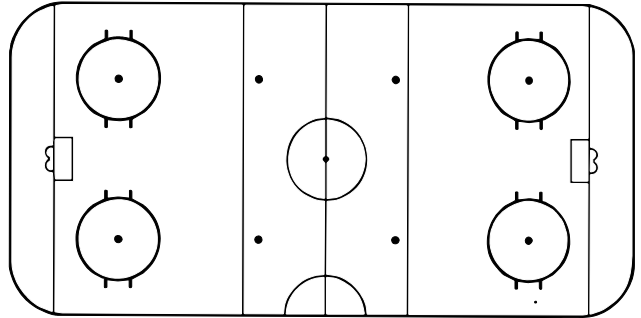


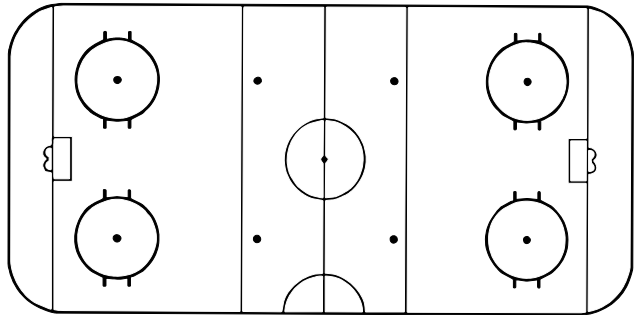
Harjoituspäivä: \_\_\_\_\_ Paikka \_\_\_\_\_  
 Osanottajamäärä \_\_\_\_\_ Harjoituksen kestoaika \_\_\_\_\_  
 Harjoituksen tarkoituksena \_\_\_\_\_

Apuvälineet \_\_\_\_\_

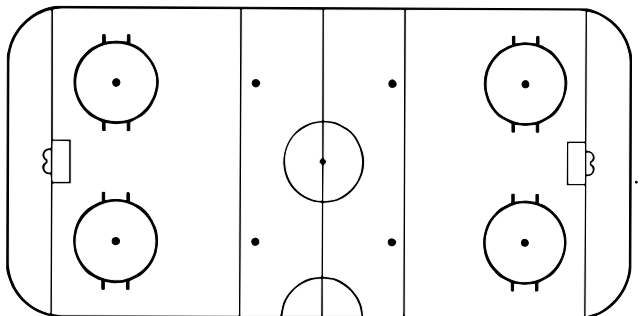
HARJOITE:	Sarjat x Toistot	Teho	Suoritus-aika	Palautus-aika	Kokonais-aika
TAVOITEARVOT					
HARJ. SISÄLTÖ:					
TOTEUTUMINEN:					



HARJOITE:	Sarjat x Toistot	Teho	Suoritus-aika	Palautus-aika	Kokonais-aika
TAVOITEARVOT					
HARJ. SISÄLTÖ:					
TOTEUTUMINEN:					



HARJOITE:	Sarjat x Toistot	Teho	Suoritus-aika	Palautus-aika	Kokonais-aika
TAVOITEARVOT					
HARJ. SISÄLTÖ:					
TOTEUTUMINEN:					



HARJOITE:	Sarjat x Toistot	Teho	Suoritus-aika	Palautus-aika	Kokonais-aika
TAVOITEARVOT					
HARJ. SISÄLTÖ:					
TOTEUTUMINEN:					

