

# Vuosisuunnitelma 2010 vapaapaini CAD / FW

Suomen Painiliitto

Nuorten olympiavalmentaja

Ahto Raska

## LEIRI JA KILPAILUSUUNNITELMA

PK1	KVK1	KVK1 / KK1	KK1 / SK1 / PK	PK2	PK2	KVK2	KVK2	KK2	SK2/PK1	PK1	PK1
Tammikuu	Helmikuu	Maaliskuu	Huhtikuu	Toukokuu	Kesäkuu	Heinäkuu	Elokuu	Syyskuu	Lokakuu	Marraskuu	Joulukuu
	1	1 v9	1	1 vappu	1	1	1 su	1	1	1 v44	1
2	2 v5	2	2 pääs Leiri FW/FS Lappajärvi	2 su	2	2	2 v31	2	2	2	2
3 su	3	3	3	3 v18	3	3	3 EM Sarajevo BIH 3-8.08.	3	3 su	3	3
4 v1	4	4 Medvezh onok BLR/FS Klippan SWE FW	4 su	4	4	4	4 su	4	4 v40	4	4
5	5 Flatz/AUT 6-7.02.FS/FW	5 04-07.03	5 ma	5	5	5 v27	5	5 su	5	5	5 su
6	6	6	6 v14	6	6 su	6	6	6 v36	6	6 pyhäinpäivä	6 Itsenäisyyspäivä
7	7 su	7	7	7 PM Oslo NOR/FW 7-9.05.	7	7 v23	7	7	7	7 su	7 v49
8 Leiri Teuva	8	8 v10	8 Leiri SWE Klippan FW	8	8	8	8 su	8	8	8 v45	8
9 FFC Teuva	9	9	9	9 su	9	9	9 v32	9	9	9	9
10 s	10 v6	10	10	10 v19	10	10	10	10	10 su	10	10 CAD SM Ilmajoki 10-12.12.
11 v2	11	11	11 su	11	11 Götzis AUT/FW 11-13.06.	11	11 su	11	11 v41	11	11
12	12	12	12 v15	12	12	12	12 v28	12	12 su	12	12 su
13	13	13	13	13 helat Leiri Helsinki FW	13 su	13	13	13 v37	13	13	13 v50
14	14 su	14 su	14	14	14 Leiri AUT /FW 14-19.06	14	14	14	14 Leiri Järvenpää FW/FS	14 su	14
15	15 v7	15 v11	15	15	15	15	15 s Youth Olympic Games Singapore 14-26.08	15	15	15 v46	15
16	16	16	16	16 su	16	16	16 v33	16	16	16	16
17 su	17	17	17	17 v20	17	17	17	17	17 su	17	17
18 v3	18	18	18 su	18	18	18	18 su	18	18	18	18
19	19 Leiri Ilmajoki FW/FS	19	19 v16	19	19	19	19 v29	19	19 su	19	19 su
20	20	20	20	20	20 su	20	20	20 v38	20	20	20 v51
21	21 su	21 su	21	21 Dormagen GER YOG Qualif. POL/FW	21	21 v25	21	21	21	21 su	21
22	22 v8	22 v12	22	22	22	22	22 s	22	22	22 v47	22
23	23	23	23	23 su	23	23	23	23	23	23 KLL FS/FW	23 Leiri Helsinki FW/FS
24 su	24	24	24 v21	24	24	24	24	24	24 su	24	24
25 v4	25	25	25 su	25	25	25	25 su	25	25 v43	25	25 la
26	26	26	26 v17	26	26 la	26	26 v30	26	26 su	26	26 su
27	27	27 Freidenfelds LAT/FW	27	27	27 su	27	27	27	27 v39	27	27 Helsinki Open FS/FW
28	28 su	28 s	28	28 Külle Kõiv / EST 28-30.05. FS	28	28 v26	28	28	28	28 su	28 su
29	29	29 v13	29	29	29	29	29 su	29	29	29 v48	29 Leiri Ilmajoki
30 SM Helsinki	30	30	30	30 s	30	30	30 v35	30	30	30 JUN SM	30
31 s	31	31	31	31 v22	31	31	31	31	31 su	31	31