|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| maanantai | keskiviikko | torstai | perjantai |
| klo 17.30 - 18.45 DP FT hiekka (/puolitettu nurmi Dp:n kanssa) | klo 17 - 18.30DT/MUSTATklo 17.30-18.30 (18.45)FT* kenttä puolitettuna poikitain

klo 17.30-18.30PESISKOULU hiekka | klo 17.30-19FT klo 18.30-20 DP* jos kenttäkalenterissa peli, vuoro peruttu
 | klo 17.00 - 18.30NAISET |
| klo 18.30 – 20.00DT/VALKOISETGT hiekka 18.30-19.30 | klo 18.30 - 20.00CP/MIEHET |  | KLO 18.30 – 20.00DT/MUSTAT |
| klo 20-21.30NAISET | klo 19.45-?NAISET |  | klo 19.45-21.15CP/MIEHET |
| * *Dp ja DT jakavat nurmen 15 min*
 | * *dt/valkoisilla aamutreeni ke/to aamuna klo 10.30-12.30*
 |  | * DT/CPMiehet jakavat nurmen vartin ajan
 |
|  |  |  |  |

* Pyritään käyttämään nurmivuoro tehokkaasti sellaisiin harjoituksiin, joihin tarvitaan nurmea.
* Joukkueen harjoitusvuoro voi hyvin alkaa aiemmin kuin nurmivuoro, ja alkulämmittelyt kannattaa tehdä valmiiksi pururadalla, hiekalla, yu-kentällä….
* Kun joukkueilla osittain yhteistä aikaa nurmella, suunnitellaan harkat niin, että silloin lyödään esim. vaihtolyönnit, tehdään nopeustreeniä, heitellään poikittain tms.
* Jos nurmella oleva joukkue tekee harjoitusta, joka ei vie koko nurmea, ollaan joustavia ja kysyen/kutsuen päästetään myös hiekalla treenaava joukkue nurmelle.

TAVOITTEENA SIIS HYÖDYNTÄÄ NURMI MAHDOLLISIMMAN MONEN PELAAJAN/JOUKKUEEN KÄYTTÖÖN MAHD.TEHOKKAASTI. ☺