen siirto
34	su. 24.8. klo 10 -13	RHP + JK vaellus 3-4h			RHP + JK vaellus 3 h			JK 2h			
35	ma. 25.8. klo 17-18	Peli + keskiavartalo + tikkaat	Puijo	MH	Peli/ leikki + reaktiot	Länsi-Puijon koulun sali	AH	Peli/ leikki + reaktiot	Länsi-Puijon koulun sali	AH	
35	ke. 27.8. klo 18 - 19.30	RHV LV SL/TT	Puijo	AM	RHV LV SL/TT	Puijo	AR	SK / loikat	Puijo	JH	
35	su. 31.8. klo 10 -13	RHP + SK 3h	Puijo		RHP + SK 3h	Puijo		SK 2,00	Puijo		
36	ma. 1.9. klo 17-18	Kehonhallinta + voima	Länsi-Puijon koulun sali	ME	Peli + reaktiot	Puijo	AH	Peli + reaktiot	Puijo	MS	
36	ke. 3.9. klo 18-19.30	RHP, intervallit	Puijo	AR	RHP, intervallit	Puijo	AM	Rullahihto/-luistelu (peli + lajitaito)	Puijo	MS	
36	su. 7.9. klo 10 -13	RHV 2.00 + J0,30	Puijo		SK 2h	Puijo		SK 2h	Puijo		
37	ma. 8.9. klo 17-18	Peli + keskiavartalo + hyppeilyt	Puijo	AR	Peli + hyppeilyt	Länsi-Puijon koulun sali	JH	Peli + hyppeilyt	Länsi-Puijon koulun sali	JH	
37	ke. 10.9. klo 18-19.30	3000m testi, YV voima	Vänäri	MH	1000m + YV Voima	Vänäri	MH	1000m testijuoksu + pelit			Lähtö klo 19:00
37	pe 12.9	RH SM V Sprintti	Vuokatti								
37	la 13.9	RH SM V Sprintti	Vuokatti								
37	su. 14.9.	RH SM V normimatkat	Vuokatti		SK 2h	Puijo		SK 2h	Puijo		
38	ma. 15.9. klo 17-18	Peli + liikkuvuus	Länsi-Puijon koulun sali	ME	Peli + kehonhallinta	Puijo	AH	Peli + kehonhallinta	Puijo	MS	
38	ke. 17.9. klo 18-19.30	RHP NV TT	Puijo	AM	RHP NV TT	Puijo	MH	Rullahihto/-luistelu (peli + lajitaito)	Puijo	MS	
38	la 20.9	Maakuntaviestijuoksu	Karttula		Maakuntaviestijuoksu	Karttula		Maakuntaviestijuoksu	Karttula		Tehostus Viikonloppu
38	su. 21.9.	Piirileiri	Puijo	AM	Piirileiri	Puijo	MH	Piirileiri	Puijo	MS	Tehostus Viikonloppu
39	ma. 22.9. klo 17-18	Peli + keskiavartalo + hyppeilyt	Puijo	MH	Peli + tasapaino	Länsi-Puijon koulun sali	AH	Peli + tasapaino	Länsi-Puijon koulun sali	AH	
39	ke. 24.9. klo 18.00 -19.30	SR VK 3-4x10min	Puijo	AR	SR hengästyttyvä osuus 2x10-15 min	Puijo	AH	SR/SI Nopeus + pelit	Puijo	MH	
39	su. 28.9. klo 10 -13	SK/J 3,00	Puijo		SK/J, 2,5	Puijo		SK/J 2h	Puijo		
40	ma. 29.9. klo 17-18	Peli + liikkuvuus	Länsi-Puijon koulun sali	ME	Peli + kehonhallinta	Puijo	MS	Peli + kehonhallinta	Puijo	MS	
40	ke. 1.10. klo 18-19.30	RHV LV SL/TT	Puijo	AM	RHV LV SL/TT	Puijo	AH	SK / loikat	Puijo	JH	
