

Ohjelma					
	Maanantai 17.2	Tiistai 18.2.	Keskiviikko 19.2.	Torstai 20.2.	Perjantai 21.2.
		7.30-9.30 Aamupala	7.30-9.30 Aamupala	7.30-9.30 Aamupala	7.30-9.30 Aamupala
		09.30-10.00 Tabata 30', V1	09.30-10.15 Combat,V1,	9.30-10.15 Barefoot, V1,	09.30-10.30 Circuit, V1
Aikuiset		10.15-11.15 Pump, V1,	10.15-11.00 Kehonhuolto, V1	10.15-11.00 Hyrox, V1,	09.30-11.00 Kehonhuolto, V1
Lapset		9.30-11.15 Kinball ja sulkkis, H2	9.30-11.00 Ulkopelit ja mäenlaskua	9.30-11.00 Ulkopelit ja mäenlaskua	9.30-11.00 KOKO PERHEEN KAUPUNKIPOLTTIS, H1
12.30-13.30 Lounas		11.00-13.00 Lounas	11.00-13.00 Lounas	11.00-13.00 Lounas	11.00-12.00 Lounas
13.30-14.00 Majoittuminen		12.30-15.30 AIKUISET JA LAPSET Hiihtoretki Kaupin Urheilupuistoon	12.30-14.00 AIKUISET JA LAPSET	12.30-15.30 AIKUISET JA LAPSET Hiihtoretki Kaupin Urheilupuistoon, Ville	12.00 huoneiden luovutus ja kotiin lähtö
* lapset kokoontuvat luokka 1		Opistolle jääville:	12.30-14.00 Omatoiminen Sulkapallo, Halli 1	Opistolle jääville:	Tilat:
14.15-15.15 KOKO PERHEEN AKRO, Kas		13.00-14.30 Temppurata, H1	14.30-16.00 Parkour, KAS	13.00-14.30 Palloilu, H1	H1= Halli 1 päärakennus
15.30-16.15 Pelit ja leikit, Kas		15.00-16.00 Ulkoleikit	14.30-15.15 FasciaMethod, V1	15.00-16.15 Taitoharjoittelu, Kas	H2= Halli 2 Kalliola
14.15-15.15 Cross-training, V1,		13.00-14.30 Lentopallo, H2	15.15-16.00 Bowellness, V1	13.00-14.00 Pickleball, H2	V1= Voimistelusalii 1 Majala
15.30-16.15 Foamroller, V1,		15.00-16.00 Balance, V1	14.30-15.30 Voimatreeni kuntosalilla	14.15-15.00 Sähly, H2	Kas =Kamppailusali
				15.15-16.15 Shapes, V1	
16.00-17.30 Päivällinen		16.00-17.30 Päivällinen	16.00-17.30 Päivällinen	16.00-17.30 Päivällinen	
17.30-18.30 Zumba, V1		17.30-18.30 Palaudu lempeästi ja äänimalja, V1	17.30-18.30 YogaFlow, V1	17.30-18.30 Kahvakuula, V1	
17.45-18.30 Vesitreeni		17.30-18.30 KOKO PERHEEN PALLOILU, H2	17.30-18.30 Vesidisco	17.30-18.30 Bingo, luokka 1	
17.30-19.00 Kaupunkipolttis, H1		18.30-21.30 Rantasaunailta, Takkahuone A ja B, saunat 1,2 ja 3		18.30-21.30 Rantasaunailta, Takkahuone A ja B, saunat 1,2 ja 3	
19.30-20.30 Iltapala		19.30- Iltapala takkahuoneella	19.30-20.30 Iltapala	19.30 Iltapala Takkahuoneella	

