

Syksyn perhesportti ma-to 13.-16.10.2025

Maanantai 13.10.	Aikuiset	Alle 5 -vuotiaat lapset	Lapset 5-6v.	Lapset 7-12v.	
14.00-13.45-14.30	Saapuminen ja majoittuminen VÄLIPALAA tarjolla kahvilassa				
	14:30-16:00 Pump, voimistelusali 1	Aikuisen kanssa voi tulla tempuradalle	14:30-16:00 Temppurata, Halli 1		
16:00 - 17:00	PÄIVÄLLINEN				
	17:30-19:00 Barefoot ja fasciamethod, Voimintelusali 1	17:15-19:00 Leffailta, Luokka 3			
20:00 - 20:30	ILTAPALA				

Tiistai 14.10.	Aikuiset	Alle 5 -vuotiaat lapset	Lapset 5-6v.	Lapset 7-12v.
7:30 - 9:00	AAMIAINEN			
	9:30-11.00 Kuntopyrkkeily, Voimistelusal 1	Aikuisen kanssa voi tulla 5-6-v.ohjelmaan	9:30-11:00 Metsäleikit ja frisbeegolf	9:30-11:00 Sähly ja ballbouncer, halli 2
11:00 - 12:30	LOUNAS			
	13-14:30 Sykeohjattu ulkoilu, lähtö päärakennuksen aulasta	Aikuisen kanssa voi tulla 5-6-v.ohjelmaan	13-14:30 Palloilu, Halli 2	13-14:30 Frisbeegolf
	15-16:00 Pilates, Voimistelusal 1	14:30-16:30 Lastenhoito	14:30-16:00 Parkour, Kampipailusal	
16:00 - 17:30	PÄIVÄLLINEN			
	17-17:45 Äänimäljarentoutus, Voimistelusal 1	17-18:00 Askartelua, Luokka 3		
	18:30-21:30 Illanviettoa ja saunomista Takkahuoneella			
20:30 - 21:00	ILTAPALA Takkahuoneella			

Keskiviikko 15.10.	Aikuiset	Alle 5 -vuotiaat lapset	Lapset 5-6v.	Lapset 7-12v.
7:30 - 9:00	AAMIAINEN			
	9:30-11 Dance & Joy, voimistelusal 1	Aikuisen kanssa voi tulla 5-6-v.ohjelmaan	9:30-11 Suunnistus ja majan rakennusta metsässä	9:30-11 Kaupunkipoltit, Halli 1
11:30 - 13:00	LOUNAS			
	12-13:30 Kulttuurikävely Pispalaan, kokoontuminen pääaulaan	14-16 Lastenhoito	12-13.30 Kaupunkipoltit, Kampipailusal	12-13:30 Ulkopalloilu, Tahmelan kenttä
	14-15:30 Ohjelmaa valinnan mukaan:		14-16:00 Lastenhoito ja maalausta	13:30-14:30 Pickleball, Halli
	a) Mailapelit b) Cross-training kuntosalilla			15-16:00 Vesidisco, sisäallas
16:00 - 18:00	PÄIVÄLLINEN			
	17-18:00 Lempeä kehonhoito, Voimistelusal 1	Aikuisen kanssa voi tulla 5-6-v.ohjelmaan	17-18:00 Bingo, Luokka 3	
	18:30-21:30 Illanviettoa ja saunomista Takkahuoneella			
19:30 - 20:30	ILTAPALA Takkahuoneella			

Torstai 16.10.	Aikuiset	Alle 5 -vuotiaat lapset	Lapset 5-6v.	Lapset 7-12v.
7:30 - 9:00	AAMIAINEN			
	9:30-11 Puistojumppa, Tahmelan kenttä, lähtö päärakennuksen aulasta	9:30-11:30 Lastenhoito tai aikuisen kanssa 5-6-v ohjelmaan	9:30-11 Sisäcurling ja tarkkuus tehtäviä, voimistelusal 2	9:30-11 Pelit ja leikit, Halli 1
11:00-13:00	LOUNAS			
	Huoneiden luovutus klo 12 mennessä			