

SUNNUNTAI	MAANANTAI	TIISTAI	KESKIVIIKKO	TORSTAI	PERJANTAI	LAUANTAI
<p>Tervetuloa Pajulahteen!</p> <ul style="list-style-type: none"> <li><b>Aikuiset</b> kokoontuvat merkittävään liikuntatilaan.</li> <li><b>Nuorten 13-16-vuotiaiden</b> kokoontuminen vastaanoton aulassa</li> <li><b>Nuorten, 10-12-vuotiaiden</b> kokoontuminen Lehtienlukulassa.</li> <li><b>Lasten, 6-9-vuotiaiden</b> kokoontuminen Starttiaulassa.</li> <li><b>Vimpulat, 3-5-vuotiaat</b> kokoontuvat Pikkupajussa. Ovet aukeavat 15 min ennen ja sulkeutuvat 15 min jälkeen merkityn ajan.</li> </ul> <p>Aikuisten ohjelmiin, koko porukan ohjelmiin sekä uinteihin ilmoittautumiset Starttiaulassa</p>	<p><b>7:15-9:30</b> Aamiainen</p> <p><b>9.30-11.00</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Koko porukan Geokätköily, lähtö Starttiaulasta</li> <li><b>Vimpulat</b></li> </ul> <p><b>11.15-12.15</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Perheuinti I, Uimahalli</li> </ul> <p><b>12.15-13.15</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Perheuinti II, Uimahalli</li> </ul>	<p><b>7:15-9:30</b> Aamiainen</p> <p><b>9.30-11.00</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Koko porukan PajuBattle ulkona, lähtö Starttiaulasta</li> <li><b>Vimpulat</b></li> </ul> <p><b>11.15-12.00</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Perheuinti I, Uimahalli</li> </ul> <p><b>12.00-12.45</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Perheuinti II, Uimahalli</li> </ul>	<p><b>7:15-9:30</b> Aamiainen</p> <p><b>8.00-9.00</b></p> <p>Aamu-uinti, Uimahalli</p> <p><b>9.30-11.00</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Koko porukan Suunnistus ja valokuvasuunnistus, lähtö Starttiaulasta</li> <li><b>Vimpulat</b></li> </ul> <p><b>11.15-12.00</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Perheuinti I, Uimahalli</li> </ul> <p><b>12.00-12.45</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Perheuinti II, Uimahalli</li> </ul>	<p><b>7:15-9:30</b> Aamiainen</p> <p><b>9.30-11.00</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Koko porukan Minigolf, Frisbeegolf ja pihapelit, lähtö Starttiaulasta</li> <li><b>Vimpulat</b></li> </ul> <p><b>11.15-12.00</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Perheuinti I, Uimahalli</li> </ul> <p><b>12.00-12.45</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Perheuinti II, Uimahalli</li> </ul>	<p><b>7:15-9:30</b> Aamiainen</p> <p><b>8.00-9.00</b></p> <p>Aamu-uinti, Uimahalli</p> <p><b>9.30-11.00</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Koko perheen PajuGames, lähtö Starttiaulasta</li> </ul> <p><b>11.15-12.15</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Perheuinti I, Uimahalli</li> </ul> <p><b>12.15-13.15</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Perheuinti II, Uimahalli</li> </ul>	<p><b>7:15-9:30</b> Aamiainen</p> <p><b>9.30-11.00</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Koko porukan PajuOlympialaiset, Palloilusali 1-2</li> <li><b>Vimpulat</b></li> </ul>
	<p><b>11.00-13.30</b> Lounas</p> <p><b>13.30-15.00</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li><b>Aikuisten</b> Kuntokamppailut, Nikula-halli</li> <li><b>Nuorten</b> Cross training, Nikula-halli</li> <li><b>Nuorten</b> Pallo- ja mailapelit, Liikuntahalli</li> <li><b>Lasten</b> Dodgeball ja sisäleikit, Palloilusali 1</li> <li><b>Vimpulat</b></li> </ul>	<p><b>11.00-13.30</b> Lounas</p> <p><b>13.00-15.00</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li><b>Aikuisten</b> Rennot rytmit 2x55min, Tanssistudio</li> <li><b>Aikuisten</b> Cross training 2x55min, Nikula-halli</li> <li><b>Nuorten</b> Jousiammunta ja kuntokamppailut, Nikula-halli</li> <li><b>Nuorten</b> Seinäkiipeily, Nikula-halli</li> <li><b>Lasten</b> Tempurata ja Sirkustelu, Voimistelusal</li> <li><b>Vimpulat</b></li> </ul>	<p><b>11.00-13.30</b> Lounas</p> <p><b>13.00-15.00</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li><b>Aikuisten</b> FasciaMethod liikehallinta 2x55min, Tanssistudio</li> <li><b>Aikuisten</b> Kahvakuula 2x55min, Nikula-halli</li> <li><b>Nuorten</b> Kuplafutis, Pajulahti-halli</li> <li><b>Nuorten</b> Jousiammunta, Nikula-halli</li> <li><b>Lasten</b> Seinäkiipeily, Nikula-halli</li> <li><b>Vimpulat</b></li> </ul>	