40	su. 5.10. klo 10 -13	RHV 2.00 + JK 0,30	Puijo		RHV 2.00 + JK 0,30	Puijo		SK 2H	Puijo		
41	ma. 6.10. klo 17-18	Peli + keskiavartalo + tikkaat	Puijo	ME	Peli + hyppeilyt	Länsi-Puijon koulun sali	JH	Peli + hyppeilyt	Länsi-Puijon koulun sali	JH	
41	ke. 8.10. klo 18-19.30	Sarjajuoksu no.1 + VH	Antikkala	MH	Sarjajuoksu no.1 + VH	Antikkala	MH	Sarjajuoksu no.1 + nopeus	Antikkala	AH	Lähtö klo 18:00
41	su. 12.10. klo 10 -13	RHP 2.00 + JK 1.00	Puijo		RHP 2.00 + JK 0,30	Puijo		SK 2H	Puijo		
Syysloma vko 42											
43	ma. 20.10 klo 17 - 18	Pelit/Yleistaito/Voima	Länsi-Puijon koulun Sali	JH	Pelit/Yleistaito	Puijo	MS	Pelit/Yleistaito	Puijo	MS	
43	ke. 22.10. klo 18-19.30	RHV intervallit	Puijo	AR	RHV intervallit	Puijo	AM	RHV	Puijo	AH	
43	la 25.10	Piirileiripäivä	Leppävirta		Piirileiripäivä	Leppävirta		Piirileiripäivä	Leppävirta		Tehostus Viikonloppu
43	su. 26.10 klo 10 - 11	RHP Kisa	Puijo	AR	RHP Kisa	Puijo		Vaellus 2,00	Puijo		Tehostus Viikonloppu
44	ma. 27.10 klo 17 - 18	SK Kevyt + pelit 1,30h	Puijo		Pelit/Yleistaito	Länsi-Puijon koulun Sali	JH	Pelit/Yleistaito	Länsi-Puijon koulun Sali	JH	
44	ke. 29.10. klo 18-19.30	SK/teho	Puijo	AR	SK/teho	Puijo		SK, NV- harj (Sauvaloikat)	Puijo	AH	
44	su. 2.11. klo 10 -13	JK 2,30	Puijo		JK 2,00	Puijo		Vaellus 2,00	Puijo		
45	ma. 3.11 klo 17 - 18	Pelit/Yleistaito	Länsi-Puijon koulun Sali	AR	Pelit/Yleistaito	Puijo	MS	Pelit/Yleistaito	Puijo	MS	
45	ke. 5.11. klo 18-19.30	SK, NV- harj	Puijo	AR	SK, NV- harj	Puijo	AM	SK, NV- harj (Sauvaloikat)	Puijo	JH	
45	su. 9.11 klo 10 -13	SK 2,30	Puijo		SK 2,00	Puijo		SK 1,30 - 2,00	Puijo		
46	ma. 10.11 klo 17 - 18	Pelit/Yleistaito	Puijo	AR	Pelit/Yleistaito	Länsi-Puijon koulun sali	JH	Pelit/Yleistaito	Länsi-Puijon koulun Sali	JH	
46	ke. 12.11. klo 18-19.30	Sarjajuokset	Puijo	MH	Sarjajuokset	Puijo	MH	Sarjajuokset	Puijo	MS	Kelin salliesia juokset, tiedotus ti lltana
46	su. 16.11 klo 10 -13	HV 1,30 + SK 1,00	Puijo		HV 1,00 + SK 1,00	Puijo		HV 1,00 + SK 0,30	Puijo		
47	ma. 17.11 klo 17 - 18	Pelit/Yleistaito	Länsi-Puijon koulun Sali		HV + pelit	Puijo	MS	HV + pelit	Puijo	MS	
47	ke. 19.11. klo 18-19.30	HV + SL Nopeus	Puijo	AR	HV + SL Nopeus	Puijo	AH	HV + reaktiot	Puijo		
47	to - su 20-23.11	Leiri Vuokatti	Vuokatti		Leiri Vuokatti	Vuokatti					Vuokatin leiri Team Pujot ja Team Puijo HS
