KESÄ 14.-21.6.2026

KOLMEN KAMPUKSEN URHEILUOPISTO
PAJULAHTI · KISAKALLIO · MÄKELÄNRINNE

SUNNUNTAI	MAANANTAI	TIISTAI	KESKIVIIKKO	TORSTAI	PERJANTAI	LAUANTAI	SUNNUNTAI
Tervetuloa Pajulahteen! Ilmoittautumislistat ovat Starttiaulassa aikuisten ja koko porukan aktiviteetteihin. Huom! x2 merkintä tarkoittaa kahta samansisältöistä 40min aktiviteettiä. Kokoontumispaikat: • **Aikuiset** merkityssä liikuntatilassa • **Nuorten 12-16 -vuotiaat** Lehtienlukusalissa • **Lasten 5-11 -vuotiaat** Starttiaulassa (Ohjaajat noin 5 min ennen ottamassa lapsia vastaan. Jos lapsia on paljon, niin tehdään jako 5-7 ja 8-11 vuotiaisiin) • **Vimpulat 3-4 -vuotiaat** Lastenmaailmassa. (Ovet aukeavat 15 min ennen ja sulkeutuvat 15 min jälkeen merkityn ajan.)	7.15-9.30 Aamiainen	7.15-9.30 Aamiainen	7.15-9.30 Aamiainen	7.15-9.30 Aamiainen	7.15-9.30 Aamiainen	7.15-9.30 Aamiainen	7.15-9.30 Aamiainen
	9.30-11.00 Koko porukan Geokätköily, STA Perheuinti I, UH Perhepeuhu, VS **Aikuisten** Melonta, M	9.30-11.00 Koko porukan Liikunnallinen rahapeli, P1 Perheuinti I, UH Perhepeuhu, VS **Aikuisten** Jousiammunta, N	9.30-11.00 Koko porukan PajuBattle ulkona, STA Perheuinti I, UH Perhepeuhu, VS **Aikuisten** Jousiammunta, N	9.30-11.00 Koko porukan Pihapelit, STA Perheuinti I, UH Perhepeuhu, VS **Aikuisten** Fatbike, PA	9.30-11.00 Koko porukan Yleisurheilu, STA Perheuinti I, UH Perhepeuhu, VS **Aikuisten** Fatbike, PA	9.30-11.00 Koko porukan Pihaleikit, STA Perheuinti I, UH Perhepeuhu, VS **Aikuisten** Jousiammunta, N	9.30-11.00 Koko porukan PajuOlympialaiset ulkona, STA Perheuinti I, UH Perhepeuhu, VS **Aikuisten** Melonta, M
	11.15-13.30 Lounas	11.15-13.30 Lounas	11.15-13.30 Lounas	11.15-13.30 Lounas	11.15-13.30 Lounas	11.15-13.30 Lounas	11.15-13.30 Lounas
	13.30-15.00 **Aikuisten** Cross Training, K **Aikuisten** Seinäkiipeily, N **Nuorten** Jousiammunta, N **Lasten** Live Cluedo ja Cornhole, N **Vimpulat**	13.30-15.00 **Aikuisten** Rennot rytmit x2, TS **Aikuisten** Cornhole x2, N **Nuorten** Seinäkiipeily, N **Lasten** PajuHop, VS **Vimpulat**	13.30-15.00 **Aikuisten** Pallo- ja mailapelit x2, P **Aikuisten** Kahvakuula x2, K **Nuorten** Lippupallo, KN1 **Lasten** Seinäkiipeily, N **Vimpulat**	13.30-15.00 **Aikuisten** Viitepelit, STA **Aikuisten** Fatbike, PA **Nuorten** Pa Ji Xen mysteeri sisällä + Cornhole, N **Lasten** Mega Twister ja musiikkiliikunta, TS **Vimpulat**	13.30-15.00 **Aikuisten** Gymstick, TS **Aikuisten** Seinäkiipeily, N **Nuorten** Pallopelit, P **Lasten** Vesipelit, UH **Vimpulat**	13.30-15.00 **Aikuisten** Kehonpainoharjoitus, VS **Aikuisten** Melonta, M **Nuorten** Vesipelit, UH **Lasten** Pallopelit, P **Vimpulat**	12.00 Huoneiden luovutus 12.00-12.45 Koko porukan Päätös ja palautteet (palautteen antajat palkitaan paikanpäällä), Saari-kabinetti
