



SUNNUNTAI	MAANANTAI	TIISTAI	KESKIVIikko	TORSTAI	PERJANTAI	LAUANTAI	SUNNUNTAI
<p>Tervetuloa Pajulahteen!</p> <ul style="list-style-type: none"> Aikuiset kokoontuvat merkittyyn liikuntatilaan. Nuorten 12-16-vuotiaiden kokoontuminen Vastaanoton aulassa Nuorten 9-11-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 Starttiaulaassa koko porukan ohjelmiin, aikuisten ohjelmiin ja perheuinteihin. 	<p>7:15-9:30 Aamiainen</p> <p>9:30-11:00</p> <ul style="list-style-type: none"> Perheiden Geokätköily, lähtö etupihan lipputangoilta Perheiden Valokuvasuunnistus, lähtö Starttiaulasta Aikuisten Jousiammunta, Nikula-halli Vimpulat <p>11:15-12:45</p> <ul style="list-style-type: none"> Perheuinti I, Uimahalli <p>11:00-13:30 Lounas</p> <p>13:00-14:30 Omatoiminen mailaton luistelu, Jäähalli</p> <p>13:30-15:00</p> <ul style="list-style-type: none"> Aikuisten Ulkotreeni, lähtö Lipputankojen luota Aikuisten Sauvatreeni, lähtö Vastaanosta Aikuisten Jousiammunta, Nikula-halli Aikuisten Kuntopiiri, Palloilusali 2 Nuorten Seinäkiipeily, Nikula-halli Nuorten Sirkustelu, Voimistelusali Lasten Mailapelit, Liikuntahalli Lasten Mega Twister ja sisäliikunta, Palloilusali 1 Vimpulat 	<p>7:15-9:30 Aamiainen</p> <p>7:45-9:00 Inbodymittaus ilman testipalautetta (15€/hlö), Testihuone 2</p> <p>9:00-13:00 Bungee-trampoliini (5€/10min/hlö), Nikula-halli</p> <p>9:30-11:00</p> <ul style="list-style-type: none"> Perheiden Pihapelit, Minigolf ja Frisbeegolf, lähtö minigolf radoilta Perheiden Yleisurheilu, lähtö 400m radalta Perheiden Joukkuepelit, Jari Litmanen -keinoonurmikenttä 1 Aikuisten Seinäkiipeily, Nikula-halli Aikuisten Fatbike, lähtö Starttiaulasta Vimpulat <p>11:30-13:00 Perheuinti I, Uimahalli</p> <p>11:00-13:30 Lounas</p> <p>12:30-14:00 Omatoiminen mailaton luistelu, Jäähalli</p> <p>13:30-15:00</p> <ul style="list-style-type: none"> Aikuisten Joukkuepelit x 2, Jari Litmanen -keinoonurmikenttä 1 Aikuisten Kehonpainoharjoitus x 2, Liikuntahalli 2 Aikuisten Rennot rytmit x 2, Tanssistudio Aikuisten Cross Training, Nikula-halli Nuorten Jousiammunta ja sisävalokuvasuunnistus, Nikula-halli Nuorten Seinäkiipeily, Nikula-halli Lasten Mega Twister ja pelit, Palloilusali Lasten Tempururata ja telinevoimistelut, Voimistelusali Vimpulat 	<p>7:15-9:30 Aamiainen</p> <p>9:00-13:00 Bungee-trampoliini (5€/10min/hlö), Nikula-halli</p> <p>9:30-11:00</p> <ul style="list-style-type: none"> Perheiden Pihapelit, Minigolf ja Frisbeegolf, lähtö minigolf radoilta Perheiden Yleisurheilu, lähtö 400m radalta Perheiden PajuBattle ulkona x 2, lähtö ulkoleikkikentältä Aikuisten Fatbike, lähtö Starttiaulasta Vimpulat <p>11:30-12:15 Perheuinti I, Uimahalli</p> <p>12:30-13:15 Perheuinti II, Uimahalli</p> <p>11:00-13:30 Lounas</p> <p>13:30-15:00</p> <ul style="list-style-type: none"> Omatoiminen mailaton luistelu, Jäähalli Aikuisten HIIT x 2, Liikuntahalli Aikuisten Ulkotreeni x 2, lähtö lipputankojen luota Aikuisten Kahvakuula x 2, Nikula-halli Aikuisten Keskivartalojumppa x 2, Voimistelusali Nuorten KIN-ball ja BounceBall, Palloilusali Nuorten Jousiammunta, Nikula-halli Lasten Musiikkiliikuntaa ja ukkopelit, Tanssistudio Lasten Seinäkiipeily, Nikula-halli