47	su. 23.11 klo 10 -12							H 1,00 + SK 1,00	Puijo		

	Aika	Team Puijot	Paikka	Vetäjä	Team Puijo HS HS	Paikka	Vetäjä	Team Puijo HS Junnu	Paikka	Vetäjä	Kommentit
48	ma. 24.11 klo 17 - 18	Lepo			Pelit/Yleistaito	Länsi-Puijon koulun Sali	JH	Pelit/Yleistaito	Länsi-Puijon koulun Sali	JH	
	ke. 26.11 klo 18-19.30	HP sis TT	Puijo	AM	HP sis TT	Puijo	AR	HP sis tekniikka	Puijo	AH	
48	su. 30.11 klo 10 -13	HP 1,30 + JK 0,30			HP 1,30 + JK 0,30			HP 1,00 + JK 0,30			
49	ma. 1.12 klo 17 - 18	Pelit/Yleistaito	Länsi-Puijon koulun Sali	AR	HV + pelit	Puijo	AH	HV + pelit	Puijo	AH	
	ke. 3.12. klo 18-19.30	HV sis intervallit	Puijo	AM	HV sis intervallit	Puijo	AR	HV sis vauhti leikittelyt ja kisallut	Puijo	JH	
49	su. 7.12 klo 10 -13	HV 1,30 + SK 1,00	Puijo		HV 1,00 + SK 1,00			HV 1,00 + JK 0,30	Puijo		
50	ma. 8.12 klo 17 - 18				Pelit/Yleistaito	Länsi-Puijon koulun Sali	JH	Pelit/Yleistaito	Länsi-Puijon koulun Sali	JH	
50	ke. 10.12. klo 18-19.30	HV sis SL/TT	Puijo		HV sis SL/TT	Puijo	AH	HV sis pelit ja tekniikka	Puijo		
50	su. 14.12 klo 10 -13	HP 1,30 + JK 0,30	Puijo		HP 1,30 + JK 0,30	Puijo		HP 1,00 + JK 0,30	Puijo		
51	ma. 15.12 klo 17 - 18	Pelit/Yleistaito	Länsi-Puijon koulun Sali		HV sis tekniikat	Puijo	AH	HV sis tekniikat	Puijo	MS	
	ke. 17.12 klo 18-19.30	HV Sarjahiihdot nro.1 +Pikkujoulut			HV Sarjahiihdot nro.1 +Pikkujoulut	Puijo		HV Sarjahiihdot nro.1 +Pikkujoulut	Puijo		
51											
Joululoma vko 52-2											
3	ma. 12.1 klo 17 - 18	Pelit/Liikuvuus/Huolto	Länsi-Puijon koulun Sali	MH	HV tekniikka (luokka) + nopeaa hiihtoa	Puijo	AH	HV tekniikka (luokka) + nopeaa hiihtoa	Puijo	AH	
3	ke. 14.1 klo 18-19.30	HP TT lajivoima (NSM hiihtäjät valmistava VK)	Puijo	MH	HP TT lajivoima	Puijo	AH	HP Tekniikka, sauvoitta hiihtoa + kisallut	Puijo	MS	
3	16-18.1.	NSM Tampere	Tampere								
4	ma. 19.1 klo 17 - 18				Pelit/Yleistaito	Länsi-Puijon koulun Sali	AH	Pelit/Yleistaito	Länsi-Puijon koulun Sali	AH	
4	ke. 21.1 klo 18-19.30	HV tekniikka (Wassu) + kisallut	Puijo	AM	HV tekniikka (Wassu) + kisallut	Puijo	MH	HV tekniikka (Wassu) + kisallut	Puijo	MS	
4	la 24.1				Iivo Cup Puijo P	Puijo		Iivo Cup Puijo P	Puijo		
5	ma. 26.1 klo 17 - 18	Pelit/Liikuvuus/Huolto	Länsi-Puijon koulun Sali	AR	HV sis suksitaito	Puijo	AH	HV sis suksitaito	Puijo	AH	
