

SUNNUNTAI	MAANANTAI	TIISTAI	KESKIVIIKKO	TORSTAI	PERJANTAI	LAUANTAI	SUNNUNTAI				
<p>Tervetuloa Pajulahteen!</p> <ul style="list-style-type: none"> Aikuiset kokoontuvat merkittyyn liikuntatilaan. Nuorten 11-16 -vuotiaiden kokoontuminen Vastaanoton aulassa Nuorten 9-10-vuotiaiden kokoontuminen Lehtienlukusalissa. Lasten 7-8 -vuotiaiden kokoontuminen Palloilusalin aulassa. Lasten 5-6-vuotiaiden kokoontuminen Starttiaulassa. Vimpulat 3-4-vuotiaat kokoontuvat Lastenmaailmassa. Ovet aukeavat 15 min ennen ja sulkeutuvat 15 min jälkeen merkityn ajan. Ilmoittautumiset Starttiaulassa koko porukan ohjelmiin, aikuisten ohjelmiin ja perheunteihin. 	<p>7.15-9.30 Aamiainen</p> <p>9.30-11.00</p> <ul style="list-style-type: none"> Geokätköily, lähtö Starttiaulasta Valokuvausunnistus, lähtö Starttiaulasta Aikuisten Jousiammunta, Nikula-halli Vimpulat <p>11.15-12.45</p> <ul style="list-style-type: none"> Perheinti I, Uimahalli <p>11.00-13.30 Lounas</p> <p>13.30-15.00</p> <ul style="list-style-type: none"> Aikuisten Sauvatreeni, lähtö Vastaanotosta Aikuisten Jousiammunta, Nikula-halli Aikuisten Kuntopiiri, Palloilusalali 2 Nuorten Seinäkiipeily, Nikula-halli Nuorten Sirkustelu, Voimistelusalali Lasten Mailapelit, Liikuntahalli Lasten Mega Twister ja musiikkiliikunta, Tanssistudio ja Palloilusalali 1 Vimpulat 	<p>7.15-9.30 Aamiainen</p> <p>9.30-11.00</p> <ul style="list-style-type: none"> Pihapelit, Minigolf, Frisbeegolf lähtö Starttiaulasta Yleisurheilu, lähtö Starttiaulasta Joukkuepelit, lähtö Starttiaulasta Aikuisten Seinäkiipeily, Nikula-halli Aikuisten Fatbike, lähtö Starttiaulasta Vimpulat <p>11.30-13.00</p> <ul style="list-style-type: none"> Perheinti I, Uimahalli <p>11.00-13.30 Lounas</p> <p>13.30-15.00</p> <ul style="list-style-type: none"> Aikuisten Joukkuepelit x 2, Jari Litmanen -keininurmikenttä 1 Aikuisten Juoksuvinkit x 2, lähtö Starttiaulasta Aikuisten Rennot rytmit x 2, Tanssistudio Aikuisten Cross Training, Nikula-halli Nuorten Jousiammunta ja sisävalokuvausunnistus, Nikula-halli Nuorten Seinäkiipeily, Nikula-halli Lasten Joukkuepelit, Palloilusalali Lasten Temppurata ja telinevoimistelut, Voimistelusalali Vimpulat 	<p>7.15-9.30 Aamiainen</p> <p>9.30-11.00</p> <ul style="list-style-type: none"> Pihaleikit, lähtö Starttiaulasta Geokätköily, lähtö Starttiaulasta Aikuisten Toiminnallista lihaskuntoharjoittelua ja liikkuvuutta ulkona, lähtö Starttiaulasta Aikuisten Fatbike, lähtö Starttiaulasta Vimpulat <p>11.30-12.15</p> <ul style="list-style-type: none"> Perheinti I, Uimahalli <p>12.30-13.15</p> <ul style="list-style-type: none"> Perheinti II, Uimahalli <p>11.00-13.30 Lounas</p> <p>13.30-15.00</p> <ul style="list-style-type: none"> Aikuisten Sauvatreeni x 2, lähtö Starttiaulasta Aikuisten Joukkuepelit x 2, Jari Litmanen -keininurmikenttä 1 Aikuisten Cross Training, Nikula-halli Nuorten Kuntokamppailut, Nikula-halli Nuorten PajuBattle ja PajuHop, Voimistelusalali Lasten Seinäkiipeily, Nikula-halli Lasten Pallopelit ja -leikit, Palloilusalali Vimpulat 	<p>7.15-9.30 Aamiainen</p> <p>9.30-11.00</p> <ul style="list-style-type: none"> Perheiden valokuvausunnistusta, lähtö Starttiaulasta Pihapelit, Minigolf, Frisbeegolf lähtö Starttiaulasta Aikuisten Toiminnallinen ulkotreeni, lähtö Starttiaulasta Vimpulat <p>11.30-12.15</p> <ul style="list-style-type: none"> Perheinti I, Uimahalli <p>12.30-13.15</p> <ul style="list-style-type: none"> Perheinti II, Uimahalli <p>11.30-13.30 Lounas</p> <p>13.30-15.00</p> <ul style="list-style-type: none"> Aikuisten Circuit Training, Palloilusalali 2 Aikuisten Vesijumppa ja uinti, Uimahalli Pajulahti-halli Nuorten Viitepelit, Jari Litmanen -keininurmikenttä 1 Nuorten PajuHop, Voimistelusalali Lasten Pallopelit, Nikula-halli Lasten Mega Twister ja musiikkiliikunta, Tanssistudio Vimpulat 	<p>7.15-9.30 Aamiainen</p> <p>9.30-11.00</p> <ul