

SUNNUNTAI	MAANANTAI	TIISTAI	KESKIVIIKKO	TORSTAI	PERJANTAI	LAUANTAI	
<p>Tervetuloa Pajulahteen!</p> <ul style="list-style-type: none"> Aikuiset kokoontuvat merkittyyn liikuntatilaan. Teinit saavat osallistua myös aikuisten ohjelmiin. Teinien, 13-16 -vuotiaiden kokoontuminen vastaanotossa Nuorten, 9-12 -vuotiaiden kokoontuminen lehtienlukusalissa. Lasten, 6-8 -vuotiaiden kokoontuminen starttiaulassa. Vimpulat, 3-5 -vuotiaat kokoontuvat Pikkupajussa. Ovet aukeavat 15 min ennen ja sulkeutuvat 15 min jälkeen merkityn ajan. 	<p>7:15-9:30 Aamiainen</p> <p>9.30-11.00 Perheiden yhteinen MOBO-suunnistus, lähtö Starttiaulasta</p> <ul style="list-style-type: none"> Aikuisten Kunnontreeni ulkona, lähtö Starttiaulasta Vimpulat 	<p>7:15-9:30 Aamiainen</p> <p>9.30-11.00</p> <ul style="list-style-type: none"> Koko porukan Frisbeegolf, lähtö Starttiaulasta Aikuisten CrossFunc, Voimistelusalii Vimpulat 	<p>7:15-9:30 Aamiainen</p> <p>9.30-11.00</p> <ul style="list-style-type: none"> Aikuisten Ulkotreeni x 2, lähtö Starttiaulasta Aikuisten Core x 2, Nikula-hallin judopuoli Teinien Crossfunc, Voimistelusalii Nuorten Fast Scoop, Jari Litmanen -keinonurmikenttä 1 Lasten Dance, Tanssistudio Vimpulat 	<p>7:15-9:30 Aamiainen</p> <p>9.30-11.00</p> <ul style="list-style-type: none"> Aikuisten Cross Training, Nikula-halli pääty Aikuisten Keppijumppa, Tanssistudio Teinien Kiipeily, Nikula-halli Nuorten Jousiammunta, Nikula-hallin karatepuoli Lasten MegaTwister, Voimistelusalii Vimpulat 	<p>7:15-9:30 Aamiainen</p> <p>9.30-11.00</p> <ul style="list-style-type: none"> Aikuisten Kickbike, lähtö Starttiaulasta Aikuisten Kehonhallintaa, Voimistelusalii Teinien TRX, Tanssistudio Nuorten Dodge Ball, Nikula-hallin judopuoli Lasten Ulkopelit Vimpulat 	<p>7:15-9:30 Aamiainen</p> <p>9.30-11.00</p> <ul style="list-style-type: none"> Koko porukan PajuGames ulkona, lähtö Starttiaulasta Aikuisten TRX ja kehonhuolto, Tanssistudio Vimpulat 	
	<p>11.00-13.30 Lounas</p>	<p>11.00-13.30 Lounas</p>	<p>11.00-13.30 Lounas</p>	<p>11.00-13.30 Lounas</p>	<p>11.00-13.30 Lounas</p>	<p>11.00-13.30 Lounas</p>	<p>11.00-13.15 Lounas</p>
	<p>13.30-15.00</p> <ul style="list-style-type: none"> Aikuisten Sauvatreeni, lähtö Starttiaulasta Teinien PajuHop, Voimistelusalii Nuorten Tutustumispelit, Palloilusali 1 Lasten Tutustumisleikit, Palloilusali 2 Vimpulat 	<p>13.30-15.00</p> <ul style="list-style-type: none"> Aikuisten Kuntokamppailut, Nikula-hallin karatepuoli Aikuisten Kahvakuula, Nikula-hallin pääty Teinien Fast Scoop, Jari Litmanen -keinonurmikenttä 1 Nuorten PajuHop, Voimistelusalii Lasten Seinäkiipeily, Nikula-halli Vimpulat 	<p>13.30-15.00</p> <ul style="list-style-type: none"> Aikuisten Kehonpainoharjoittelu, Nikula-hallin pääty Aikuisten Gymstick, Voimistelusalii Teinien Ulkopelit Nuorten Seinäkiipeily, Nikula-halli Lasten Dodgeball, Nikula-hallin karatepuoli Vimpulat 	<p>13.30-15.00</p> <ul style="list-style-type: none"> Aikuisten Liikkuvuutta ja kehonhallintaa, lähtö Starttiaulasta Aikuisten Kuntonyrkkeily, Nikula-hallin judopuoli Teinien Yleisurheilu Nuorten Uinti, Uimahalli Lasten Bounce Ball ja joukkuepelit, Nikula-hallin karatepuoli Vimpulat 	<p>13.30-15.00</p> <ul style="list-style-type: none"> Aikuisten Kunnanjumppa, Voimistelusalii Teinien Kuntonyrkkeily, Nikula-hallin judopuoli Nuorten Yleisurheilua, Jari Litmanen -keinonurmikenttä Lasten Uinti, Uimahalli Vimpulat 	<p>12.00 Huoneiden luovutus</p> <p>12.45-13.30</p> <ul style="list-style-type: none"> Päätös ja palautteet, Auditorio 	
