



MAANANTAI	TIISTAI	KESKIVIIKKO	TORSTAI	PERJANTAI	LAUANTAI	SUNNUNTAI
<p>17.15 - 18.15 CROSS TRAINING, Nikula-halli</p> <p>171€ / kausi. Kausi sisältää 19 kertaa. Opiskelija- ja eläkeläisalennus on 50%. Ohjaajina Pajulahden liikunnanohjaajat.</p> <hr/> <p>18.00 - 18.45 VESIJUMPPA, Uimahalli + vapaata uintia klo 19:30 saakka</p> <p>117€ / kausi. Kausi sisältää 13 kertaa. Opiskelija- ja eläkeläisalennus on 50%. Ohjaajina Pajulahden liikunnanohjaajat.</p> <p>HUOM!</p> <p>5.9 jumppa klo 17.45-18.30, vapaata uintia klo 17-17.45 12.9 ei ole jumppaa 19.9 jumppa klo 18.15-19, vapaata uintia klo 19-19.45 26.9 jumppa klo 17.45-18.30, vapaata uintia klo 17-17.45 17.10 ei ole jumppaa 25.10 ei ole jumppaa 5.12 ei ole jumppaa 12.12 ei ole jumppaa 19.12 ei ole jumppaa</p>	<p>18.00 - 20.30 ILTAUINTI, Uimahalli</p> <p>0-15v, opiskelijat ja eläkeläiset 3.50€. 16v. ja yli 6.50€</p> <hr/> <p>18.30 - 19.30 KUNTOKOULU, Tanssistudio</p> <p>84€ / kausi. Kausi sisältää 13 kertaa. Opiskelija- ja eläkeläisalennus on 50%. Ohjaajina Pajulahden opiskelijat.</p> <p>HUOM!</p> <p>Ensimmäinen kerta 6.9!</p> <p>6.9. Nikula-hallissa 13.9 Nikula-hallissa 20.9 Nikula-hallissa 25.10 ei kuntokoulua 1.11 Nikula-hallissa 6.12 ei kuntokoulua</p> <hr/> <p>13.12 on viimeinen kerta</p> <hr/> <p>Lämminvesipäivät uimahallissamme: ti 6.9 klo 16-21 ti 8.11 klo 15-21</p>	<p>18.00 - 18.45 VESIJUMPPA, Uimahalli + vapaata uintia klo 19:30 saakka</p> <p>117€ / kausi. Kausi sisältää 13 kertaa. Opiskelija- ja eläkeläisalennus on 50%. Ohjaajina Pajulahden liikunnanohjaajat.</p> <p>HUOM!</p> <p>24.8 jumppa klo 18.15-19, vapaata uintia klo 19-19.45 31.8 jumppa klo 19.30-20.15, vapaata uintia klo 20.15-21 7.9 jumppa klo 17.45-18.30, vapaata uintia klo 17-17.45 14.9. ei ole jumppaa 21.9. jumppa klo 18.15-19, vapaata uintia klo 19-19.45 28.9 jumppa klo 17.45-18.30, vapaata uintia klo 17-17.45 19.10 ei ole jumppaa 26.10 ei ole jumppaa 7.12 ei ole jumppaa 14.12 ei ole jumppaa 21.12 ei ole jumppaa</p>	<p>17.15 - 18.15 KAHVAKUULA, Nikula-halli</p> <p>171€ / kausi. Kausi sisältää 19 kertaa. Opiskelija- ja eläkeläisalennus on 50%. Ohjaajina Pajulahden liikunnanohjaajat.</p> <hr/> <p>18.00 - 20.30 ILTAUINTI, Uimahalli</p> <p>0-15v, opiskelijat ja eläkeläiset 3.50€. 16v. ja yli 6.50€</p>	<p>Pajulahdesta saa myös edulliset INBODY-testaukset ja PERSONAL TRAINING -palvelut mille viikonpäivälle tahansa</p> <p>Ota yhteyttä: tuomo.nurminen@pajulahti.com 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! 20.8. ei ole iltaintia</p>	<p>Pajulahden liikunnalliset syntymäpäivät ovat lasten suosiossa ympäri vuoden ja mahdollisia joka päivä sopimuksen mukaan. Varsinkin uimahallisynttärarit ovat olleet erityisen kivoja.</p> <hr/> <p>Lisätiedot: Liikunnanohjaajien tunneista - tuomo.nurminen@pajulahti.com Opiskelijoiden tunneista - janne.piiitulainen@pajulahti.com</p> <p>Liikuntakeskus Pajulahti Pajulahdentie 167 15560 Nastola puh. 03 885 511</p>