style="list-style-type: none"> Koko porukan Pihapelit ulkona, lähtö Starttiaulasta Vimpulat <p>11.30-12.15</p> <ul style="list-style-type: none"> Perheinti I, Uimahalli <p>12.30-13.15</p> <ul style="list-style-type: none"> Perheinti II, Uimahalli <p>11.30-13.30 Lounas</p> <p>13.30-15.00</p> <ul style="list-style-type: none"> Aikuisten Lihaskuntoharjoittelu, Pajulahti-halli Nuorten + Nuorten Vesipelit, Uimahalli Lasten + Lasten Vesileikit, Uimahalli Vimpulat <p>12.00 Huoneiden luovutus</p> <p>Hyödynnä samalla lisämaksullinen mahdollisuus tehdä InBody-mittaus tai koko kuntoliijan testipaketti.</p> <p>Ajanvaraus 044-7755367</p>	<p>14.15-15.00 Avaus, Luokka 1</p> <p>15.00 Majoittuminen</p> <p>15.45-16.30</p> <ul style="list-style-type: none"> Aikuisten Kehonhuolto, Liikuntahalli 2 Aikuisten Kehonpainoharjoittelu, Voimistelusalali Aikuisten FasciaMethod, Liikuntahalli 1 Nuorten Live Cluedo sisällä Nuorten Musiikkiliikunta, Tanssistudio Lasten Ulkoleikit Lasten Mailapelit, Palloilusalali Vimpulat <p>16.00-18.00 Päivällinen</p> <p>17.30-18.30 Omatoimista pelailua, Palloilusalali 1-2</p> <p>18.00-21.30 Rantasaunat</p> <p>18.00-18.45 Perheinti II, Uimahalli</p> <p>19.00-19.45 Perheinti III, Uimahalli</p> <p>19.30-21.00 Iltapala</p> <p>20.00-20.45 Perheinti IV, Uimahalli</p>	<p>14.15-15.00 Avaus, Luokka 1</p> <p>15.00 Majoittuminen</p> <p>15.45-16.30</p> <ul style="list-style-type: none"> Aikuisten Liikkuvuusharjoitus, Palloilusalali 1 Aikuisten Jousiammunta, Nikula-halli Aikuisten Kehonhuolto, Palloilusalali 2 Aikuisten Kuntotyökkeily, Nikula-halli Nuorten Joukkuepelit, Liikuntahalli 1 Nuorten Live Cluedo sisällä Lasten Sisäleikit, Voimistelusalali Lasten Jokeritunti ulkona Vimpulat <p>16.30-19.00 Päivällinen</p> <p>17.30-18.30 Omatoimista pelailua, Palloilusalali 1-2</p> <p>18.00-21.30 Rantasaunat</p> <p>18.00-18.45 Perheinti III, Uimahalli</p> <p>18.00-21.30 Rantasaunat</p> <p>19.00-19.45 Perheinti IV, Uimahalli</p> <p>19.30-21.00 Iltapala</p> <p>20.00-20.45 Perheinti V, Uimahalli</p>	<p>15.45-16.30</p> <ul style="list-style-type: none"> Aikuisten Liikkuvuusharjoitus ulkona, lähtö Starttiaulasta Aikuisten Venyttelyt, Palloilusalali 2 Aikuisten Rennot rytmit, Tanssistudio Nuorten Mega Twister, Nikula-halli Nuorten Mailapelit, Liikuntahalli 1-2 Lasten Pallopelit, Palloilusalali 1 Lasten Sirkustelu, Voimistelusalali Vimpulat <p>16.30-19.00 Päivällinen</p> <p>17.30-18.30 Omatoimista pelailua, Palloilusalali 1-2</p> <p>18.00-21.30 Rantasaunat</p> <p>18.00-18.45 Perheinti III, Uimahalli</p> <p>18.00-21.30 Rantasaunat</p> <p>19.00-19.45 Perheinti IV, Uimahalli</p> <p>19.30-21.00 Iltapala</p>	<p>15.45-16.30</p> <ul style="list-style-type: none"> Aikuisten Foam Roller, Palloilusalali 1 Aikuisten Venyttelyt, Palloilusalali 2 Nuorten Seinäkiipeily, Nikula-halli Nuorten Joukkuepelit, Jari Litmanen -keininurmikenttä 1 Lasten Temppurata, Voimistelusalali Lasten Ulkopelit Vimpulat <p>16.30-19.00 Päivällinen</p> <p>17.30-18.30 Omatoimista pelailua, Palloilusalali 1-2</p> <p>18.00-21.30 Rantasaunat</p> <p>18.00-18.45 Perheinti III, Uimahalli</p> <p>18.00-21.30 Rantasaunat</p> <p>19.00-19.45 Perheinti IV, Uimahalli</p> <p>19.30-21.00 Iltapala</p>	<p>15.45-16.30</p> <ul style="list-style-type: none"> Aikuisten Kehonhuolto, Nikula-halli Nuorten + Nuorten Dodge Ball, Palloilusalali Lasten + Lasten PajuBattle, Voimistelusalali Vimpulat <p>16.30-19.00 Päivällinen</p> <p>17.30-18.30 Omatoimista pelailua, Palloilusalali 1-2</p> <p>18.00-21.30 Rantasaunat</p> <p>18.00-18.45 Perheinti III, Uimahalli</p> <p>18.00-21.30 Rantasaunat</p> <p>19.00-19.45 Perheinti III, Uimahalli</p> <p>19.30-21.00 Iltapala</p>	<p>Lisätiedot: tuomo.nurminen@pajulahti.com iikuntakeskus Pajulahti Pajulahdentie 167 15560 Nastola puh. 03 885 511</p>
							<p>www.pajulahti.com</p>				