

SUNNUNTAI	MAANANTAI	TIISTAI	KESKIVIIKKO	TORSTAI	PERJANTAI	LAUANTAI
<p>Tervetuloa Pajulahteen!</p> <ul style="list-style-type: none"> Aikuiset kokoontuvat merkittyyn liikuntatilaan. Nuorten, 10-16 -vuotiaiden kokoontuminen lehtienlukusalissa. Lasten, 6-9 -vuotiaiden kokoontuminen Starttiaulassa. Vimpulat, 3-5 -vuotiaat kokoontuvat Pikkupajussa/ Lastenmaailmassa Ovet aukeavat 15 min ennen ja sulkeutuvat 15 min jälkeen merkityn ajan. 	<p>7.15-9.30 Aamiainen</p>	<p>7.15-9.30 Aamiainen</p>	<p>7.15-9.30 Aamiainen</p>	<p>7.15-9.30 Aamiainen</p>	<p>7.15-9.30 Aamiainen</p>	<p>7.15-9.30 Aamiainen</p>
	<p>9.30-11.00</p> <ul style="list-style-type: none"> Aikuisten Vesitreeni, Uimahalli Nuorten Viitepelit, Jari Litmanen -keinonurmikenttä 2 Lasten Viitepelit, Jari Litmanen -keinonurmikenttä 1 Vimpulat 	<p>9.30-11.00</p> <ul style="list-style-type: none"> Koko porukan piha-aktiviteetit, lähtö Starttiaulasta Aikuisten Barre, Voimistelusalii Aikuisten Juoksuvinkei ja polkujuoksu, lähtö Starttiaulasta Vimpulat 	<p>9.30-11.00</p> <ul style="list-style-type: none"> Aikuisten Cross Training, Nikula-halli Aikuisten Ulkotreeni, lähtö Starttiaulasta Nuorten Pesäpallo, Jari Litmanen -keinonurmikenttä 1-2 Lasten Seinäkiipeily, Nikula-halli Vimpulat 	<p>9.30-11.00</p> <ul style="list-style-type: none"> Aikuisten Melonta I, lähtö Starttiaulasta Nuorten Kuntokamppailut, Nikula-halli Lasten Yleisurheilu ulkona Vimpulat 	<p>9.30-11.00</p> <ul style="list-style-type: none"> Koko porukan MOBO-suunnistus ja/tai geokätköily Aikuisten Sauvatreeni, lähtö Starttiaulasta Aikuisten Suunnistus, lähtö Starttiaulasta Vimpulat 	<p>9.30-11.00</p> <ul style="list-style-type: none"> Koko porukan PajuGames ulkona kiinalaisten kanssa, lähtö Starttiaulasta Aikuisten Rennot rytmit ja venyttely, Voimistelusalii Vimpulat
	<p>11.00-13.30 Lounas</p>	<p>11.00-13.15 Lounas</p>	<p>11.00-13.15 Lounas</p>	<p>11.00-13.15 Lounas</p>	<p>11.00-13.15 Lounas</p>	<p>11.00-13.30 Lounas</p>
	<p>13.30-15.00</p> <ul style="list-style-type: none"> Aikuisten Kahvakuula, Nikula-halli Nuorten Vesisankarit, Uimahalli Lasten PajuHop, Voimistelusalii Vimpulat 	<p>13.15-15.15</p> <ul style="list-style-type: none"> Aikuisten Gymstick x 2, Voimistelusalii Aikuisten Kehonpainotreeni x 2, Nikula-halli Nuorten Seinäkiipeily, Nikula-halli Lasten Uinti, Uimahalli Vimpulat 	<p>13.15-15.15</p> <ul style="list-style-type: none"> Aikuisten Kuntonyrkkeily x 2, Nikula-halli Aikuisten Seinäkiipeily x 2, Nikula-halli Nuorten Jousiammunta, Nikula-halli Lasten Palloilu, Jari Litmanen -keinonurmikenttä 1 Vimpulat 	<p>13.15-15.15</p> <ul style="list-style-type: none"> Aikuisten Melonta II, lähtö Starttiaulasta Aikuisten Joukkuepelit, Jari Litmanen -keinonurmikenttä 1 Nuorten Yleisurheilu ulkona Lasten Kuntokamppailut, Nikula-halli Vimpulat 	<p>13.30-15.00</p> <ul style="list-style-type: none"> Aikuisten Kuntokamppailut, Nikula-halli Nuorten PajuHop kiinalaisten kanssa, Voimistelusalii Lasten Dodge ball, Liikuntahalli 2 Vimpulat 	<p>12.00 Huoneiden luovutus</p> <p>13.00-13.45 Päätös ja palautteet, Olympia-kabinetti</p>
