

# KESÄFIILIS 29.6-3.7.2026

MAANANTAI	TIISTAI	KESKIVIikko	TORSTAI	PERJANTAI
	7.15-9.30 Aamiainen	7.15-9.30 Aamiainen	7.15-9.30 Aamiainen	7.15-9.30 Aamiainen
Tervetuloa Pajulahteen!  Ohjaajina toimivat Pajulahden liikunnanohjaajat.	8.00-8.45 Järvivesijumppa (+10€), Lake Pool  9.30-11.00 Pihapelit, STA	9.30-11.00 Sisäboccia ja Darts, N	8.00-8.45 Pilates ulkona (+10€), Rantasauna  9.30-11.00 Sisäcurling ja jousiammunta, N	9.30-11.00 Cornhole ja venyttelyt, N  11.00-19.00 Lake Pool Pajulahti avoimna maksutta
12.00-12.45 Avausinfo, L Nikkinen	11.00-13.30 Lounas	11.00-13.30 Lounas	11.00-13.30 Lounas	11.00-13.30 Lounas
12.45-13.30 Lounas  13.00-19.00 Lake Pool Pajulahti avoimna maksutta  13.30-15.00 Ryhmä ja kuntosali tutuksi, KS  15.00 Majoittuminen  16.45-17.45 FasciaMethod, P2	11.00-19.00 Lake Pool Pajulahti avoimna maksutta  13.30-15.00 Kehonhallinta ja tasapaino, K  16.45-17.45 Cross training, K	11.00-19.00 Lake Pool Pajulahti avoimna maksutta  13.30-15.00 Vesijumppa ja -juoksu, UH  16.45-17.45 Keppijumppa ja kehonhuolto, K	11.00-19.00 Lake Pool Pajulahti avoimna maksutta  13.30-15.00 Vesijumppa ja uinti, UH  16.45-17.30 Liikkuvuusharjoitus, TS	12.00 Huoneiden luovutus  12.30-13.15 Päätös ja palautteet, L Haavisto  Kiitos, kun kävit ja tervetuloa uudelleen!  SELITTEET LYHENNYKSILLE:  A = Auditorio K = Kamppailuareena KS = Päärakennuksen kuntosali L = Luokka N = Nikula P = Palloilusali STA = Starttiaula UH = Uimahalli TA = Takahuone TS = Tanssistudio VS = Voimistelusal
17.45-19.00 Päivällinen  19.00-22.00 Majoittuvien rantasaunat	17.45-19.00 Päivällinen  19.00-22.00 Majoittuvien rantasaunat	17.45-19.00 Päivällinen  19.00-20.30 Visailut ja kisailut, A  19.00-22.00 Majoittuvien rantasaunat	17.30-19.00 Päivällinen  19.00-22.00 Majoittuvien rantasaunat	



**KOLMEN KAMPUKSEN  
URHEILUOISTO**

PAJULAHTI • KISAKALLIO • MÄKELÄNRINNE

