

SUNNUNTAI	MAANANTAI	TIISTAI	KESKIVIIKKO	TORSTAI	PERJANTAI	LAUANTAI	SUNNUNTAI
<p>Tervetuloa Pajulahteen!</p> <ul style="list-style-type: none"> Aikuiset kokoontuvat merkittävään liikuntatilaan. Nuorten, 11-16-vuotiaiden kokoontuminen vastaanoton aulassa. Nuorten, 9-10-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>7:15-9:30 Aamiainen</p>	<p>6.30-7:50 Aamu-uinti, Uimahalli 7:15-9:30 Aamiainen</p>	<p>7:15-9:30 Aamiainen</p>	<p>6.30-7:50 Aamu-uinti, Uimahalli 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 Kehonhallinta, Voimistelusalali Nuorten ja Nuorten Tankofutis, Pajulahti-halli Lasten Tutustumispelit, Palloilusali 1 Vimpulat <p>11:15-12.00</p> <ul style="list-style-type: none"> Perheinti I, Uimahalli <p>11.30-13.00</p> <ul style="list-style-type: none"> Omatoinen e-urheilu, ATK-luokka <p>12.30-13.15</p> <ul style="list-style-type: none"> Perheinti II, Uimahalli 	<p>9.30-11.00</p> <ul style="list-style-type: none"> Koko porukan Geokätköily, lähtö Starttiaulasta Aikuisten Kunnonjumppa 2x40min, Tanssistudio Aikuisten Barre 2x40min, Voimistelusalili Vimpulat <p>11:15-12.00</p> <ul style="list-style-type: none"> Perheinti I, Uimahalli <p>11.30-13.00</p> <ul style="list-style-type: none"> Omatoinen e-urheilu, ATK-luokka <p>12.30-13.15</p> <ul style="list-style-type: none"> Perheinti II, Uimahalli 	<p>9.30-11.00</p> <ul style="list-style-type: none"> Aikuisten Crossfunc 2x40 min, Voimistelusalili Aikuisten HIIT 2x40 min, Tanssistudio Nuorten Uinti, Uimahalli Nuorten Jousiammunta, Nikula-halli Lasten Mailapelit, Palloilusali 1-2 Vimpulat <p>11:15-12.00</p> <ul style="list-style-type: none"> Perheinti I, Uimahalli <p>11.30-13.00</p> <ul style="list-style-type: none"> Omatoinen e-urheilu, ATK-luokka <p>12.30-13.15</p> <ul style="list-style-type: none"> Perheinti II, Uimahalli 	<p>9.30-11.00</p> <ul style="list-style-type: none"> Koko porukan Pihapelit, lähtö Starttiaulasta Aikuisten Vesijumppa ja uinti, Uimahalli Aikuisten Hiihtotreeni, lähtö Starttiaulasta Vimpulat <p>11:15-12.00</p> <ul style="list-style-type: none"> Perheinti I, Uimahalli <p>11.30-13.00</p> <ul style="list-style-type: none"> Omatoinen e-urheilu, ATK-luokka <p>12.30-13.15</p> <ul style="list-style-type: none"> Perheinti II, Uimahalli 	<p>9.30-11.00</p> <ul style="list-style-type: none"> Aikuisten Rennot rytmit 2x40 min, Tanssistudio Aikuisten Core 2x40 min, Voimistelusalili Nuorten Tennis, Tennishallin kentät 1-2 Nuorten Seinäkiipeily, Nikula-halli Lasten Dodge ball, Palloilusali 1 Vimpulat <p>11:15-12.00</p> <ul style="list-style-type: none"> Perheinti I, Uimahalli <p>11.30-13.00</p> <ul style="list-style-type: none"> Omatoinen e-urheilu, ATK-luokka <p>12.30-13.15</p> <ul style="list-style-type: none"> Perheinti II, Uimahalli 	<p>9.30-11.00</p> <ul style="list-style-type: none"> Koko porukan PajuOlympialaiset ulkona, lähtö Starttiaulasta Aikuisten Pajutreeni, Nikula-halli Vimpulat <p>11:15-12.00</p> <ul style="list-style-type: none"> Perheinti I, Uimahalli <p>12.30-13.15</p> <ul style="list-style-type: none"> Perheinti II, Uimahalli 	<p>9.30-11.00</p> <ul style="list-style-type: none"> Aikuisten Lumikenkäily, lähtö Starttiaulasta Nuorten ja Nuorten Kuplafutis, Pajulahti-halli Lasten Uinti, Uimahalli 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>11.30-13.00 Lounas</p>	<p>11.30-13.30 Lounas</p>
