



LEIRIKOULUJEN LIIKUNTALAJIT

Liikuntakeskus Pajulahti

PELEJÄ

- DodgeBall** Polttopallopelejä joukkueittain.
- Frisbeegolf** Frisbeegolfissa tarkoitus on heittää kiekko mahdollisimman vähillä heitoilla koriin.
- KIN-ball** KIN-ball pelissä on kolme joukkuetta yhtä aikaa kentällä ja peli haastaa joukkueet yhteistoimintaan. Peli sopii hyvin monentasoisille pelaajille.
- Kuplafutis** Tässä jalkapallolajissa pelaajat ovat kuplapallojen sisällä. Kontakti kanssapelaajiin on sallittua. Tuote on lisämaksullinen. **Sopii yli 10-vuotiaille.**
- Minigolf** Ratagolfia erilaisia väyliä puttaamalla pelaten.
- Pallo- ja mailapelit** Perustekniikoiden kautta pelaamiseen. Valittavia lajeja ovat bounceball, fast scoop, jalkapallo, koripallo, lacrosse, lentopallo, pesäpallo, sisäringette, sähkö, ultimate ja mailapeli combo.
- Sisäcurling** Mukaansatempaava sisäversio jäällä pelattavasta curlingista ilman harjaamista. Pelissä käytetään virallisia sisäcurlingiviä ja -pelialustoja.
- Tankofutis** Pöytäjalkapallosta tuttu laji, jossa pelaajat ovat kiinni tangossa ja liikkuvat sivusuunnassa. Tuote on lisämaksullinen. **Sopii yli 10-vuotiaille.**
- Vesipelit** Joukkuepelejä vedessä; muun muassa uppopallo, vesikoripallo, vesilentopallo ja vesipallo.

RYTMIÄ JA VOIMISTELUA

- Light Poi** Uusi-Seelannista lähtöisin olevassa lajissa heilutetaan narujen päissä olevia pehmeitä led-valopalloja kuten tulitanssissa.
- PajuHop** Kokeile voimistelurataa uudella hausalla tavalla, hyppien ja pomppien Radassa muun muassa ilmapolttipatja.
- Rennot rytmit** Helppoa ja letkeää irrattelua eri tanssityylejä mukaillen. Mahdollisuus myös mobiilipeliin Just Dance Now! -discovalaistuksessa. Osallistujien puhelimissa tulee olla valmiina ladattu maksuton Just Dance Now! -sovellus.
- Sirkustelu** Tunnilla on erilaisia sirkuspisteitä esim. jonglööraus, akrobatia, sirkusilmapallot. **Sopii alakoululaisille.**



ULKOILUA

Geokätköily

GPS-laitteiden avulla kätköjen etsintää vaihtelevassa maastossa, Pajulahden alueeseen tutustuen.

Kickbike / Kickspark

Potkuttelua joko sporttisilla potkupyörillä tai potkukelkoilla maastossa tai kevyenliikenteen väylällä. **Sopii yläkoululaisille.**

Laavuretket

Patikointi noin 3km päähän Seelammin laavulle kunto- ja metsäpolkuja pitkin. Retkellä tehdään erilaisia ryhmäytymistehtäviä ja aikaa varataan 3 tuntia. Vaihtoehtoisesti laavuretki voidaan tehdä 0,5km päähän Pajunpesälle. Retkellä tehdään erilaisia tehtäviä, kesto 1,5 tuntia. Ruska-aikana myös tikkupullien paistoa.

Melonta

Kajakkimelonnan kokeilua rannan läheisyydessä. Uimataito on pakollinen, mutta melontakokemusta ei tarvita. Mahdollisuus myös hallimelontakokeiluun. **Sopii yläkoululaisille.**

MOBO-suunnistus

Helpohkoa suunnistamista kartanlukutaidolla. Pienryhmää kohti vähintään yksi kännykkä, johon on ladattu maksuton sovellus, mobo.suunnistus.fi.

PajuCase

Tiimitoimintaa ja ongelmanratkaisua. Tehtävissä vaaditaan monipuolista ajattelua, taitoa, tarkkuutta ja yhteistyötä.

PajuRace

Vauhdikasta joukkuekisailua, jossa yhteistyö, oivallus ja nopeus ratkaisevat!

MUUTA KIVAA

Jousiammunta

Jousiammunnan lajikokeilua sisäammuntapaikalla.

Kuntokamppailut

Erinomainen kuntoilumuoto, jossa harjoitteita muun muassa kuntonyrkkeilystä ja painista.

Live Cluedo

Leikkimielinen salapoliisipeli Pajulahden päärakennukseen tutustuen. Tehtävänä on etsiä vihjeitä ja selvittää rikosmysteeri.

Mega Twister

Mega Twisterissä pelaajat asettuvat 5 x 5 metriselle alustalle, jolla on erivärisiä ympyröitä. Pelaajien tulee hallita oma asentonsa pelin aikana ettei putoa pelistä.

Miekkailu

Kilpamiekkailun alkeistekniikoita turvallisin harjoitusmiekein.

PajuBattle

Kahden joukkueen välistä kisailua ja taktikointia leikkimielisesti taistellen. **Sopii alakoululaisille.**

Seinäkiipeily

Noin 8 metriä korkea kiipeilyseinä, jota kiivetään varmistettuna. Lisäksi kaksi boulderointi seinää. Kiipeilyn ohessa omatoimista liikuntaa.

Valokiila

Pimeässä metsässä taskulamppujen avulla piiloleikkejä- ja pelejä.

Vesisankarit

Uintia ja hengenpelastustehtäviä.