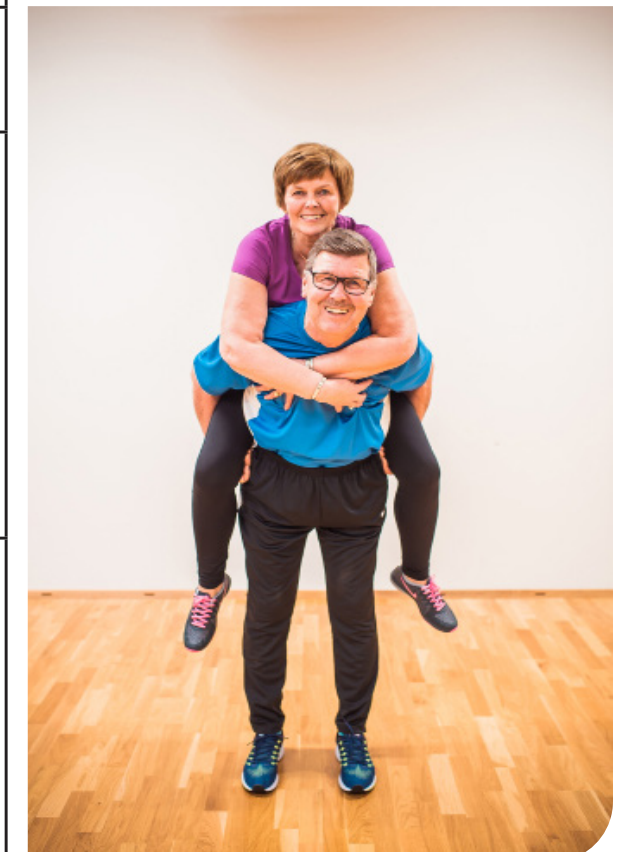


KESÄFIILIS 14.-18.7.2025

MAANANTAI	TIISTAI	KESKIVIIKKO	TORSTAI	PERJANTAI
Tervetuloa Pajulahteen! Ohjaajina toimivat Pajulahden liikunnanohjaajat.	7.15-9.00 Aamiainen	7.15-9.30 Aamiainen	7.15-9.30 Aamiainen	7.15-9.30 Aamiainen
	9.00-10.30 Pihapelit, Minigolf ja Frisbeegolf, lähtö STA	8.30-9.30 Omatoiminen kuntosali, KS	9.30-11.00 Sauvakävely - tekniikkaa ja lenkki, lähtö Vastaanotosta	9.30-11.00 Tasapaino ja kehonhuolto, P1
11.45-12.30 Avausinfo, L1	11.00-11.45 Lounas	10.00-11.00 Kickbike & Fatbike -kokeilut - ryhmä 1, lähtö Paahtimolta	11.00-12.15 Lounas	11.00-13.30 Lounas
12.00-19.00 Lake Pool Pajulahti avoinna (lisämaksu)	12.00-19.00 Lake Pool Pajulahti avoinna (lisämaksu)	11.00-12.00 Kickbike & Fatbike -kokeilut - ryhmä 2, lähtö Paahtimolta	12.00-19.00 Lake Pool Pajulahti avoinna (lisämaksu)	12.00 Huoneiden luovutus
12.30-13.15 Lounas	11.45-13.15 Senioritanssi, TS	11.00-13.30 Lounas	12.15-13.15 Geopark-polku, lähtö Kahviosta	12.15-13.30 Kokonaisvaltainen hyvinvointi keskustelut, päättös ja palautteet, L Olenius
13.15-14.45 Ryhmytyminen ja valokuvasuunnistus ulkona, lähtö STA		12.00-19.00 Lake Pool Pajulahti avoinna (lisämaksu)		
15.00 Majoittuminen	15.15-16.45 Kunnontreeni, VS	13.00-14.30 Kuntosali - ryhmä 1, KS	15.00-16.30 Kuntopiiri, N	Kiitos, kun kävit ja tervetuloa uudelleen!
15.30-16.15 Liikkuvuutta kepeillä ulkona, lähtö STA		14.30-16.00 Kuntosali - ryhmä 2, KS		
16.30-18.00 Päivällinen	16.45-19.00 Päivällinen	16.30-17.30 FasciaMethod, VS		
17.00-18.00 Rantasaunat, ryhmän oma vuoro, Saunat 2 & 3	18.00-19.00 Omatoiminen Lake Pool Pajulahti maksuttomasti	17.30-18.30 Päivällinen	17.15-19.00 Päivällinen	SELITTEET LYHENNYKSILLE: A = Auditorio KS = Päärakennuksen kuntosali L = Luokka N = Nikula-halli P = Palloilusali STA = Starttiaula TA = Takkahuone TS = Tanssistudio UH = Uimahalli VS = Voimistelusal
18.00-19.00 Omatoiminen Lake Pool Pajulahti maksuttomasti		18.30-19.30 JärviBingo rantasaunan katolla	18.00-19.00 Omatoiminen Lake Pool Pajulahti maksuttomasti	
19.30-22.00 Rantasaunat	19.30-22.00 Rantasaunat	19.30-22.00 Rantasaunat	19.30-22.00 Rantasaunat	



Ota meidät
seurantaan:

Instagram:
pajulahti1929

Facebook:
Liikuntakeskus
Pajulahti

www.pajulahti.com