Vimpulat 	<p>7:15-9:30 Aamiainen</p> <p>9:00-13:00 Bungee-trampoliini (5€/10min/hlö), Nikula-halli</p> <p>9:30-11:00</p> <ul style="list-style-type: none"> Perheiden Pihaleikit, lähtö ulkoleikkikentältä Perheiden Geokätköily, lähtö lipputangoilla Aikuisten Toiminnallista lihaskuntoharjoittelua ja liikkuvuutta ulkona, lähtö Starttiaulasta Aikuisten Fatbike, lähtö Starttiaulasta Vimpulat <p>11:30-12:15 Perheuinti I, Uimahalli</p> <p>12:30-13:15 Perheuinti II, Uimahalli</p> <p>11:00-13:30 Lounas</p> <p>13:30-15:00</p> <ul style="list-style-type: none"> Omatoiminen mailaton luistelu, Jäähalli Aikuisten Ulkotreeni x 2, lähtö lipputankojen luota Aikuisten Sauvatreeni x 2, lähtö Starttiaulasta Aikuisten Joukkuepelit x 2, Jari Litmanen -keinoonurmikenttä 1 Aikuisten Cross Training, Nikula-halli Nuorten Kuntokamppeilut, Nikula-halli Nuorten PajuBattle ja PajuHop, Voimistelusali/Tanssistudio Lasten Seinäkiipeily, Nikula-halli Lasten Pallopelit ja -leikit, Palloilusali 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"> Perheuinti I, Uimahalli <p>12:30-13:15</p> <ul style="list-style-type: none"> Perheuinti II, Uimahalli <p>11:00-13:30 Lounas</p> <p>13:30-15:00</p> <ul style="list-style-type: none"> Aikuisten Toiminnallinen harjoittelu, Pajulahti-halli Nuorten + Nuorten Vesipelit, Uimahalli (lähtö Lehtienlukusalista) Lasten + Lasten Vesileikit, Uimahalli (lähtö Starttiaulasta) Vimpulat <p>11:00-13:15 Lounas</p> <p>12:00 Huoneiden luovutus</p> <p>Höydyntä samalla lisämaksullinen mahdollisuus tehdä Inbody-mittaus (31€/hlö) tai epäsuorapolkupyörä-testi (75€/hlö).</p> <p>Ajanvaraus: Teemu Aimia 044-7755367</p>	<p>7:15-9:30 Aamiainen</p> <p>9:30-11:00</p> <ul style="list-style-type: none"> Koko porukan Syysolympialaiset ulkona + palautteet lomasta, lähtö Starttiaulasta Vimpulat <p>11:00-13:30 Lounas</p> <p>12:00 Huoneiden luovutus</p> <p>Turvallista kotimatkaa ja tervetuloa uudelleen!</p>	
<p>14:15-15:00 Avaus, Luokka Haavisto</p> <p>15:00 Majoittuminen</p>	<p>15:45-16:30</p> <ul style="list-style-type: none"> Aikuisten Kehonhuolto, Liikuntahalli 2 Aikuisten Kehonpainoharjoittelu, Voimistelusali Aikuisten FasciaMethod, Liikuntahalli 1 Nuorten Live Cluedo sisällä Nuorten Sisäcurling, Tanssistudio Lasten Ulkoleikit Lasten Mailapelit, Palloilusali Vimpulat 	<p>15:45-16:30</p> <ul style="list-style-type: none"> Aikuisten Liikkuvuusharjoitus, Palloilusali 1 Aikuisten Kehonhallinta, Voimistelusali Aikuisten FasciaMethod, Tanssistudio Nuorten Darts, Nikula-halli Nuorten Mega Twister, Palloilusali 2 Lasten Live Cluedo Lasten Ulkoleikit Vimpulat 	<p>15:45-16:30</p> <ul style="list-style-type: none"> Aikuisten Liikkuvuusharjoitus, Palloilusali 1 Aikuisten Jousiammunta, Nikula-halli Aikuisten Kehonhuolto, Palloilusali 2 Nuorten Joukkuepelit, Liikuntahalli 1 Nuorten Live Cluedo sisällä Lasten PajuBattle, Voimistelusali Lasten Toivetunti ulkona Vimpulat 	<p>15:45-16:30</p> <ul style="list-style-type: none"> Aikuisten Liikkuvuusharjoitus ulkona, lähtö Starttiaulasta Aikuisten Venyttelyt, Nikula-halli Aikuisten Keppijumppa, Tanssistudio Nuorten Mega Twister, Nikula-halli Nuorten Sisäcurling, Palloilusali 2 Lasten Pallopelit, Jari