<p>14.00-14.45 Avaus, Auditorio</p> <ul style="list-style-type: none"> Päivitetyn lomaohjelman läpikäynti <p>15.00 Majoittuminen</p> <p>15.45-16.30 Perheiden yhteinen liikunnallinen tutustuminen, Nikula-hallin judopuoli</p>	<p>15.45-16.30</p> <ul style="list-style-type: none"> Koko porukan kehonhuolto, Voimistelusalii Aikuisten FasciaMethod, Tanssistudio Vimpulat 	<p>15.45-16.30</p> <ul style="list-style-type: none"> Aikuisten Joukkuepelit, Jari Litmanen -keinonurmikenttä 1 Aikuisten Venyttelyt, Nikula-hallin judopuoli Teinien Mega Twister, Tanssistudio Nuorten Crossfunc, Voimistelusalii Lasten Ulkoleikit Vimpulat 	<p>15.45-16.30</p> <ul style="list-style-type: none"> Aikuisten Kehonhuolto, Tanssistudio Aikuisten Liikkuvuusharjoitus, Tennishalli 1:n kenttä 1 Teinien Jousiammunta, Nikula-hallin karatepuoli Nuorten MegaTwister, Nikula-hallin judopuoli Lasten PajuHop, Voimistelusalii Vimpulat 	<p>15.45-16.30</p> <ul style="list-style-type: none"> Aikuisten Rennot rytmit, Tanssistudio Aikuisten Aromapallorentous, Nikula-hallin judopuoli Teinien Akrobatiaa, Voimistelusalii Nuorten Ulkopelit Lasten Live Cluedo sisällä Vimpulat 	<p>15.45-16.30</p> <ul style="list-style-type: none"> Aikuisten Foam Roller, Tanssistudio Teinien Tennis, Tennishalli 1:n kentät 1 ja 2 Nuorten Miekkaile ulkona Lasten Sisäleikit, Voimistelusalii Vimpulat 	<p>Turvallista kotimatkaa ja tervetuloa uudelleen!</p>	
<p>16.30-18.00 Päivällinen</p>	<p>16.30-19.00 Päivällinen</p>	<p>16.30-19.00 Päivällinen</p>	<p>16.30-19.00 Päivällinen</p>	<p>16.30-19.00 Päivällinen</p>	<p>16.30-19.00 Päivällinen</p>		
<p>19.00-20.00 Iltainti, Uimahalli</p> <p>20.00-22.00 Rantasaunat 1 ja 3 naisille ja rantasauna 2 miehille.</p>	<p>19.00-20.00 Omatoimiset pelit, Pajulahti-hallin jalkapallokenttä 1</p> <p>20.00-22.00 Rantasaunat 1 ja 3 naisille ja rantasauna 2 miehille.</p>	<p>18.30-19.30 Omatoiminen sähly, Palloilusali 1-2 tai kuntosalii ja kehonhuolto, Päärakennuksen kuntosalii</p> <p>18.00-19.00 Iltainti I, Uimahalli</p> <p>19.30-20.30 Iltainti II, Uimahalli</p> <p>20.00-22.00 Rantasaunat 1 ja 3 naisille ja rantasauna 2 miehille.</p>	<p>18.30-19.30 Omatoiminen sulkapallo, Palloilusali 1-2</p> <p>18.00-19.00 Iltainti I, Uimahalli</p> <p>19.30-20.30 Iltainti II, Uimahalli</p> <p>20.00-22.00 Rantasaunat 1 ja 3 naisille ja rantasauna 2 miehille.</p>	<p>18.30-19.30 Omatoimiset pelit (kori- ja lentopallo), Palloilusali 1-2</p> <p>18.00-19.00 Iltainti I, Uimahalli</p> <p>19.30-20.30 Iltainti II, Uimahalli</p> <p>20.00-22.00 Rantasaunat 1 ja 3 naisille ja rantasauna 2 miehille.</p>	<p>18.30-19.30 Omatoimiset pelit, Jari Litmanen -keinonurmikenttä 1</p> <p>18.00-19.00 Iltainti I, Uimahalli</p> <p>19.30-20.30 Iltainti II, Uimahalli</p> <p>20.00-22.00 Päärakennuksen kuntosalin saunat</p>	<p>Lisätiedot: tuomo.nurminen@pajulahti.com</p> <p>Liikuntakeskus Pajulahti Pajulahdentie 167 15560 Nastola puh. 03 885 511</p>	
						<p>www.pajulahti.com</p>	