

Lomaohjelma		
Maanantai	Tiistai	Keskiviikko
	7.30-9.00 Aamupala	7.30-9.00 Aamupala
	9.30-11.00 Ulkopalloilu, Tahmela	9.30-11.00 Palloilu, H2
Aikuiset	9.30-11.00 Melonta	9.30-10.30 Cross-training, V1
Lapset	* kokoontuminen rantaan	10.30-11.00 Foamroller, V1
12.30-13.30 Lounas	11.00-13.00 Lounas	11.00-13.00 Lounas
13.30-14.30 Majoittuminen	12.30-14.00 Kaupunkipoltti, H1	12.00 Huoneiden luovutus
	12.30-13.30 Kuntonyrkkeily, V1	Tilat:
14.30-16.00 Parkour, Kas	13.30-14.00 Core, V1	H1= Halli 1 päärakennus
14.30-15.15 Sykettä ja voimaa, V1	15.00-16.00 Akrobatia, Kas	H2= Halli 2 Kalliola
15.15-16.30 Bodybow, V1	15.00-16.00 Sauvalenkki Pyynikille	V1= Voimistelusalusi 1 Majala
16.30-17.30 Päivällinen	16.00-17.30 Päivällinen	Kas =Kamppailusali
17.30-19.00 Vesidisco	17.30-18.30 Friiba, piha-alue	
17.30-18.15 FasciaMethod, V1	17.30-18.30 Sulkapallo, H1	
18.15-18.45 Äänimaljarentoutus, V1	18.30-21.30 Rantasaunailta Takkahuone A ja B, saunat 1,2 ja 3	
20.00-20.30 Iltapala	19.30- Iltapala takkahuoneella	

