

# 8:SSA VIIKOSSA TRIATHLONISTIKSI: YHTEISHARJOITUKSET

## *TriathlonSuomi*

### KESÄHARJOITUSTEN AIKATAULU

Päivä	Aika	Harjoitus	Tarkennus / paikka
24.5. (ti)	17:30	Juoksu	Kick off + juoksu / Pirkkola
28.5. (la)	8:00	Uinti	Leppävaaran uimahalli
31.5. (ti)	18:00	Pyörä	Pyörän käsittelyharjoitus / Hakunilan Urheilukenttä
7.6. (ti)	18:00	Uinti	Kuusijärvi
11.6 (la)	10:00	Yhdistelmä	Oittaa
14.6. (ti)	18:00	Juoksu	Pirkkola
19.6. (su)	10:00	Triathlon	Kaikki lajit vaihtoiseen + purku (huomaa päivä!) / Oittaa
21.6. (ti)	18:00	Uinti	Kuusijärvi
28.6. (ti)	18:00	Juoksu	Pirkkola
2.7. (la)	10:00	Triathlon	Kuusijärvi
5.7. (ti)	18:00	Pyörä	Oittaa
9.7. (ti)	18:00	Triathlon	Oittaa
12.7 (ti)	18:00	Uinti	Oittaa
15.7. (to)	18:00	Q & A	Zoom, kisaviikon preppaus
16.7 (la)		Pace-triathlon	Oittaa

*Paikat tarkennetaan toukokuun aikana. Harjoituspaikat ovat joko Kuusijärvellä tai Oittaalla.*