14.00-14.45 Loman avaus, A * onnistuneen loman tärkein hetki: * jaetaan päivitetty ohjelma * kerrotaan käytännön toimintaohjeet * lapsille piirrustuspaperia ja kyniä * aikuisille alennuskuponki 15.00 Majoittuminen	15.45-16.30 **Aikuisten** FasciaMethod (niska-hartia), VS **Aikuisten** Foam roller, TS **Nuorten** KIN-ball, P1 **Lasten** Sisäcurling, N **Vimpulat**	15.45-16.30 **Aikuisten** Kehonhuolto, P1 **Aikuisten** Venyttelyt, TS **Nuorten** PajuHop, VS **Lasten** Joukkuepelit ulkona **Vimpulat**	15.45-16.30 **Aikuisten** Tasapainoharjoitus, VS **Aikuisten** FasciaMethod (lantio), TS **Nuorten** Mailapelit, P **Lasten** Ulkoleikit **Vimpulat**	15.45-16.30 **Aikuisten** Liikkuvuusharjoitus, P1 **Aikuisten** Rentoutus, VS **Nuorten** Dodge ball, P2 **Lasten** Juoksuleikit, N **Vimpulat**	13.30-15.00 **Aikuisten** Kehonhuolto, TS **Aikuisten** Foam roller, P2 **Nuorten** Live Cluedo **Lasten** Polttopallopelit, P1 **Vimpulat**	13.30-15.00 **Aikuisten** Venyttelyt, TS **Aikuisten** Jousiammunta, N **Nuorten** Mega Twister, VS **Lasten** Donut Hockey, P1 **Vimpulat**	**Kiitos, kun kävit ja tervetuloa uudelleen!**
16.00-18.00 Päivällinen	16.30-19.00 Päivällinen	16.30-19.00 Päivällinen	16.30-19.00 Päivällinen	16.30-19.00 Päivällinen	16.30-19.00 Päivällinen	16.30-19.00 Päivällinen	
17.30-18.15 Koko porukan Tutustumisliikunta, P 19.00-22.00 Rantasaunat 19.30-21.00 Perheuinti I, UH	19.00-22.00 Rantasaunat 18.00-19.00, 19.30-20.30 Perheuinnit II-III, UH	19.00-22.00 Rantasaunat 18.00-19.00, 19.30-20.30 Perheuinnit II-III, UH	19.00-22.00 Rantasaunat 18.00-19.00, 19.30-20.30 Perheuinnit II-III, UH	19.00-22.00 Rantasaunat 18.00-19.00, 19.30-20.30 Perheuinnit II-III, UH	19.00-22.00 Rantasaunat 18.00-19.00, 19.30-20.30 Perheuinnit II-III, UH	19.00-22.00 Rantasaunat 18.00-19.00, 19.30-20.30 Perheuinnit II-III, UH	SELITTEET LYHENNYKSILLE: A = Auditorio K = Kamppailuareena KN = Keinonurmi L = Luokka LH = Liikuntahalli M = Melontaranta N = Nikula-halli P = Palloilusali PA = Paahtimo STA = Starttiaula TS = Tanssistudio UH = Uimahalli VS = Voimistelusali
19.30-21.00 Iltapala	19.30-21.00 Iltapala	19.30-21.00 Iltapala	19.30-21.00 Iltapala	19.30-21.00 Iltapala	19.30-21.00 Iltapala	19.30-21.00 Iltapala	