



MAANANTAI	TIISTAI	KESKIVIIKKO	TORSTAI	PERJANTAI	LAUANTAI	SUNNUNTAI
<p>17.15 - 18.15 CROSS TRAINING, Nikula-halli</p> <p>10€ / kerta. Opiskelija- ja eläkeläisalennus on 50%. Ohjaajina Pajulahden liikunnanohjaajat.</p>	<p>18.00 - 20.30 ILTAUINTI, Uimahalli</p> <p>0-15v, opiskelijat ja eläkeläiset 3.50€. 16v. ja yli 6.50€</p> <p>HUOM! 19.10 ei ole iltaintia</p> <p>Vuosihuollon aikana (28.11-15.12) ei ole uimahalli auki.</p>	<p>17.15 - 18.15 SEINÄKIIPEILY, Nikula-halli</p> <p>10€ / kerta. Kiipeilytunti on tarkoitettu 8-vuotiaista aikuisiin. Ohjaajina Pajulahden liikunnanohjaajat.</p> <p>HUOM! 20.10, 1.12 ja 8.12 ei ole kiipeilyä.</p>	<p>17.15 - 18.15 KAHVAKUULA, Nikula-halli</p> <p>10€ / kerta. Opiskelija- ja eläkeläisalennus on 50%. Ohjaajina Pajulahden liikunnanohjaajat.</p>	<p>Pajulahdesta saa myös edulliset INBODY- testaukset ja PERSONAL TRAINING -palvelut mille viikonpäivälle tahansa</p> <p>Ota yhteyttä: tuomo.nurminen@pajulahti.com</p> <p>044-7755369</p>	<p>19.00 - 21.00 ILTAUINTI, Uimahalli</p> <p>0-15v, opiskelijat ja eläkeläiset 3.50€. 16v. ja yli 6.50€</p> <p>HUOM! Vuosihuollon aikana (28.11-15.12) ei ole uimahalli auki.</p>	<p>Pajulahden liikunnalliset syntymäpäivät ovat lasten suosiossa ympäri vuoden.</p>
	<p>18.30 - 19.30 KUNTOKOULU, Tanssistudio</p> <p>10€ / kerta. Opiskelija- ja eläkeläisalennus on 50%. Ohjaajina Pajulahden opiskelijat.</p> <p>HUOM! 5.10 tilana voimistelusalii 26.10 ei ole kuntokoulua 7.12 tilana kuntosalii</p> <p>Lämminvesipäivät uimahallissamme: ti 2.11 klo 15-20.30 ti 23.11 klo 15-20.30</p>	<p>19.00 - 19.45 VESIJUMPPA, Uimahalli + vapaata uintia klo 20:30 saakka</p> <p>10€ / kerta. Opiskelija- ja eläkeläisalennus on 50%. Ohjaajina Pajulahden liikunnanohjaajat.</p> <p>HUOM! Viimeinen kerta 24.11.</p>	<p>18.00 - 20.30 ILTAUINTI, Uimahalli</p> <p>0-15v, opiskelijat ja eläkeläiset 3.50€. 16v. ja yli 6.50€</p> <p>HUOM! 21.10 ei ole iltaintia</p> <p>Vuosihuollon aikana (28.11-15.12) ei ole uimahalli auki.</p>			

Lisätiedot:
Liikunnanohjaajien tunneista - tuomo.nurminen@pajulahti.com
Opiskelijoiden tunneista - janne.piiitulainen@pajulahti.com

Liikuntakeskus Pajulahti
Pajulahdentie 167
15560 Nastola
puh. 03 885 511