

Lauantaina 04.10.2025

Lapua Simpsiö ja Kärkimäki Ylistaro

9:15 Kokoontuminen Taivaanpankon parkkipaikalla Mastotie Lapua (Simpsiön päällä)

9.30-11.30 Alkulämmittely ja sauvarinneharjoitus

Lapuan urheilukeskus pesumahdollisuus + ruokailumahdollisuus ABC Lapua

13.00-15.00 Lapuan urheilukeskus, painisali venyttely/lepo

15.30-17.00 Kärkimäki Ylistaro/ Ampumarjoitus (juoksuvarustus mukaan)

Lisätiedot: Tore Nylund 0400-569084