

TIISTAI	KESKIVIikko	TORSTAI	PERJANTAI	LAUANTAI	SUNNUNTAI
	7.15-9.30 Aamiainen	7.15-9.30 Aamiainen	7.15-9.30 Aamiainen	7.15-9.30 Aamiainen	7.15-9.30 Aamiainen
<p>Tervetuloa Pajulahteen!</p> <ul style="list-style-type: none"> Aikuiset kokoontuvat merkittävään liikuntatilaan. Ulkoliikuntoihin lähtö Starttiaulasta. Teinit, 13-17 -vuotiaiden kokoontuminen vastaanoton aulassa. Teinit saavat osallistua myös aikuisten ohjelmaan Nuoret, 9-12 -vuotiaiden kokoontuminen lehtienlukuaulassa. 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>12.30-13.15 Tervetuloainfo, Auditorio * Pajulahden esittely * Lomaohjelman esittely</p>	<p>9.30-11.00</p> <ul style="list-style-type: none"> Aikuisten Lihaskuntotreeni, Nikula-hallin pääty Aikuisten Polkujuoksu, lähtö Starttiaulasta Teinien, nuorten ja lasten Valokuvasuunnistus ulkona Vimpulat 	<p>9.30-11.00</p> <ul style="list-style-type: none"> Aikuisten Kuntonyrkkeily, Nikula-hallin karatepuoli Aikuisten Nopeutta ja ketteryyttä, Jari Litmanen -keinoonurmikenttä Teinien Seinäkiipeily, Nikula-halli Nuorten Palloilu, Liikuntahalli 1-2 Lasten Palloilu, Palloilusalai 1-2 Vimpulat 	<p>9.30-11.00</p> <ul style="list-style-type: none"> Aikuisten Keppijumppa, Tanssistudio Aikuisten CrossFunc, Voimistelusalai Teinien Miekkailu, Palloilusalai 1 Nuorten Nopeutta ja ketteryyttä ulkona Lasten Pihaleikit Vimpulat 	<p>9.30-11.00</p> <ul style="list-style-type: none"> Aikuisten Rennot rytmit, Tanssistudio Teinien Aamutreeni ulkona Nuorten Bounce ball, Palloilusalai 1-2 Lasten Nopeutta ja ketteryyttä ulkona Vimpulat 	<p>9.30-11.00</p> <ul style="list-style-type: none"> PajuGames, lähtö Starttiaulasta Aikuisten Kunnan jumppa, Tanssistudio Vimpulat
		11.00-13.30 Lounas + pienten lepo	11.00-13.30 Lounas + pienten lepo	11.00-13.30 Lounas + pienten lepo	11.00-13.30 Lounas + pienten lepo
	<p>13.30-15.00</p> <ul style="list-style-type: none"> Aikuisten Melonta, lähtö Melontarannasta Aikuisten Kahvakuula, Nikula-hallin pääty Teinien Jousiammunta, Nikula-hallin karatepuoli Nuorten Seinäkiipeily, Nikula-halli Lasten PajuHop, Voimistelusalai Vimpulat 	<p>12.30-13.15 Tervetuloainfo II, Luokka Nikkinen</p> <p>13.30-15.00</p> <ul style="list-style-type: none"> Aikuisten Kunnan treeni, Tanssistudio Aikuisten Vesijumppa, Uimahalli Teinien Melonta Nuorten PajuHop, Voimistelusalai Lasten Sisäleikit, Palloilusalai 1-2 Vimpulat 	<p>13.30-15.00</p> <ul style="list-style-type: none"> Aikuisten Core x2, Voimistelusalai Aikuisten Kehonhallinta x 2, Tanssistudio Teinien Vesisankarit, Uimahalli Nuorten Uinti, Uimahalli Lasten Uinti, Uimahalli Vimpulat 	<p>13.30-15.00</p> <ul style="list-style-type: none"> Aikuisten Kuntokamppailut, Nikula-hallin judo- ja karatepuolet Teinien Yleisurheilu, 400m juoksurata Nuorten Miekkailu, Palloilusalai Lasten Ulkoleikit Vimpulat 	<p>12.45-13.30 Päätös ja palautteet + yllätys kaikille vastanueille, Auditorio</p> <p>13.30 - 16.30 Omatoiminen osallistuminen Suomen suurimpaan seikkailupuistoon erilliseen hintaan.</p> <p>16.30-17.15 Omakustanteinen päivällinen.</p>