Litmanen -keinoonurmikenttä 1 Lasten Sirkustelu, Voimistelusali Vimpulat 	<p>15:45-16:30</p> <ul style="list-style-type: none"> Aikuisten Kehonhuolto, Tanssistudio Aikuisten Foam Roller, Palloilusali 1 Nuorten Seinäkiipeily, Nikula-halli Nuorten Joukkuepelit, Jari Litmanen -keinoonurmikenttä 1 Lasten Tempururata, Voimistelusali Lasten Ulkoleikit Vimpulat 	<p>15:45-16:30</p> <ul style="list-style-type: none"> Aikuisten Kehonhuolto, Nikula-halli Nuorten + Nuorten Dodge Ball, Palloilusali (lähtö Lehtienlukusalista) Lasten + Lasten PajuBattle, Voimistelusali (lähtö Starttiaulasta) Vimpulat 	<p>15:45-16:30</p> <p>Turvallista kotimatkaa ja tervetuloa uudelleen!</p>
<p>16:00-18:00 Päivällinen</p>	<p>16:30-19:00 Päivällinen</p>	<p>16:30-19:00 Päivällinen</p>	<p>16:30-19:00 Päivällinen</p>	<p>16:30-19:00 Päivällinen</p>	<p>16:30-19:00 Päivällinen</p>	<p>16:30-19:00 Päivällinen</p>	<p>16:30-19:00 Päivällinen</p>
<p>18:00-18:45 Tutustumisliikunta, Nikula-halli</p> <p>18:00-21:30 Rantasaunat</p> <p>19:30-21:00 Iltapala</p> <p>19:30-21:00 Iltapala</p>	<p>18:00-21:30 Rantasaunat</p> <p>18:00-18:45 Perheuinti II, Uimahalli</p> <p>18:30-19:30 Omatoimista pelailua, Palloilusali 1-2</p> <p>19:30-21:00 Iltapala</p> <p>19:00-19:45 Perheuinti III, Uimahalli</p> <p>20:00-20:45 Perheuinti IV, Uimahalli</p> <p>20:00-21:45 Omatoiminen Darts (5€), Nikula-halli / Saari-kabinetti</p>	<p>17:30-18:30 Omatoimista pelailua, Palloilusali 1-2</p> <p>18:00-21:30 Rantasaunat</p> <p>18:00-18:45 Perheuinti II, Uimahalli</p> <p>19:00-19:45 Perheuinti III, Uimahalli</p> <p>19:30-21:00 Iltapala</p> <p>20:00-20:45 Perheuinti IV, Uimahalli</p> <p>20:00-21:45 Omatoiminen Darts (5€), Nikula-halli / Saari-kabinetti</p>	<p>17:00-22:00 Pimeäseikkailu (25€/hlö), Seikkailupuisto</p> <p>17:30-18:30 Omatoimista pelailua, Palloilusali 1-2</p> <p>18:00-18:45 Perheuinti III, Uimahalli</p> <p>18:00-21:30 Rantasaunat</p> <p>19:00-19:45 Perheuinti IV, Uimahalli</p> <p>19:30-21:00 Iltapala</p> <p>20:00-20:45 StarJump - Discodynamo, Tennishalli</p> <p>19:30-21:00 Iltapala</p> <p>19:45-20:30 StarJump - Kehonhuolto, Tennishalli</p> <p>20:00-20:45 Perheuinti V, Uimahalli</p> <p>20:00-21:45 Omatoiminen Darts (5€), Nikula-halli / Saari-kabinetti</p>	<p>17:30-18:30 Omatoimista pelailua, Palloilusali 1-2</p> <p>18:00-18:45 Perheuinti III, Uimahalli</p> <p>18:00-21:30 Rantasaunat</p> <p>19:00-19:45 Perheuinti IV, Uimahalli</p> <p>19:30-21:00 Iltapala</p> <p>20:00-20:45 Perheuinti V, Uimahalli</p> <p>20:00-21:45 Omatoiminen Darts (5€), Nikula-halli / Saari-kabinetti</p>	<p>17:30-18:30 Omatoimista pelailua, Palloilusali 1-2</p> <p>18:30-19:15 Perheuinti III, Uimahalli</p> <p>19:00-19:45 Perheuinti IV, Uimahalli</p> <p>19:30-21:00 Iltapala</p> <p>20:00-21:30 Rantasaunat</p> <p>21:00-22:45 Omatoiminen Darts (5€), Nikula-halli</p>	<p>17:30-18:30 Omatoimista pelailua, Palloilusali 1-2</p> <p>18:00-21:30 Rantasaunat</p> <p>19:00-21:00 Perheuinti III, Uimahalli</p> <p>19:30-21:00 Iltapala</p> <p>21:00-22:45 Omatoiminen Darts (5€), Nikula-halli</p>	<p>Lisätiedot: tuomo.nurminen@pajulahti.com</p> <p>iiikuntakeskus Pajulahti Pajulahdentie 167 15560 Nastola puh. 03 885 511</p>