5	ke. 28.1 klo 18-19.30	HP tekniikka (TT) + TT nopeus	Puijo	AM	HP tekniikka (TT) + TT nopeus	Puijo	AR	HP tekniikka (TT) + TT nopeus	Puijo	MS	
5	su 1.2				IIVO-cup Sonkajärvi P	Sonkajärvi		IIVO-cup Sonkajärvi P	Sonkajärvi		
6	ma. 2.2 klo 17 - 18				Pelit/Yleistaito	Länsi-Puijon koulun Sali	JH	Pelit/Yleistaito	Länsi-Puijon koulun Sali	JH	
6	ke. 4.2 klo 18-19.30	HV tekniikka (askellus) + laskuharjoitus	Puijo	MH	HV tekniikka (askellus) + laskuharjoitus	Puijo	AH	HV tekniikka (askellus) + laskuharjoitus	Puijo	MS	
6	la 7.2	AH SM 7-8.2.2026	Konttolahti		IIVO-CUP SKI/Cross (siirretty 28.3.)	Kiuruvesi		IIVO-CUP SKI/Cross (siirretty 28.3.)	Kiuruvesi		
7	ma. 9.2 klo 17 - 18	Pelit/Liikuvuus/Huolto	Länsi-Puijon koulun Sali		HP tekniikka (Yksp.) + kisallut	Puijo	MS	HP tekniikka (Yksp.) + kisallut	Puijo	MS	
7	ke. 11.2 klo 18-19.30	HV tekniikka (mogren pitkä luku) + viestivaihdot	Puijo	AR	HV tekniikka (mogren pitkä luku) + viestivaihdot	Puijo	AH	HV tekniikka (mogren pitkä luku) + viestivaihdot	Puijo	MS	
7	la 14.2	MK Viesti Lapinlahti	Lapinlahti		MK Viesti Lapinlahti	Lapinlahti		MK Viesti Lapinlahti	Lapinlahti		
8	ma. 16.2 klo 17 - 18				Pelit/Yleistaito	Länsi-Puijon koulun Sali	AH	Pelit/Yleistaito	Länsi-Puijon koulun Sali	AH	
8	ke. 18.2 klo 18-19.30	HV SKI/Cross	Puijo	AR	HV SKI/Cross	Puijo	AH	HV SKI/Cross	Puijo	MS	
8	pe 20.2	KLL SKI/Cross (P 16)	Asikkala		KLL SKI/Cross (T/P 12/14/16)	Asikkala		KLL SKI/Cross (T/P 12/14/16)	Asikkala		T/P 12 sarjassa saa hiihtää synt. 2014-2017
8	la 21.2	KLL P (P 15/16)	Asikkala		KLL P (T/P 12/13/14/15/16)	Asikkala		KLL P (T/P 12/13/14/15/16)	Asikkala		T/P 12 sarjassa saa hiihtää synt. 2014-2017
8	su 22.2	KLL P (P 15/16)	Asikkala		KLL P (T/P 12/13/14/15/16)	Asikkala		KLL P (T/P 12/13/14/15/16)	Asikkala		T/P 12 sarjassa saa hiihtää synt. 2014-2017
9	ma. 23.2 klo 17 - 18	Pelit/Liikuvuus/Huolto	Länsi-Puijon koulun Sali	AR	HV Pariviestit	Puijo	MS	HV Pariviestit	Puijo	MS	
9	ke. 25.2 klo 18-19.30	HP Valmistava	Puijo		HP tekniikka (klebo) + nopeus	Puijo	MH	HP tekniikka (klebo) + nopeus	Puijo		
9	la 28.2	P-S:n piirinmestaruushiihdot P	Puijo		P-S:n piirinmestaruushiihdot P	Puijo		P-S:n piirinmestaruushiihdot P	Puijo		
9	su 1.3	Iivo-cup Pariviestit V	Puijo		Iivo-cup Pariviestit V	Puijo		Iivo-cup Pariviestit V	Puijo		