<p>14.00-14.45 Loman avaus, Olympia-kabinetti</p> <ul style="list-style-type: none"> Pajulahti -info Päivitetyn lomaohjelman läpikäynti <p>15.00 Majoittuminen</p>	<p>15.45-16.45</p> <ul style="list-style-type: none"> Aikuisten Kehonhuolto, Voimistelusalii Nuorten Live Cluedo sisällä Lasten Rentousharjoitukset, Tanssistudio Vimpulat 	<p>15.45-16.30</p> <ul style="list-style-type: none"> Aikuisten Venyttely, Nikula-halli Aikuisten Rentouttavat harjoitukset, Voimistelusalii Nuorten KIN-ball, Jari Litmanen -keinonurmikenttä 1 Lasten Live Cluedo sisällä Vimpulat 	<p>15.45-16.30</p> <ul style="list-style-type: none"> Aikuisten Liikkuvuusharjoittelu, Liikuntahalli 1 Aikuisten FasciaMe, Voimistelusalii Nuorten Ulkopelit Lasten Musiikkiliikunta, Nikula-halli Vimpulat 	<p>16.00-17.00</p> <ul style="list-style-type: none"> Aikuisten Foam Roller, Tanssistudio Aikuisten Jousiammunta, Nikula-halli Nuorten Kehonhuolto, Liikuntahalli 1 Lasten KIN-ball, Jari Litmanen -keinonurmikenttä 1 Vimpulat 	<p>15.45-16.30</p> <ul style="list-style-type: none"> Koko porukan PajuBattle kiinalaisten kanssa, lähtö starttiaulasta Aikuisten Balance, Voimistelusalii Vimpulat 	<p>Turvallista kotimatkaa ja tervetuloa uudelleen!</p>
<p>16.00-18.00 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>18.00-18.45 Koko porukan tutustumisliikunta, Voimistelusalii</p> <p>19.00-20.00 Omatoimiset pelit, Liikuntahalli 1-2</p> <p>18.00-21.30 Rantasaunat</p> <p>20.00-20.30 Iltapala, Iso-Kukkanen</p>	<p>18.00-19.00 Perheuinti I, Uimahalli</p> <p>19.00-20.00 Omatoimiset pelit, Liikuntahalli 1-2</p> <p>19.30-20.30 Perheuinti II, Uimahalli</p> <p>18.00-21.30 Rantasaunat</p> <p>20.00-20.30 Iltapala, Iso-Kukkanen</p>	<p>18.00-20.30 Iltainti (erillinen hinta), Uimahalli</p> <p>19.00-20.00 Omatoimiset pelit, Liikuntahalli 1-2</p> <p>18.00-21.30 Rantasaunat</p> <p>20.00-20.30 Iltapala, Iso-Kukkanen</p>	<p>18.00-19.00 Perheuinti I, Uimahalli</p> <p>19.00-20.00 Omatoimiset pelit, Liikuntahalli 1-2</p> <p>19.30-20.30 Perheuinti II, Uimahalli</p> <p>18.00-21.30 Rantasaunat</p> <p>20.00-20.30 Iltapala, Iso-Kukkanen</p>	<p>18.00-20.30 Iltainti (erillinen hinta), Uimahalli</p> <p>19.00-20.00 Omatoimiset pelit, Liikuntahalli 1-2</p> <p>18.00-21.30 Rantasaunat</p> <p>20.00-20.30 Iltapala, Iso-Kukkanen</p>	<p>18.00-19.00 Perheuinti I, Uimahalli</p> <p>19.00-20.00 Omatoimiset pelit, Liikuntahalli 1-2</p> <p>19.30-20.30 Perheuinti II, Uimahalli</p> <p>18.00-21.30 Rantasaunat</p> <p>20.00-20.30 Iltapala, Iso-Kukkanen</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>