

Vauhtiveikot suunnitelmaa kevät-20

- 8.1. pikajuoksulähtöharjoitukset, starttikisa, Voitto Onnisen fysiikkarata
- 15.1. pituushyppy, aitajuoksu, parikuntoilu
- 22.1. turbokehäs, viestijuoksu, lihaskuntorata
- 29.1. kolmiloikka, juoksu, pikkukuntopiirit
- 5.2. kuulantyyntö, Voitto Onnisen juoksurata, amerikkalainen polttopallo
- 12.2. korkeus, juoksu, kimmoisuus/lihaskuntorata
- 26.2. moukarinheitto, juoksu, Voitto Onnisen heittorata
- 4.3. Voitto Onnisen pituushyppyrata, pikajuoksulähtöharjoitukset
- 11.3. turbokehäs, juoksurytmirata, amerikkalainen polttopallo
- 18.3. Voitto Onnisen kolmiloikkarata, juoksu
- 25.3. Voitto Onnisen kuulantyyntörata, juoksu
- 8.4. korkeushyppy, juoksu, Voitto Onnisen ketteryysrata
- 15.4. Voitto Onnisen moukarirata, juoksu
- 22.4. Voitto Onnisen hyppyrata, juoksu
- 29.4. Temppuilu?