11	ma. 9.3 klo 17 - 18				Pelit/Yleistaito	Länsi-Puijon koulun Sali	MH	Pelit/Yleistaito	Länsi-Puijon koulun Sali	MH	
11	ke. 11.3 klo 18-19.30	HP, VK- harj.	Puijo	MH	HP, VK- harj.	Puijo		HP tekniikka (vuorohiihto) + kisallut	Puijo		
11	pe 13.3	NSM Viesti Rovaniemi									
11	la 14.3	NSM Sprintti P Rovaniemi									
11	su 15.3	NSM 5/10km V Rovaniemi									
12	ma. 16.3 klo 17 - 18				HV tekniikka/kp-suksilla + kisallut	Puijo	MS	HV tekniikka/kp-suksilla + kisallut	Puijo	MS	
12	ke. 18.3 klo 18-19.30	HV pitkä PK / HV valmistava HS kisoihin	Puijo	AM	HV valmistava HS kisoihin	Puijo	AH	HV + lasku harjoitus	Puijo		AH: Jos Antti pitää kaikille HS-kisoihin lähtijöille valmistavan voim pitää junnulle
12	pe 20.3	HopeaSompia Risti järvi			HopeaSompia Sprintti P	Risti järvi					HS osallistumiskokeus: tarkista Hiihtokalenterista
12	la 21.3	HopeaSompia Risti järvi			HopeaSompia V normaalmatka	Risti järvi					
12	su 22.3	HopeaSompia Risti järvi			HopeaSompia Viesti P	Risti järvi					
13	ma. 23.3 klo 17 - 18				Pelit/Yleistaito	Länsi-Puijon koulun Sali	AH	Pelit/Yleistaito	Länsi-Puijon koulun Sali	AH	
13	ke. 25.3 klo 18-19.30	HV tekniikka (Wassu) + kisallut	Puijo		HV tekniikka (Wassu) + kisallut	Puijo	MH	HV tekniikka + kisallut	Puijo	MS	
13	28.3				Kiuru SKicross/Iivo-cupin 4. osakilpailu	Kiuruvesi		Kiuru SKicross/Iivo-cupin 4. osakilpailu	Kiuruvesi		
13	29.3	IIVO Nuorisocup 6. osakilpailu, pitkät matkat	Iisalmi		IIVO Nuorisocup 6. osakilpailu, pitkät matkat	Iisalmi		IIVO Nuorisocup 6. osakilpailu, pitkät matkat	Iisalmi		
14	ma. 30.3. klo 17 - 18				HV tekniikka/koordinaatio + kisallut	Puijo	MS	HV tekniikka/koordinaatio + kisallut	Puijo	MS	
14	ke. 1.4 klo 18-19.30	Seuramestaruus hiihdot HV	Puijo	MH	Seuramestaruus hiihdot HV	Puijo	MH	Seuramestaruus hiihdot HV	Puijo	MH	
14	pe 3.4	Sillinjärven IIVO Nuorisocupin Finaalit	Sillinjärvi		Sillinjärven IIVO Nuorisocupin Finaalit	Sillinjärvi		Sillinjärven IIVO Nuorisocupin Finaalit	Sillinjärvi		
14	la 4.4	Sillinjärven IIVO Nuorisocupin Finaalit	Sillinjärvi		Sillinjärven IIVO Nuorisocupin Finaalit	Sillinjärvi		Sillinjärven IIVO Nuorisocupin Finaalit	Sillinjärvi		
Keskitt. taukoja vko 15 - 18											

[illegible]

	Aika	Team/Puolot	Paikka	Vetäjä	HS Puoljo	Paikka	Vetäjä	Jummu- Puoljo	Paikka	Vetäjä	Kommentit