<p>14.00-14.45 Avaus, Luokka 1</p> <p>15.00 Majoittuminen</p> <p>15.45-16.30 Koko porukan tutustumisliikunta, Palloilusali 1</p>	<p>13.30-15.00</p> <ul style="list-style-type: none"> Aikuisten Kuntopiiri, Palloilusali 1 Nuorten Toiminnallinen harjoittelu, Nikula-halli Nuorten Kuntokamppailut, Nikula-halli Lasten Pajubattle, Voimistelusalili Vimpulat 	<p>13.30-15.00</p> <ul style="list-style-type: none"> Aikuisten Seinäkiipeily, Nikula-halli Aikuisten KickSpark, lähtö Starttiaulasta Nuorten Live Cluedo sisällä Nuorten Miekkaily, Palloilusali 1 Lasten PajuHop, Voimistelusalili Vimpulat 	<p>13.30-15.00</p> <ul style="list-style-type: none"> Aikuisten Joukkuepelit, Liikuntahalli 1-2 Aikuisten Mailapeli Combo, Palloilusali 1-2 Nuorten Seinäkiipeily, Nikula-halli Nuorten PajuHop, Voimistelusalili Lasten Lumiliikunta Vimpulat 	<p>13.30-15.00</p> <ul style="list-style-type: none"> Aikuisten Cross Training, Nikula-halli Aikuisten Yleisurheilu, Pajulahti-halli Nuorten Mailapelit, Palloilusali 1-2 Nuorten Uinti, Uimahalli Lasten Seinäkiipeily, Nikula-halli Vimpulat 	<p>13.30-15.00</p> <ul style="list-style-type: none"> Aikuisten Kehonpainoharjoittelu 2x40 min, Nikula-halli Aikuisten Kahvakuula 2x40 min, Nikula-halli Nuorten PajuHop, Voimistelusalili Nuorten Hengenpelastusharjoituksia ja uintia, Uimahalli Lasten Palloilu, Liikuntahalli 1-2 Vimpulat 	<p>13.30-15.00</p> <ul style="list-style-type: none"> Aikuisten Toiminnallinen harjoittelu, Nikula-halli Nuorten ja Nuorten Yleisurheilu, Pajulahti-halli Lasten Akrobatia ja musiikkiliikunta, Voimistelusalili Vimpulat 	<p>12.00 Huoneiden luovutus</p> <p>13.15-14.00 Päätös ja palautteet, Olympia-kabinetti</p>
<p>15.45-16.30</p> <ul style="list-style-type: none"> Aikuisten Pallohieronta, Tanssistudio Nuorten FasciaMethod, Voimistelusalili Nuorten Dodgeball, Palloilusali 1 Lasten Leikkivarjoiliikunta, Palloilusali 2 Vimpulat 	<p>15.45-16.30</p> <ul style="list-style-type: none"> Aikuisten Venyttely, Tanssistudio Aikuisten Vesijumppa, Uimahalli Nuorten Akrobatia, Voimistelusalili Nuorten Live Cluedo sisällä Lasten Mega Twister, Palloilusali 2 Vimpulat 	<p>15.45-16.30</p> <ul style="list-style-type: none"> Aikuisten FasciaMethod (niskahartia), Tanssistudio Aikuisten Jousiammunta, Nikula-halli Nuorten Dodgeball, Palloilusali 1 Nuorten Mega Twister, Palloilusali 2 Lasten Live Cluedo sisällä Vimpulat 	<p>15.45-16.30</p> <ul style="list-style-type: none"> Aikuisten Rentouttavat harjoitukset, Tanssistudio Aikuisten Kehonhuolto, Nikula-halli Nuorten KIN-ball, Liikuntahalli 1-2 Nuorten Palloilu, Palloilusali 1-2 Lasten Sirkustelu, Voimistelusalili Vimpulat 	<p>15.45-16.30</p> <ul style="list-style-type: none"> Aikuisten Foam Roller, Voimistelusalili Aikuisten Liikkuvuusharjoitukset, Nikula-halli Nuorten Miekkaily, Nikula-halli Nuorten Lumipelit Lasten Lumifeikit Vimpulat 	<p>15.45-16.30</p> <ul style="list-style-type: none"> Aikuisten FasciaMethod (lantio), Nikula-halli Nuorten, Nuorten ja Lasten Sisäcurling, Voimistelusalili 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>16.30-19.00 Päivällinen</p>	<p>Lisätiedot: tuomo.nurminen@pajulahti.com</p>
<p>18.00-20.00 Perheinti, Uimahalli</p> <p>18.00-21.30 Rantasaunat ja avanto</p> <p>19.30-21.00 Iltapala</p>	<p>17.45-18.30 Perheinti III, Uimahalli</p> <p>18.00-21.30 Rantasaunat ja avanto</p> <p>18.30-19.30 Omatoiminen liikunta, Palloilusali 1-2</p> <p>18.00-20.30 Perheinti (erillinen hinta), Uimahalli</p> <p>18.00-21.30 Rantasaunat ja avanto</p> <p>19.30-21.00 Iltapala</p>	<p>16.45-17.45 Perheinti III, Uimahalli</p> <p>18.00-19.30 Omatoiminen liikunta, Palloilusali 1-2</p> <p>18.00-20.30 Perheinti (erillinen hinta), Uimahalli</p> <p>18.00-21.30 Rantasaunat ja avanto</p> <p>19.30-21.00 Iltapala</p>	<p>16.45-17.45 Perheinti III, Uimahalli</p> <p>17.45-18.30 Omatoiminen liikunta, Palloilusali 1-2</p> <p>18.00-20.30 Perheinti (erillinen hinta), Uimahalli</p> <p>18.00-21.30 Rantasaunat ja avanto</p> <p>19.30-21.00 Iltapala</p>	<p>17.45-18.30 Perheinti III, Uimahalli</p> <p>18.00-21.30 Rantasaunat ja avanto</p> <p>18.30-19.30 Omatoiminen liikunta, Palloilusali 1-2</p> <p>19.30-21.00 Iltapala</p>	<p>18.00-18.45 Perheinti III, Uimahalli</p> <p>19.00-21.00 Perheinti (erillinen hinta), Uimahalli</p> <p>18.00-21.30 Rantasaunat ja avanto</p> <p>19.30-21.00 Iltapala</p>	<p>Liikuntakeskus Pajulahti Pajulahdentie 167 15560 Nastola puh. 03 885 511</p> <p>www.pajulahti.com</p>	