

LEIRIKOULUT KAIKKINA VUODENAIKOINA



KOLMEN
KAMPUKSEN
URHEILUOPISTO

Kuulostaa koululta, tuntuu seikkailulta!

TÄYDEN PALVELUN LEIRIKOULUT PAJULAHDDESSA JA KISAKALLIOSSA

Tervetuloa Kolmen kampuksen urheiluopistoon! Valittavanasi on kaksi monipuolista leirikoulu-kohdetta: Pajulahti Lahdessa tai Kisakallio Lohjalla. Molemmat tarjoavat unohtumattomia elämyksiä liikunnan, luonnon ja yhdessä tekemisen parissa.

MIKSI PAJULAHTI TAI KISAKALLIO?

- Täyden palvelun leirikoulupaketti, joka sisältää aina opistomajoituksen liinavaatteineen, tilat, monipuolisen ohjelman ja ruokailut.
- Kaikki alueen palvelut ovat kävelymatkan etäisyydellä toisistaan - kuljetuksia vierailun aikana ei tarvita.
- Luonto: laavut, järvi ja polkureitit.

Basic-leirikoulupaketti sisältää:
majoitus, ohjaukset ja täysihoitoruokailut.

Super-leirikoulupaketti sisältää:
majoitus, ohjaukset ja täysihoitoruokailujen lisäksi tulolounaat ja iltapalat.

HIGH-sesonkina huhti-syyskuussa:
Pajulahdessa seikkailutakuu, vierailu yhdessä Suomen suurimmista kiipeilypuistoista. Kisakalliossa ryhmän oma rantasaunavuoro.

PAJULAHTI LAHDESSA



KISAKALLIO LOHJALLA



Etäisyys pääkaupunkiseudulta:
Pajulahti - reilu tunti
Kisakallio - alle tunti



Huhti-syyskuussa
Seikkailutakuu!



PAJULAHDEN LEIRIKOULUT KAIKKINA VUODENAIKONA

Huhtikuulta syksyyn leirikoulumme painottuvat ulkoiluun, ja monipuolisen lajivalikoiman täydentää vierailu yhteen Suomen suurimmista kiipeilypuistoista! Olympiatason valmennuskeskuksessa tekemistä riittää säällä kuin säällä, ja Pajulahti on loistava leirikoulukohde myös syksyllä ja talvella. Valitse luokallesi sopivimmat aktiviteetit tai suorittakaa äänestys - näin retki alkaa jo luokahuoneesta!

LIIKUNTALAJEJA Kysy lajiluettelo myynnistä!

PELEJÄ

- Dodge ball
- Donut hockey
- Frisbeegolf
- Minigolf
- Pallo- ja mailapelit
- Vesipelit

MUUTA KIVAA

- Cornhole
- Darts
- Jousiammunta (Y)
- Live Cluedo
- Seinäkiipeily
- Pa Ji Xen -mysteeri
- PajuBattle-kaupunkisota (A)

ULKOILUA

- Geokätköily
- Kickbike (Y) / kickspark
- Lippupallo
- Lumikenkäily
- Melonta (Y)
- PajuCase -pulman ratkaisu
- PajuRace -joukkuekisailu

LISÄMAKSUSTA

- Kuplafutis +295 €/ryhmä/60 min, max. 36 hlöä/ryhmä
- Tankofutis +295 €/ryhmä/60 min, max. 36 hlöä/ryhmä
- Melonta +20 €/hlö/90 min, max 12 hlöä/ryhmä
- Omatoimiset lettukekkerit laavulla +7 €/hlö + nuotiopaikka-maksu ja puut 40 €/2h
- SUP +20 €/hlö/ (toukokuun puolesta välistä syyskuulle)
- Rantasauna +150 €/2 saunaa/60 min, max. 30 hlöä/ryhmä
- Bungee-trappoliini 5 €/10 min/hlö
- Seikkailupuistokäsineet 3,5 €/pari

Y = yläkoululaiset
A = alakoululaiset

TÄYDEN PALVELUN LEIRIKOULUPAKETTI MALLIOHJELMA 2 VRK

Maksuttomat rantasaunat keskiviikkoiltaisain.
SUPER (sis. tulopäivän lounas ja iltapalat)