45	ke. 8.11. klo 18-19.30	SK, NV- harj	Puoljo	AM	SK, NV- harj	Puoljo	JH	SK, NV- harj	Puoljo	MS	
	su. 12.11 klo 10-13										
46	ma. 13.11 klo 18 - 20	Pelti/Yleistaito	Puoljo/toimintak.	ME	Pelti/Yleistaito	Puoljo/toimintak.	ME	Pelti/Yleistaito	Puoljo/toimintak.	ME	Jummut klo 18-19 ja HS/ Team 19-20
46	ke. 15.11. klo 18-19.30	HV + jk	Puoljo	AM	HV + jk	Puoljo	JH	HV + peltit	Puoljo	MS	
46	su. 19.11 klo 10-13										
47	ma. 20.11 klo 18 - 20	Pelti/Yleistaito	Puoljo/toimintak.	ME	Pelti/Yleistaito	Puoljo/toimintak.	ME	Pelti/Yleistaito	Puoljo/toimintak.	ME	Jummut klo 18-19 ja HS/ Team 19-20
47	ke. 22.11. klo 18-19.30	HP + jk (voima)	Puoljo	AR	HP + jk (voima)	Puoljo		HV + reaktiot	Puoljo	AH	
	to - su 23-26.11	Leiri Vuokatti	Vuokatti		Leiri Vuokatti	Vuokatti					
47	su. 26.11 klo 10-13							H 1,00 + SK 1,00	Puoljo		
48	ma. 27.11 klo 18 - 20	Pelti/Yleistaito	Puoljo/toimintak.	ME	Pelti/Yleistaito	Puoljo/toimintak.	ME	Pelti/Yleistaito	Puoljo/toimintak.	ME	Jummut klo 18-19 ja HS/ Team 19-20
48	ke. 29.11 klo 18-19.30	HP sis TT	Puoljo	AR	HP sis TT	Puoljo	AM	HP sis tekniikka	Puoljo	MS	
48	su. 3.12 klo 10-13										
49	ma. 4.12 klo 18 - 20	Pelti/Yleistaito	Puoljo/toimintak.	ME	Pelti/Yleistaito	Puoljo/toimintak.	ME	Pelti/Yleistaito	Puoljo/toimintak.	ME	Jummut klo 18-19 ja HS/ Team 19-20
	ke. 6.12. klo 18-19.30	Itsenäisyyspäivä			Itsenäisyyspäivä						Ei ohjattua harjoitusta
49	su. 10.12 klo 10-13	HV 1,30 + SK 1,00	Puoljo		HV 1,00 + SK 1,00	Puoljo		HV 1,00 + JK 0,30	Puoljo		
50	ma. 11.12 klo 18 - 20	Pelti/Yleistaito	Puoljo/toimintak.	ME	Pelti/Yleistaito	Puoljo/toimintak.	ME	Pelti/Yleistaito	Puoljo/toimintak.	ME	Jummut klo 18-19 ja HS/ Team 19-20
50	ke. 13.12. klo 18-19.30	HV sis SL/TT	Puoljo	AM	HV sis SL/TT	Puoljo		HV sis peltit ja tekniikka	Puoljo	AH	
50	su. 17.12 klo 10-13	HP 1,30 + JK 0,30	Puoljo		HP 1,30 + JK 0,30	Puoljo		HP 1,00 + JK 0,30	Puoljo		
51	ma. 18.12 klo 18 - 20	Pelti/Yleistaito	Puoljo/toimintak.	ME	Pelti/Yleistaito	Puoljo/toimintak.	ME	Pelti/Yleistaito	Puoljo/toimintak.	ME	Jummut klo 18-19 ja HS/ Team 19-20
51	ke. 20.12 klo 18-19.30	Sarjahiihdot nro.1 +Pikkuloulet	Puoljo	MH	Sarjahiihdot nro.1 +Pikkuloulet	Puoljo	MH	Sarjahiihdot nro.1 +Pikkuloulet	Puoljo		
51											
Joululoma vko 52-1											
