

IDAKIKO MULTIKIROLA EUSKARAZ

	BEROKETA	PARTE PRINCIPAL
05 - oct		Talde dinamika
07 - oct		Trebetasun eta mugimendu iolasak
12 - oct		
14 - oct		Dinamika kooperatiboak
19 - oct		Zirkuitoak
21 - oct	Gorputz kontrola	Herri-Kirolak
26 - oct	Jolas aktiboak	Gimnasia Erritmikoa
28 - oct	Animal flow	Herri-Kirolak

02 - nov		
04 - nov	Talde konexio dinamikak	Herri-Kirolak
09 - nov	Erreflexu eta abiadura lantzeko dinamikak	Gimnasia Erritmikoa
11 - nov	Jolas tradizionala	Herri-Kirolak
16 - nov	Abiadura	Gimnasia Erritmikoa
18 - nov	Mugikortasuna	Herri-Kirolak
23 - nov	Lekualdaketak, jauziak...	Gimnasia Erritmikoa
25 - nov		Kirol aurreko mugimen-trebetasunak
30 - nov		SAIO IREKIA - GURASOAK

02 - dic	Talde konexio dinamikak	Judo
07 - dic	Erreflexu eta abiadura lantzeko dinamikak	Judo
09 - dic	Jolas tradizionala	Judo
14 - dic	Abiadura	Judo
16 - dic	Mugikortasuna	Judo
21 - dic		Kirol aurreko mugimen-trebetasunak
23 - dic		

	BEROKETA	PARTE PRINCIPAL
04 - ene		
06 - ene		
11 - ene		Kirol aurreko mugimen-trebetasunak
13 - ene	Gorputz kontrola	Eskalada
18 - ene	Dinamika kooperatiboak	Eskalada
20 - ene	Abiadura	Eskalada
25 - ene	Zirkuitoak	Eskalada
27 - ene	Akrobaziak	Halterofilia

01 - feb	Mugikortasuna, animal flow	Halterofilia
03 - feb	Jolas aktiboak	Halterofilia
08 - feb		
10 - feb		
15 - feb		Kirol aurreko mugimen-trebetasunak
17 - feb	Pliometria eta mugikortasuna	Saskibaloia
22 - feb	Jolasak baloiekin	Saskibaloia
24 - feb	Erronkak	Saskibaloia

01 - mar	Dinamika kooperatiboak	Saskibaloia
03 - mar	Jolas anitzak	Saskibaloia
08 - mar		Kirol aurreko mugimen-trebetasunak
10 - mar	Abiadura	Eskupilota
15 - mar	Mugikortasuna	Eskupilota
17 - mar	Jolas tradizionalak	Eskupilota
22 - mar	Talde konexio dinamikak	Eskupilota
24 - mar	Erreflexu eta abiadura lantzeko dinamikak	Eskupilota
29 - mar		
31 - mar		

	BEROKETA	PARTE PRINCIPAL
05 - abr		Triatlon. Korrika
07 - abr		Triatlon. <u>Bizikleta</u> eta korrika
12 - abr		Triatlon. <u>Bizikleta</u> eta korrika
14 - abr		Triatlon. <u>Bizikleta</u> eta korrika
19 - abr		Kirol aurreko mugimen-trebetasunak
21 - abr	Gorputz kontrola	Futbola
26 - abr	Dinamika kooperatiboak	Futbola
28 - abr	Zirkuitoak	Futbola

03 - may	Abiadura	Futbola
05 - may	Mugikortasuna	Futbola
10 - may	Jolas aktiboak	Patinaje
12 - may	Talde konexio dinamikak	Patinaje
17 - may	Erreflexu eta abiadura lantzeko dinamikak	Patinaje
19 - may	Jolas tradizionala	Patinaje
24 - may		Kirol aurreko mugimen-trebetasunak
26 - may		SAIO IREKIA - GURASOAK
31 - may		AGURRA

