

Vuosisuunnitelma 2010 vapaapaini JUN / FS - 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 Leiri RUS 1-10.06.	1 JUN EM Samokov BUL/FS-FW	1 su	1	1	1 v44	1
2	2 v5	2	2 pää Leiri Kalinin - grad 2-8.04.	2 su	2	2	2 v31	2	2	2	2
3 su	3	3	3	3 v18	3	3	3	3	3 su	3	3
4 v1	4 Leiri Helsinki 04-15.01 FS	4	4 su	4	4	4 su	4 v27	4	4 v40	4	4
5	5 Flatz/AUT 6-7.02.	5	5 ma	5	5	5	5	5 su	5	5 JUN SM	5 su
6	6	6	6	6	6 su	6	6 v36	6	6	6 p	6 Itsenäisyyspäivä
7	7 su	7 su	7	7	7	7	7	7	7	7 su	7 v49
8	8	8 Leiri Budapest FS	8	8	8	8 Leiri Helsinki 8-17.07.	8 su	8	8	8 v45	8
9	9	9	9 Shumilin RUS/FS 9-11.04.	9 su	9	9	9 v32	9	9	9	9
10 su	10 v6	10	10	10 v19	10	10	10	10	10 su	10	10 Kohtla Järve EST
11 v	11	11	11	11	11	11 su	11	11	11 v41	11	11
12	12	12 Kilpailu Budapest/FS	12 v15	12	12	12	12	12 su	12	12 Baltic Cup EST 12-14.11.	12 su
13	13	13	13	13 helatorstai	13 su	13	13 v37	13	13	13	13 v50
14	14 su	14 su	14	14 Champions juniors TUR 14-16.05	14 v24	14	14	14	14 Leiri Järvenpää	14 su	14
15	15 v7	15 v11	15	15	15	15	15 su	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 su	18	18	18	18	18
19	19	19	19 v16	19	19	19 v29	19	19 su	19	19	19 su
20	20	20	20	20	20 su	20 JUN MM Budapest HUN 20-25.07.	20	20 v38	20	20	20 v51
21	21 su	21 su	21	21	21 Leiri Helsinki 21-25.06.	21	21	21	21	21 su	21
22	22 Leiri Helsinki FS	22 v12	22	22	22	22	22 su	22	22 v47	22	22
23	23	23	23	23 su	23	23	23 v34	23	23	23	23
24 su	24	24	24 v21	24	24	24	24	24	24 su	24	24 Leiri Helsinki
25 v4	25	25	25 su	25	25	25 su	25	25	25 v43	25	25 la
26	26	26	26 v17	26	26 la	26 v30	26	26 su	26	26	26 su
27	27	27 Freidenfelds LAT FS/FW	27	27	27 su	27	27	27 v39	27	27 Helsinki Open	27 v52
28	28 su	28 su	28	28 Leipzig R	28 v26	28	28	28	28	28 su	28
29	29 SM Helsinki	29 v13	29	29 Külle Kõiv/EST 28-30.05.	29	29 JUN EM	29 su	29	29	29 v48	29
30	30	30	30	30	30	30	30 v35	30	30	30	30
31 su	31	31	31	31 v22	31	31	31	31	31 su	31	31