

KESKIVIIKKO	TORSTAI	PERJANTAI	LAUANTAI	SUNNUNTAI	MAANANTAI	TIISTAI	
	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	7.15-9.30 Aamiainen	
<p>Tervetuloa Pajulahteen!</p> <ul style="list-style-type: none"> Aikuiset kokoontuvat merkittävään liikuntatilaan. Ulkoliikuntoihin lähtö starttiaulasta. Nuorten, 13-17 -vuotiaiden kokoontuminen vastaanoton aulassa. Lasten 9-12 -vuotiaiden kokoontuminen lehtien lukuaulassa. 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>9.30-11.00</p> <ul style="list-style-type: none"> Alueeseen ja toisiin tutustuminen, GPS-laitteiden ja geokätköilyn opettelua, lähtö Starttiaulasta Vimpulat 	<p>8.30-9.15</p> <ul style="list-style-type: none"> Aikuisten Aamuherätely, Tanssistudio Aikuisten Bingo, Auditorio Joulukuusen haku, lähtö Starttiaulasta <p>9.30-11.00</p> <ul style="list-style-type: none"> Aikuisten Joulujumppa, Tanssistudio Aikuisten Rentousharjoitukset, Voimistelusal Koko porukan vesitouhut, Uimahalli Koko porukan pihapelit, lähtö Starttiaulasta 	<p>9.30-11.00</p> <ul style="list-style-type: none"> Aikuisten Lumikenkäily, lähtö Starttiaulasta Aikuisten Joukkuepelit, Palloilusal 1-2 Nuorten Seinäkiipeily, Nikula-halli Lasten Lumipelit Lasten PajuHop, Voimistelusal Vimpulat 	<p>10.00-11.30</p> <ul style="list-style-type: none"> Koko porukan Tapanin rieha, Jäähallin parkkipaikka Luistelua Jäähallissa Aikuisten HIIT, Palloilusal 2 Vimpulat 	<p>9.30-11.00</p> <ul style="list-style-type: none"> Aikuisten Hiihto, lähtö Starttiaulasta Nuorten ja Lasten Pallopelit, Palloilusal 1-2 Lasten Musiikkiliikunta, Tanssistudio Vimpulat 	<p>9.30-11.00</p> <ul style="list-style-type: none"> Aikuisten Kunnanjumppa, Tanssistudio Nuorten ja Lasten Mailapelit, Palloilusal 1-2 Lasten Tempurata ja sisäleikit, Voimistelusal Vimpulat 	
		11.00-13.30 Lounas	11.00-13.00 Joulupuuro	11.00-13.30 Lounas	11.00-13.30 Lounas	11.00-13.30 Lounas	12.00 Huoneiden luovutus
		<p>13.30-15.00</p> <ul style="list-style-type: none"> Aikuisten Toiminnallinen harjoittelu, Nikula-halli Aikuisten FasciaMethod, Voimistelusal Nuorten Hengenpelastusharjoituksia, Uimahalli Lasten ja Lasten Vesipelit, Uimahalli Vimpulat 	<p>11.00-11.45</p> <p>Joulukuusen koristelua vastaanotossa</p> <p>11.45-12.15</p> <p>Joulurauhan julistuksen katsominen, Auditorio</p> <p>13.00-15.00</p> <p>Koko porukan ulkoliikunta, lähtö Starttiaulasta</p> <p>Lasten joulupiparien koristelu, Fanni</p>	<p>13.30-15.00</p> <ul style="list-style-type: none"> Aikuisten Kunnontreeni, Palloilusal 1 Aikuisten Kuntosali, päärakennuksen kuntosali Aikuisten Seinäkiipeily, Nikula-halli Nuorten Uinti, Uimahalli Lasten Uinti, Uimahalli Lasten Uinti, Uimahalli Vimpulat 	<p>13.30-15.00</p> <ul style="list-style-type: none"> Aikuisten CrossFunc, Voimistelusal Aikuisten Kehonpainoharjoittelu, Nikula-halli Nuorten ja Lasten Jousiammunta, Nikula-halli Lasten Seinäkiipeily, Nikula-halli Vimpulat 	<p>13.30-15.00</p> <ul style="list-style-type: none"> Aikuisten Vesijuoksu ja uinnintekniikka, Uimahalli Nuorten ja Lasten PajuHop, Voimistelusal Lasten Bounce Ball, Palloilusal 1-2 Vimpulat 	<p>12.15-13.00 Lounas ja päätös sekä palautteet, Olympia-kabinetti</p>
<p>14.00-14.45</p> <p>Loman avaus, Luokka Haavisto</p> <ul style="list-style-type: none"> Pajulahti -info Päivitetyn lomaohjelman läpikäynti Tervetulooglögi <p>15.00</p> <p>Majoittuminen</p>	<p>15.45-16.30</p> <ul style="list-style-type: none"> Aikuisten Venyttelyt, Tanssistudio Aikuisten Liikkuvuusharjoittelu, Nikula-halli Nuorten ja Lasten Mega Twister, Palloilusal 1 Lasten Tempurata, Voimistelusal Vimpulat 	<p>16.00-16.45</p> <ul style="list-style-type: none"> Joulujuhla, Iso-Kukkanen 	<p>15.45-16.30</p> <ul style="list-style-type: none"> Aikuisten Foam Roller, Palloilusal 2 Aikuisten Kehonhuolto, Tanssistudio Nuorten Ilmavolttipatja, Voimistelusal Lasten Seinäkiipeily, Nikula-halli Lasten Ulkopelit Vimpulat 	<p>15.45-16.30</p> <ul style="list-style-type: none"> Aikuisten Venyttelyt, Tanssistudio Nuorten ja Lasten Kuntokampailut, Nikula-halli Lasten Sirkustelu, Voimistelusal Vimpulat 	<p>15.45-16.30</p> <ul style="list-style-type: none"> Aikuisten Rentousharjoitus, Tanssistudio Nuorten ja Lasten Dodge ball, Palloilusal 2 Lasten Ulkoleikit Vimpulat 	<p>Turvallista kotimatkaa ja tervetuloa uudelleen!</p> <p>Lisätiedot: tuomo.nurminen@pajulahti.com</p> <p>Liikuntakeskus Pajulahti Pajulahdentie 167 15560 Nastola puh. 03 885 511</p>	
16.30-17.15 Päivällinen	16.30-17.15 Päivällinen	16.45-19.00 Jouluaateria	16.30-19.00 Päivällinen	16.30-19.00 Päivällinen	16.30-19.00 Päivällinen		
<p>17.30-18.15</p> <p>Perheiden yhteinen liikunnallinen tutustuminen, Nikula-halli</p> <p>18.15-19.00</p> <p>Perheuinti, Uimahalli</p> <p>19.30-20.30 Iltapala</p> <p>20.00-21.30 Rantasaunat</p>	<p>19.00-20.30</p> <p>Lasten joulupiparien leivonta, Fanni</p> <p>Omatoiminen uintivuoro, Uimahalli</p> <p>19.30-21.00</p> <p>Iltapala</p> <p>20.00-22.00</p> <p>Rantasaunat</p>	<p>20.00-22.00</p> <p>Rantasaunat</p> <p>19.30-21.00</p> <p>Iltapala</p>	<p>19.30-21.00</p> <p>Iltapala</p> <p>20.00-22.00</p> <p>Rantasaunat</p>	<p>19.30-21.00</p> <p>Iltapala</p> <p>20.00-22.00</p> <p>Rantasaunat</p>	<p>18.30-19.30</p> <p>Perheuinti, Uimahalli</p>		
						<p>www.pajulahti.com</p>	