

| Maanantai | Tiistai | Keskiviikko | Torstai | Perjantai | Lauantai |
|---|--|---|---|--|---|
| <p>ALUSTAVA OHJELMA</p> <p>LOMAOHJELMA PÄIVITTYY LÄHEMPÄNÄ AJANKOHTAA</p> <p>Tervetuloa Pajulahteen!</p> <ul style="list-style-type: none"> Aikuiset kokoontuvat merkittyy liikuntatilaan. Ulkoliikuntoihin lähtö Starttiaulasta Nuorten 13-16, -vuotiaiden kokoontuminen vastaanoton aulassa Nuorten, 10-12-vuotiaiden kokoontuminen Lehtienlukuaulassa. Lasten, 6-9-vuotiaiden kokoontuminen starttiaulassa. Vimpulat, 3-5-vuotiaat kokoontuvat Piikkupajussa. Ovet aukeavat 15 min ennen ja sulkeutuvat 15 min jälkeen merkityn ajan. <p>Tavanomaiset liikuntavälineet maksutta.</p> <p>14.15-15.00 Tervetuloinfo, Auditorio * Pajulahden esittely * Lomaohjelman esittely</p> <p>15.00 Majoittuminen</p> <p>15.45-16.30 Tutustumisliikunta, Liikuntahalli</p> <p>16.30-18.00 Päivällinen</p> <p>18.00-19.00 Uinti, Uimahalli</p> <p>18.00-22.00 Rantasaunat</p> <p>19.00-20.30 Omatoimiset pelailut, Liikuntahalli 1-2</p> <p>19.30-21.00 Iltapala</p> | <p>7.15-9.30 Aamiainen</p> <p>9.30-11.00</p> <ul style="list-style-type: none"> Koko perheen pihapelit, minigolf ja frisbeegolf, lähtö Starttiaulasta Vimpulat <p>11.00-13.30 Lounas + pienten lepo</p> <p>13.30-15.00</p> <ul style="list-style-type: none"> Aikuisten Cross training, Nikula-halli Aikuisten Ulkotreeni, lähtö Starttiaulasta Nuorten Dodgeball ja Fastscoop, Palloilusali Nuorten Seinäkiipeily, Nikula-halli Lasten Temppurata ja telinevoimistelu, Voimistelusal Vimpulat <p>16.45-17.30</p> <ul style="list-style-type: none"> Aikuisten Venyttelyt, Voimistelusal Aikuisten FasciaMethod, Tanssistudio Nuorten Joukkuepelit ulkona, Jari Litmanen -keinoonurmikenttä Nuorten MegaTwister, Palloilusali 2 Lasten Tutustumisliikunta, Palloilusali 1 Vimpulat <p>17.30-19.00 Päivällinen</p> <p>18.00-19.30 Omatoimiset pelailut, Liikuntahalli 1-2</p> <p>18.00-19.00 Uinti I, Uimahalli</p> <p>18.00-22.00 Rantasaunat</p> <p>19.30-20.30 Uinti II, Uimahalli</p> <p>19.30-21.00 Iltapala</p> | <p>7.15-9.30 Aamiainen</p> <p>9.30-11.00</p> <ul style="list-style-type: none"> Koko perheen Geokätköily tai valokuvasuunnistus, lähtö Starttiaulasta Vimpulat <p>11.00-13.30 Lounas + pienten lepo</p> <p>12.00-13.00 Uinti I, Uimahalli</p> <p>13.30-15.00</p> <ul style="list-style-type: none"> Aikuisten Balance, Voimistelusal Aikuisten Kahvakuula, Nikula-halli Nuorten Kuplafutis, Pajulahti-halli Nuorten Jousiammunta, Nikula-halli Lasten Seinäkiipeily, Nikula-halli Vimpulat <p>15.45-16.30</p> <ul style="list-style-type: none"> Aikuisten Liikkuvuusharjoittelu, Nikula-halli Aikuisten FasciaMethod, Tanssistudio Nuorten Cross training, Nikula-halli Nuorten Bounceball, Palloilusali 1 Lasten Ulkopelit Vimpulat <p>16.30-19.00 Päivällinen</p> <p>17.30-19.00 Omatoimiset pelailut, Liikuntahalli 1-2</p> <p>18.00-19.00 Uinti II, Uimahalli</p> <p>18.00-22.00 Rantasaunat</p> <p>19.30-21.00 Iltapala</p> | <p>7.15-9.30 Aamiainen</p> <p>9.30-11.00</p> <ul style="list-style-type: none"> Aikuisten Jousiammunta 2x40min, Nikula-halli Aikuisten Ulkojumppa 2x40min, Tanssistudio Nuorten Seinäkiipeily, Nikula-halli Nuorten Pajubattle ja telinevoimistelu, Voimistelusal Lasten Palloilu, Palloilusali Vimpulat <p>11.00-13.30 Lounas + pienten lepo</p> <p>13.30-15.00</p> <ul style="list-style-type: none"> Koko perheen Yleisurheilu, Pajulahti-halli Vimpulat <p>15.45-16.30</p> <ul style="list-style-type: none"> Aikuisten Foamroller, Palloilusali 1 Aikuisten Kehonhuolto ulkona, lähtö Starttiaulasta Nuorten Dodgeball, Liikuntahalli 1 Nuorten Live Cluedo sisällä Lasten Ulkoleikit Vimpulat <p>16.30-19.00 Päivällinen</p> <p>18.00-19.00 Uinti I, Uimahalli</p> <p>18.00-22.00 Rantasaunat</p> <p>19.30-20.30 Uinti II, Uimahalli</p> <p>19.30-21.00 Iltapala</p> | <p>7.15-9.30 Aamiainen</p> <p>8.00-10.00 Uinti I, Uimahalli</p> <p>9.30-11.00</p> <ul style="list-style-type: none"> Koko perheen Joukkuepelit, Jari Litmanen-kenttä Vimpulat <p>11.00-13.30 Lounas + pienten lepo</p> <p>13.30-15.00</p> <ul style="list-style-type: none"> Aikuisten Joukkuepelit, Jari Litmanen-kenttä Nuorten Tankofutis, Pajulahti-halli Nuorten PajuHop, Voimistelusal Lasten Megatwister ja musiikki liikunta, Palloilusali Vimpulat <p>15.45-16.30</p> <ul style="list-style-type: none"> Aikuisten Kehonhuolto, Palloilusali 2 Nuorten Ulkopelit Nuorten Vesipelit, Uimahalli Lasten Dodgeball, Palloilusali 1 Vimpulat <p>16.30-19.00 Päivällinen</p> <p>18.30-20.00 Uinti II, Uimahalli</p> <p>18.00-22.00 Rantasaunat</p> <p>19.30-21.00 Iltapala</p> | <p>7.15-9.30 Aamiainen</p> <p>9.30-11.00</p> <ul style="list-style-type: none"> Koko perheen PajuOlympialaiset, Jari Litmanen-kenttä Vimpulat <p>12.00 Huoneiden luovutus</p> <p>12.00-12.45 Päätös ja palautteet, Saari-kabinetti</p> <p>11.00-13.30 Lounas</p> <p>Kiitos, kun kävit!</p> <p>Turvallista kotimatkaa ja tervetuloa uudelleen!</p> |

Liikuntakeskus Pajulahti
Pajulahdentie 167
15560 Nastola
puh. 03 885 511