

Ohjelma ma-to 13.-16.10.2025

Maanantai	Tiistai	Keskiviikko	Torstai
	7.30-9.00 Aamupala	7.30-9.00 Aamupala	7.30-9.00 Aamupala
	9.30-11.00 Sähly ja ballbouncer, Halli 2	9.30-11.00 Kaupunkipolttis, Halli 1	9.30-11.00 Kisailuja, pelit ja leikit, Halli 1
	9.30-11.00 Kuntonyrkkeily, Voimistelusali 1	9.30-11.00 Dance & Joy, Voimistelusali 1	9.30-11.00 Puistojumppa, Tahmelan kenttä, lähtö päärakennuksen aulasta
	9.30-11.30 Lastenhoito (alle 5-v.)	9.30-11.30 Lastenhoito (alle 5-v.)	9.30-11.30 Lastenhoito (alle 5-v.)
Lasten ryhmä 5-12-v. * kokoontuminen Luokka 3	11.00-13.00 Lounas	11.00-12.00 Lounas	11.00-13.00 Lounas
Aikuiset	13.00-14.30 Frisbeegolf	12-13.30 Ulkopalloilu, Tahmelan kenttä	12.00 Huoneiden luovutus Tilat: H1= Halli 1 päärakennus H2= Halli 2 Kalliola V1= Voimistelusali 1 Majala Kas =Kamppailusali
14.00- Saapuminen ja majoittuminen	13.00-14.30 Sykeohjattu ulkoilu, lähtö päärakennuksen aulasta	12-13.30 Kulttuurikävely Pispalaan, kokoontuminen pääaulaan	
14.30-16.00 Temppurata, Halli 1	14.30-16.00 Parkour, kamppailusali	14.00-16.00 Pickleball ja vesidisco	
14.30-16.00 Pump, Voimistelusali 1	15.00-16.00 Pilates, Voimistelusali 1	14.00-15.30 Ohjelmaa valinnan mukaan: 1)mailapelit tai 2)Cross-training kuntosalilla	
16.00-17.30 Päivällinen	16.00-17.00 Päivällinen	16.00-17.30 Päivällinen	
17.15-19.00 Leffa-ilta, Luokka 3	17.00-18.00 Askartelua, Luokka 3	17.00-18.00 Bingo, Luokka 3	
17.30-19.00 Barefoot ja Fasciamethod, Voimistelusali 1	17.00-18.00 Lempä kehoonhoito, Voimistelusali 1	17.00-17.45 Äänimaljarentoutus, Voimistelusali 1	
	18.30-21.30 Illanviettoa rantasaunoilla, Pyhäjärvi A ja B	18.30-21.30 Illanviettoa rantasaunoilla, Pyhäjärvi A ja B	
20.00-20.30 Iltapala	19.30- Iltapala rantasaunoilla	19.30- Iltapala rantasaunoilla	