	15.45-16.30	15.45-16.30	15.45-16.30	15.45-16.30	
<p>13.30-15.00</p> <ul style="list-style-type: none"> Aikuisten Frisbeegolf ja minigolf, lähtö Starttiaulasta Teinien Palloilu, Palloilusalai 1-2 Nuorten Ulkopelit Lasten Ulkoleikit Vimpulat 	<p>15.45-16.30</p> <ul style="list-style-type: none"> Aikuisten Cross Training, Nikula-hallin pääty Teinien Mailapeli Combo, Palloilusalai 1-2 Nuorten Tutustumispelit, Liikuntahalli 2 Lasten Tutustumisleikit, Voimistelusalai Vimpulat 	<p>15.45-16.30</p> <ul style="list-style-type: none"> Aikuisten Venyttelyt, Tanssistudio Teinien Mega Twister, Voimistelusalai Nuorten Mailapeli Combo, Palloilusalai 1-2 Lasten Dodge Ball, Nikula-halli 1 Vimpulat 	<p>15.45-16.30</p> <ul style="list-style-type: none"> Aikuisten FasciaMethod, Tanssistudio Teinien Bounce ball, Liikuntahalli 1-2 Nuorten Dodge Ball, Palloilusalai 1-2 Lasten Mega Twister, Voimistelusalai Vimpulat 	<p>15.45-16.30</p> <ul style="list-style-type: none"> Aikuisten Foam Roller, Tanssistudio Teinien Dodge ball, Liikuntahalli 1-2 Nuorten Live Cluedo sisällä Lasten Bounce Ball, Palloilusalai 1-2 Vimpulat 	
	15.00 Majoittuminen				
16.30-19.00 Päivällinen	16.30-19.00 Päivällinen	16.30-19.00 Päivällinen	16.30-19.00 Päivällinen	16.30-19.00 Päivällinen	
<p>18.00-19.00 Perheuinti I, Uimahalli</p> <p>18.00-20.00 Päärakennuksen kuntosali maksutta käytössä omatoimiseen liikuntaan.</p> <p>19.30-20.30 Perheuinti II, Uimahalli</p> <p>20.00-22.00 Rantasauna 1 ja 3 naisille ja rantasauna 2 miehille</p> <p>20.00-22.00 Iltapala</p>	<p>18.00-20.00 Päärakennuksen kuntosali maksutta käytössä omatoimiseen liikuntaan.</p> <p>18.00-19.00 Perheuinti I, Uimahalli</p> <p>19.30-20.30 Perheuinti II, Uimahalli</p> <p>20.00-22.00 Rantasauna 1 ja 3 naisille ja rantasauna 2 miehille</p> <p>20.00-22.00 Iltapala</p>	<p>18.00-19.00 Päärakennuksen kuntosali maksutta käytössä omatoimiseen liikuntaan.</p> <p>18.00-19.00 Perheuinti I, Uimahalli</p> <p>19.30-20.30 Perheuinti II, Uimahalli</p> <p>20.00-22.00 Rantasauna 1 ja 3 naisille ja rantasauna 2 miehille</p> <p>20.00-22.00 Iltapala</p>	<p>18.00 Lipunnosto etupihalla</p> <p>18.30-19.30 Juhannuskisailut ulkona, lähtö Starttiaulasta</p> <p>19.45-20.45 Juhannustanssit, Iso-Kukkanen</p> <p>20.00-24.00 Rantasauna 1 ja 3 naisille ja rantasauna 2 miehille</p> <p>20.00-22.00 Iltapala</p> <p>21.00 Juhannuskokko, Aessoriinokka</p>	<p>18.00-19.00 Päärakennuksen kuntosali maksutta käytössä omatoimiseen liikuntaan.</p> <p>18.00-19.00 Perheuinti I, Uimahalli</p> <p>19.30-20.30 Perheuinti II, Uimahalli</p> <p>20.00-22.00 Iltapala</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>