2	ma. 8.1 klo 18 - 19	Pelti/Yleistaito	Kristillinen koulu Neulamäki		Pelti/Yleistaito	Kristillinen koulu Neulamäki		HV Pelti + ketteryys + tekniikka	Puoljo		
	ke. 10.1 klo 18-19.30	Puoljo	Puoljo		Puoljo	Puoljo		HP Kisarataan tutustuminen	Puoljo		
	la. 13.1	Puoljon Hiihdot + Iivo Cup			Puoljon Hiihdot + Iivo Cup			Puoljon Hiihdot + Iivo Cup			
2	su. 14.1	Puoljon Hiihdot + Iivo Cup			Puoljon Hiihdot + Iivo Cup			Puoljon Hiihdot + Iivo Cup			
3	ma. 15.1 klo 18 - 19							Pelti/Yleistaito	Kristillinen koulu Neulamäki		
3	ke. 17.1 klo 18-19.30	Puoljo			Puoljo			HV tekniikka (kuokka) + nopeaa hiihtoa	Puoljo		
3	la. 20.1	Suonejoki + Iivo Cup			Suonejoki + Iivo Cup			Suonejoki + Iivo Cup			
4	ma. 22.1 klo 18 - 19	Pelti/Yleistaito	Kristillinen koulu Neulamäki		Pelti/Yleistaito	Kristillinen koulu Neulamäki		HP Pelti + ketteryys + tekniikka	Puoljo		
4	ke. 24.1 klo 18-19.30	Puoljo			Puoljo			HV tekniikka (Wassu) + kisailut	Puoljo		
4	la 27.1	Ollin Hiihdot + Iivo Cup			Ollin Hiihdot + Iivo Cup			Ollin Hiihdot + Iivo Cup			
5	ma. 29.1 klo 18 - 19							Pelti/Yleistaito	Kristillinen koulu Neulamäki		
5	ke. 31.1 klo 18-19.30	Puoljo			Puoljo			HP tekniikka (TT) + TT nopeus	Puoljo		
5	la 3.2	Läpinlahti + Iivo Cup			Läpinlahti + Iivo Cup			Läpinlahti + Iivo Cup			
6	ma. 5.2 klo 18 - 19	Pelti/Yleistaito	Kristillinen koulu Neulamäki		Pelti/Yleistaito	Kristillinen koulu Neulamäki		HP Pelti + ketteryys + tekniikka	Puoljo		
6	ke. 7.2 klo 18-19.30	Puoljo			Puoljo			HV tekniikka (askellus) + laskuharjoitus	Puoljo		
	la 10.2	PM Hiihdot Iisalmi + Iivo Cup			PM Hiihdot Iisalmi + Iivo Cup			PM Hiihdot Iisalmi + Iivo Cup			
6	su. 11.2	PM Hiihdot Iisalmi + Iivo Cup			PM Hiihdot Iisalmi + Iivo Cup			PM Hiihdot Iisalmi + Iivo Cup			
7	ma. 12.2 klo 18 - 19							Pelti/Yleistaito	Kristillinen koulu Neulamäki		
7	ke. 14.2 klo 18-19.30	Puoljo			Puoljo			HP tekniikka (Yksp.) + kisailut	Puoljo		
	pe 16.2	NSM Lieksa									
7	la 17.2	NSM Lieksa									
7	su. 18.2	NSM Lieksa									
8	ma. 19.2 klo 18 - 19	Pelti/Yleistaito	Kristillinen koulu Neulamäki		Pelti/Yleistaito	Kristillinen koulu Neulamäki		HV Pelti + ketteryys + tekniikka	Puoljo		
8	ke. 21.2 klo 18-19.30	Puoljo			Puoljo			HP tekniikka (klebo) + nopeus	Puoljo		
8	la. 24.2	Suomen Cup Puoljo									
8	su. 25.2	Suomen Cup Puoljo									