PÄIVÄ 1

11.00 – 13.30	Lounas
12.00 – 13.30	Omatoiminen alueeseen tutustuminen Mobo-suunnistuksella
13.45 – 14.30	Leirikouluinfo
15.00	Majoittuminen
15.45 – 16.30	PajuHop
16.30 – 17.30	Päivällinen
17.30 – 18.00	Mega Twister
18.00 – 19.00	Seinäkiipeily
19.00 – 20.00	Omatoiminen aktiviteetti esim. minigolf, pihapelit
20.00 – 21.00	Iltapala

PÄIVÄ 2

7.45 – 9.30	Aamiainen
9.30 – 11.00	Geokätköily
11.00 – 13.00	Lounas
13.00 – 17.00	Seikkailupuisto
17.00 – 18.00	Päivällinen
18.00 – 20.00	Omatoiminen aktiviteetti, esim. Iltainti, lapset 2,50 € / aik. 4,50 €
20.00 – 21.00	Iltapala

PÄIVÄ 3

7.45 – 9.00	Aamiainen
9.00 – 9.45	Live Cluedo
10.00 – 10.45	Mailapeli Combo
11.00 – 12.00	Huoneiden luovutus
12.15 – 13.00	Lounas
13.00	Kotimatka alkaa

2 VRK HINTA/HLÖ	BASIC	SUPER
LOW loka-maaliskuu	175 €	202 €
HIGH huhti-syyskuu	195 €	222 €

Hinnat edellyttävät min. 10 osallistujaa.

TÄYDEN PALVELUN LEIRIKOULUPAKETTI MALLIOHJELMA 1 VRK

Maksuttomat rantasaunat keskiviikkoiltaisain.
Sis. tulolounaan ja iltapalan.

PÄIVÄ 1

10.45 – 11.45	Lounas
11.45 – 12.45	Leirikouluinfo ja minigolf (+leirikoulukassi)
13.00 – 16.30	Seikkailuliikuntaa, Seikkailupuisto
16.30	Majoittuminen
17.00 – 18.00	Päivällinen
18.15 – 19.00	Jousiammunta
19.00 – 20.00	Omatoiminen aktiviteetti
20.00 – 21.00	Iltapala

PÄIVÄ 2

7.45 – 9.00	Aamiainen
9.00 – 9.45	Live Cluedo
10.00 – 10.45	Mega Twister
11.00 – 12.00	Huoneiden luovutus
12.15 – 13.00	Lounas
13.00	Kotimatka alkaa

1 VRK HINTA/HLÖ	SUPER	135 €
-----------------	-------	-------



Maksuton leirikoulukassi sisältää erilaisia mailoja ja palloja vapaa-aikaan.



AKTIIVISET LEIRIKOULUT KISAKALLIOSSA

Kirjat nurkkaan ja penaalit kiinni. Kisakallion aktiivinen leirikoulu tarjoaa yhdessäolon riemua, huippuolosuhteet ja uusia elämyksiä. Kisakallio on ihanteellinen leirikoulun tai lukiolaisten aktiivikurssin pitopaikka. Meillä voi tutustua uusiin aktiviteetteihin, joita koululla tai kotipihalla ei ole mahdollista kokeilla. Normaaliin leirikouluun sisältyy seitsemän 45 min ohjaustuntia. Rakennamme ohjelman tilojen ja aikataulujen sallimissa rajoissa.

LIIKUNTALAJEJA Kysy lajiluettelo myynnistä!

YHTEISTOIMINNALLISET

Akrobatia ja ihmispyramidit
Kisakallio Olympialaiset
Paralympic Games
Tiimitehtävät

ULKOILUA JA PELAILUA

Beachpelit
Frisbeegolf
Jousiammunta
Kaupunkipolttis
Kisakallio Survival
Suurkanootit
Seikkailuretki Karnaisiin
StreetBasket

LIIKETTÄ JA TOIMINTAA

Boulderointi ja AirTrack
IndoorGolf
Liikunta Kimble
Norsufutis
Parkour

LISÄMAKSUSTA

2x Makkaraa + sinappi
ja ketsuppi +6 €/hlö illanvieron
tilavarauksen yhteydessä
Lettutaikina, hillo
ja kermavaahto +5,70 €/ hlö
tilavarauksen yhteydessä
Suurkota +90 €/90 min
Lisäohjaus 45 min +90 €
Ylimääräinen salivuokra (esim.
jäävuoro) +50 €/60 min (paikan
päällä varattuna)
Rantasauna +90 €/puoli/60 min,
max. 30 hlöä/ryhmä

TÄYDEN PALVELUN LEIRIKOULUPAKETTI 2 VRK

Lopullinen ohjelma suunnitellaan yhdessä opettajan ja Kisakallion yhteyshenkilön toimesta.

