1. KTS:n kilpavalmennussuunnitelma 2019

Viikot	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26
Kilpailukausi																										
Peruslyönnit																										
Hyökkäyspeli																										
Syöttö+palautus																										
Peliviikko																										
Fysiikka																										
Lihashuolto																										
Testit																										
Leirit																										

Kilpailut	Valmentaja Ari Oikarinen mukana:
Päiväkilpailut, Joensuu 12.-13.1.	
PST Tour I, Katinkulta 1.-3.2.	
Tykkimäki Tour Pohjoinen, Katinkulta 10.2.	x
Avajais kilpailut PST Tour II, KTS-halli 22.-24.2.	x
Aluem. kilpailut, PST Tour III, Oulu 15.-17.3.	x
Tykkimäki Tour Pohjoinen, Kajaani 24.3.	
Kansalliset, Rovaniemi 5.-7.4.	
Kansalliset, Kajaani 6.-7.4.	
PST Tour IV, Joensuu 19.-21.4.	x
Tykkimäki Tour Pohjoinen, Oulu 27.4.	
Kansalliset, Joensuu 24,-26.5.	
Rahakilpailut, KTS 7.-9.6.	x
PST Tour V, Rovaniemi 14.-16.6.	
Vuokatin juhannustennis, 20.-23.6.	x
OVS 100 v. juhlakilpailut, Oulu 28.-30.6.	

Leirit:
KTS-leiri, Katinkulta 12.-13.1.
Junnul.+Tykkim., Katinkulta 9.-10.2.
Alueleiri, Oulu 17.-19.5.
Tennisässäleiri, Vuokatti 17.-20.6

Viikot	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40	41	42	43	44	45	46	47	48	49	50	51	52
Kilpailukausi																										
Peruslyönnit																										
Hyökkäyspeli																										
Syöttö+palautus																										
Peliviikko																										
Fysiikka																										
Lihashuolto																										
Testit																										
Leirit																										