9	ma. 26.2 klo 18 - 19							Pelti/Yleistaito	Kristillinen koulu Neulamäki		
9	ke. 28.2 klo 18-19.30	Puoljo			Puoljo			HV tekniikka (mogren pitkä luku) + viestivahdot	Puoljo		
9	la 2.3	Maakunta Viesti Kiuruvesi			Maakunta Viesti Kiuruvesi			Maakunta Viesti Kiuruvesi			
Hiihtoloma vko 10											

ma. 27.7.	Puijo	Peli + voima	TK + MV	Peli		Peli/ leikki + rytmi			
ke. 29.7.	Puijo	SR, VK- anak.	MV	SR		SK, "sauvarinne"			
su. 2.8.	Puijo	SK/J 3.00		SK/J		SK 2h			
ma. 3.8.	Puijo	Peli + reaktiot	MV	Peli		Peli/ leikki + reaktiot			
ke. 5.8.	Puijo	RHV, intervallit	MV	Rullailu, Heinon tukku		Rullailu,taito Heinon tukku			
su. 9.8.	Puijo	RHP + JK 2,5-3h		JK 2h		JK 2h			
ma. 10.8.	LänsiPuijo	Liikkuvuus + keskivartalo	TK	Liikkuvuus + keskivartalo	TK	Liikkuvuus + keskivartalo			
ke. 12.8.	Väinölänniemi	3000m	MV	3000m		1000m			
la. 15.8.	Puijo/Heinjoki	Kisailu (sprintti)	MV	Kisailu					
su. 16.8.	Puijo	JK vaellus		JK		JK			
ma. 17.8.	Puijo	Peli + VH	MV	LänsiPuijo, liikkuvuus?	TK	LänsiPuijo/Puijo			
ke. 19.8.	Puijo	RHV, nopeus	MV			JK, hypyt/ hypelyt			
su. 23.8.	Puijo	RHP 2,5h				SK 2h			
ma. 24.8.	LänsiPuijo/Puijo	Peli + keskivartalo	MV	LänsiPuijo, liikkuvuus?	TK	LänsiPuijo/Puijo			
ke. 26.8.	Antikkala	Sarjajuoksu no.1	MV	Sarjajuoksut no.1		Sarjajuoksut no.1			
su. 30.8.	Konnevesi	JK		Konnevesi: JK		Konnevesi: JK			
ma. 31.8	LänsiPuijo	Kehonhallinta + voima	TK			LänsiPuijo: peli + reaktiot			
ke. 2.9.	Puijo	J, intervallit	MV			JK, aidat + tikkaat			
la. 5.9.	Puijo	Kisailu	MV	Kisailu					
su. 6.9.	Puijo	RHV vaellus				SK 2h			
ma. 7.9.	LänsiPuijo	Peli + keskivartalo	TK			LänsiPuijo: ketteryys			
ke. 9.9	Antikkala	Sarjajuoksu no.2	MV	Sarjajuoksut no.2		Sarjajuoksut no.2			
su. 13.9.	Puijo	JK				JK 2h			
ma. 14.9.	LänsiPuijo	Peli + liikkuvuus	TK			LänsiPuijo: peli + tasapaino			
ke. 16.9.	Puijo	J, VK				JK, reipasta juoksua helppossa maastonkohdassa			
la. 19.9.	Karttula	Maakuntaviestijuoksu		Maakuntaviestijuoksu		Maakuntaviestijuoksu			
su. 20.9.	Puijo	SK/J		Puijo, piirileiri		Puijo, piirileiri			
ma. 21.9	LänsiPuijo	Peli + suunnanmuutos	TK			Peli + reaktioit			
ke. 23.9.	Antikkala	Sarjajuoksut no.3	MV	Sarjajuoksut no.3		Sarjajuoksut no.3			
la. 26.9.	Tahko	ap. SR ip. RH	MV	Tahko		Tahko?			
su. 27.9.	Puijo	JK		JK		JK 2h			