<p><b>11.00-13.30</b> Lounas</p> <p><b>13.00-15.00</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li><b>Aikuisten</b> Cross training 2x55min, Nikula-halli</li> <li><b>Aikuisten</b> Ulkotreeni 2x55min, lähtö Starttiaulasta</li> <li><b>Nuorten</b> Seinäkiipeily, Nikula-halli</li> <li><b>Nuorten</b> PajuBattle ja PajuHop, Voimistelusal</li> <li><b>Lasten</b> Pallopelit- ja leikit, Palloilusali 1</li> <li><b>Vimpulat</b></li> </ul>	<p><b>11.30-13.30</b> Lounas</p> <p><b>13.30-15.00</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li><b>Aikuisten</b> Seinäkiipeily, Nikula-halli</li> <li><b>Nuorten</b> Kuntokamppailut, Nikula-halli</li> <li><b>Nuorten</b> Live Among Us, Voimistelusal</li> <li><b>Lasten</b> Musiikkiliikunta ja MegaTwister, Tanssistudio</li> <li><b>Vimpulat</b></li> </ul>	<p><b>11.00-13.30</b> Lounas</p> <p><b>12.00</b> Huoneiden luovutus</p> <p><b>12.30-13.15</b> Päätös ja palautteet, Saarikabinetti</p>
<p><b>14.00-14.45</b> Avasinfo, Luokka Haavisto</p> <p><b>15.00</b> Majoittuminen</p> <p><b>15.45-16.30</b> Tutustumisliikunta, Palloilusali 1</p>	<p><b>15.45-16.30</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li><b>Aikuisten</b> FasciaMethod, Tanssistudio</li> <li><b>Aikuisten</b> Liikkuvuusharjoittelu, Liikuntahalli</li> <li><b>Nuorten</b> MegaTwister, Palloilusali 1</li> <li><b>Nuorten</b> Joukkuepelit, Jari Litmanen -kenttä</li> <li><b>Lasten</b> Tempurata, Voimistelusal</li> <li><b>Vimpulat</b></li> </ul>	<p><b>15.45-16.30</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li><b>Aikuisten</b> Keppijumppa, Nikula-halli</li> <li><b>Aikuisten</b> Kehonhuolto, Tanssistudio</li> <li><b>Nuorten</b> Mailapelit, Liikuntahalli</li> <li><b>Nuorten</b> Kaupunkisota, Voimistelusal</li> <li><b>Lasten</b> Ulkoliikunta</li> <li><b>Vimpulat</b></li> </ul>	<p><b>15.45-16.30</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li><b>Aikuisten</b> Venyttelyt, Voimistelusal</li> <li><b>Aikuisten</b> Balance, Tanssistudio</li> <li><b>Nuorten</b> Joukkuepelit, Jari Litmanen-kenttä</li> <li><b>Nuorten</b> Live Cluedo sisällä</li> <li><b>Lasten</b> Nassikkapaini, Nikula-halli</li> <li><b>Vimpulat</b></li> </ul>	<p><b>16.00-17.00</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li><b>Aikuisten</b> Vesijumppa, Uimahalli</li> <li><b>Aikuisten</b> Kehonhuolto ja rentoutus, Tanssistudio</li> <li><b>Nuorten</b> Bounceball, Palloilusali 2</li> <li><b>Nuorten</b> Joukkuepelit, Jari Litmanen-kenttä</li> <li><b>Lasten</b> PajuBattle, Voimistelusal</li> <li><b>Vimpulat</b></li> </ul>	<p><b>15.45-16.30</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li><b>Aikuisten</b> Venyttelyt, Palloilusali 2</li> <li><b>Nuorten ja Nuorten</b> Kickbike ulkona</li> <li><b>Lasten</b> Pajuhop, Voimistelusal</li> <li><b>Vimpulat</b></li> </ul>	<p>Turvallista kotimatkaa ja tervetuloa uudelleen!</p>
<p><b>16.30-18.00</b> Päivällinen</p>	<p><b>16.30-19.00</b> Päivällinen</p>	<p><b>16.30-19.00</b> Päivällinen</p>	<p><b>16.30-19.00</b> Päivällinen</p>	<p><b>16.30-19.00</b> Päivällinen</p>	<p><b>16.30-19.00</b> Päivällinen</p>	
<p><b>18.00-21.30</b> Rantasaunat</p> <p><b>17.30-18.30</b> Omatoiminen vuoro, Palloilusali 2</p> <p><b>19.30-21.00</b> Iltapala</p>	<p><b>18.00-21.30</b> Rantasaunat</p> <p><b>18.00-19.00</b> Perheuinti, III Uimahalli</p> <p><b>19.30-20.30</b> Perheuinti, IV, Uimahalli</p> <p><b>19.30-21.00</b> Iltapala</p>	<p><b>18.00-21.30</b> Rantasaunat</p> <p><b>18.00-19.00</b> Perheuinti, III Uimahalli</p> <p><b>19.30-20.30</b> Perheuinti, IV, Uimahalli</p> <p><b>19.30-21.00</b> Iltapala</p>	<p><b>18.00-21.30</b> Rantasaunat</p> <p><b>18.00-19.00</b> Perheuinti, III Uimahalli</p> <p><b>19.30-20.30</b> Perheuinti, IV, Uimahalli</p> <p><b>19.30-21.00</b> Iltapala</p>	<p><b>18.00-21.30</b> Rantasaunat</p> <p><b>18.00-19.00</b> Perheuinti, III Uimahalli</p> <p><b>19.30-20.30</b> Perheuinti, IV, Uimahalli</p> <p><b>19.30-21.00</b> Iltapala</p>	<p><b>18.00-21.30</b> Rantasaunat</p> <p><b>18.00-19.00</b> Perheuinti, III Uimahalli</p> <p><b>19.30-20.30</b> Perheuinti, IV, Uimahalli</p> <p><b>19.30-21.00</b> Iltapala</p>	

**Lisätiedot:**  
tuomo.nurminen@pajulahti.com  
**Liikuntakeskus Pajulahti**  
Pajulahdentie 167  
15560 Nastola  
puh. 03 885 511