SUPER (sis. tulopäivän lounas ja iltapalat)

PÄIVÄ 1

11.00 – 13.00 Lounas
13.00 – 14.30 Leirikouluinfo & kaupunkipolttopallo 2x45 min
15.00 – 16.00 Opettajan toimintatuokio: pallohalli ryhmälle
16.00 Päivällinen
18.00 – 19.30 Opettajan toimintatuokio: rantasaunat varattuna
20.00 – 21.00 Iltapala

PÄIVÄ 2

7.00 – 8.30 Aamiainen
9.00 – 9.45 Boulderointi & AirTrack
10.00 – 10.45 ActionTournament
11.00 Lounas
13.00 – 14.30 Melonta 2x45 min. Toinen ryhmä opettajan johdolla frisbeegolf/beachpelit. Säävaraus.
15.00 – 16.00 Opettajan toimintatuokio: taitosali varattuna
16.00 Päivällinen
18.00 – 20.30 Opettajan toimintatuokio: tulistelut Suurkodalla
20.30 – 21.00 Iltapala

PÄIVÄ 3

7.00 – 8.30 Aamiainen
9.00 – 9.45 Jousiammunta, ulkona
11.00 Lounas ja huoneiden luovutus
12.00 Kotimatka alkaa!

2 VRK HINTA/HLÖ	BASIC	SUPER
LOW loka-maaliskuu	175 €	202 €
HIGH huhti-syyskuu	195 €	222 €

Hinnat edellyttävät min. 10 osallistujaa.

TÄYDEN PALVELUN LEIRIKOULUPAKETTI 1 VRK

Lopullinen ohjelma suunnitellaan yhdessä opettajan ja Kisakallion yhteyshenkilön toimesta.

Sis. tulolounaan ja iltapalan.

PÄIVÄ 1

11.30 Lounas
12.30 – 14.00 Leirikouluinfo & kaupunkipolttopallo 2x45 min
14.30 – 15.15 Tiimitehtävät
16.00 Päivällinen
18.00 – 19.30 Opettajan toimintatuokio: rantasaunat varattuna
22.00 Hiljaisuus

PÄIVÄ 2

7.00 – 8.30 Aamiainen buffet-pöydästä
9.00 – 9.45 ActionTournament
10.00 – 10.45 Jousiammunta
12.00 Lounas ja huoneiden luovutus
Kotimatka alkaa

1 VRK HINTA/HLÖ	SUPER	135 €
-----------------	-------	-------



Maksuton leirikoulukaappi sisältää erilaisia mai-
loja ja palloja vapaa-aikaan.

KOLMEN KAMPUKSEN URHEILUOPISTO YHDISTÄÄ PAJULAHDEN JA KISAKALLION PERINTEET

Kolmen kampuksen urheiluopisto palvelee Lahdessa, Lohjalla sekä Helsingissä. Toimintamme ytimessä ovat laadukas urheilualan koulutus sekä monipuoliset urheilu-, hyvinvointi- ja vapaa-ajan palvelut. Kampuksemme tarjoavat myös näyttävät puitteet maailmanluokan tapahtumille.

Toimintamme arvoja ovat
Urheilu ja liikunta kuuluu kaikille
Rohkeus tehdä ja välittää

Tervetuloa Kolmen kampuksen urheiluopistoon!



Kolmekampusta
Pajulahti1929
Kisakallio



Kolmekampusta
Pajulahti1929
Kisakallio

KYSY LISÄÄ, RAKENNETAAN YHDESSÄ IKIMUISTOINEN, TÄYDEN PALVELUN LEIRIKOULU LUOKALLENNE.



VARAUKSET JA LISÄTIEDOT

SANDRA SÄLKE Pajulahti	puh. 044 7755 206
VIIVI OLLILA Kisakallio	puh. 041 7318 773

Pyydä tarjous leirikoulut@kolmekampusta.fi

Palvelemme arkisin kello 9.00-15.45

Hinnat sisältävät Alv. Pidätämme oikeudet muutoksiin.

www.kolmekampusta.fi