TÄYDEN PALVELUN PERHEPAKETTI PAJULAHDESSA 20.–28.2.2027

LAUANTAI	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 (16+)** merkityssä liikuntatilassa • **Nuorten 12-15 -vuotiaat** Vastaanotossa • **Nuorten 9-11 -vuotiaat** Lehtienlukusalissa • **Lasten 6-8 -vuotiaat** Starttiaulassa (Ohjaajat noin 5 min ennen ottamassa lapsia vastaan) • **Vimpulat 3-5 -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	7.15-9.30 Aamiainen
13.00-13.45 **Koko porukan** Avaus, A Perhepaketin tärkein hetki: * jaetaan päivitetty ohjelma ja kerrotaan käytännön ohjeet * lapsille piirrustuspaperia ja kyniä * aikuisille alennuskuponki **Vimpulat** (Lastenmaailma auki jo klo 12.45, toinen vanhempi voi tulla mukaan) 14.00-14.45 **Koko porukan** tutustuminen, P1 Vimpulat Liikuntaa ja leikkejä 15.00 Majoittuminen 15.30-17.00 **Aikuisten** Kuntosalitreeni, KS **Aikuisten** Kehonhallinta ja -huolto, TS Nuorten Kuntonyrkkeily ja pelit, K Nuorten Tutustumisliikunta, VS Lasten Seinäkiipeily, N Vimpulat Liikuntaa ja leikkejä	9.00-21.30 Pelailut, KO 9.30-11.00 **Koko porukan** Geokätköily tai valokuvasuunnistus (5+), STA **Koko porukan** Perhepeuhu (0+), VS **Aikuisten** Hiihto (vapaa), PA **Aikuisten** omatoiminen sulkapallo (välineet vastaanotosta), LH Vimpulat Liikuntaa ja leikkejä 12.15-13.00 **Koko porukan** Uinti I, UH	9.00-21.30 Pelailut, KO 9.30-11.00 **Koko porukan** Kolmen kampuksen kisailut (5+), PLH **Koko porukan** Pihapelit (0+), STA **Aikuisten** Hiihto (perinteinen), PA **Aikuisten** omatoiminen kuntosali, KS Vimpulat Liikuntaa ja leikkejä 11.15-12.00 **Koko porukan** Uinti I, UH	9.00-21.30 Pelailut, KO 9.30-11.00 **Koko porukan** Geokätköily tai valokuvasuunnistus (5+), STA **Koko porukan** Perhepeuhu (0+), VS **Aikuisten** Hiihto (vapaa), PA **Aikuisten** omatoiminen sulkapallo (välineet vastaanotosta), LH Vimpulat Liikuntaa ja leikkejä 11.15-12.00 **Koko porukan** Uinti I, UH	9.00-21.30 Pelailut, KO 9.30-11.00 **Koko porukan** Hiihto perinteisellä tyylillä (5+), PA **Koko porukan** Yleisurheilu (0+), PLH **Aikuisten** + Nuorten YOU.FO & joukkuepelit, PLH **Aikuisten** omatoiminen kuntosali, KS Vimpulat Liikuntaa ja leikkejä 11.15-12.00 **Koko porukan** Uinti I, UH	9.00-21.30 Pelailut, KO 9.30-11.00 **Koko porukan** Lumipelit (5+), STA **Koko porukan** Perhepeuhu (0+), VS **Aikuisten** Hiihto (perinteinen), PA **Aikuisten** omatoiminen sulkapallo (välineet vastaanotosta), LH Vimpulat Liikuntaa ja leikkejä 11.15-12.00 **Koko porukan** Uinti I, UH	9.00-21.30 Pelailut, KO 9.30-11.00 **Koko porukan** Pihapelit (5+), STA **Koko porukan** Mäenlasku ja napakelkka (0+), STA **Aikuisten** Hiihto (vapaa), PA **Aikuisten** omatoiminen kuntosali, KS Vimpulat Liikuntaa ja leikkejä 11.15-12.00 **Koko porukan** Uinti I, UH	9.00-21.30 Pelailut, KO 9.30-11.00 **Koko porukan** Hiihto vapaalla tyylillä (5+), PA **Koko porukan** Perhepeuhu (0+), VS **Aikuisten** Lumikenkäily, STA **Aikuisten** omatoiminen sulkapallo (välineet vastaanotosta), LH Vimpulat Liikuntaa ja leikkejä 11.15-12.00 **Koko porukan** Uinti I, UH	9.00-14.00 Pelailut, KO 9.30-11.00 **Koko porukan** Tarkkuuspelit (5+), N **Koko porukan** Uinti (0+), UH **Aikuisten** Kunnontreeni, P1 **Aikuisten** omatoiminen kuntosali, KS Vimpulat Liikuntaa ja leikkejä 11.30-12.00 Huoneiden luovutus
	11.00-13.30 Lounas	11.00-13.30 Lounas	11.00-13.30 Lounas	11.00-13.30 Lounas	11.00-13.30 Lounas	11.00-13.30 Lounas	11.00-13.30 Lounas	11.00-13.30 Lounas
	13.30-15.00 **Aikuisten** Rennot rytmit x2, TS **Aikuisten** Kunnontreeni x2, P1 Nuorten Lacrosse, LH Nuorten Kolmen kampuksen mysteeri, L1 Lasten Temppuilut (Air Track), VS Vimpulat Liikuntaa ja leikkejä	13.30-15.00 **Aikuisten** Cornhole ja Darts, N **Aikuisten** Seinäkiipeily, N Nuorten Kuntokamppailut, K Nuorten Jousiammunta, N Lasten Pallopelit, P Vimpulat Liikuntaa ja leikkejä **15.30-16.45** **Koko porukan** omatoiminen mailaton luistelu, JH	13.30-15.00 **Aikuisten** Jousiammunta x2, N **Aikuisten** Kuntopiiri x2, N Nuorten Pallopelit, P Nuorten Donut Hockey ja Fast Scoop, LH Lasten Seinäkiipeily, N Vimpulat Liikuntaa ja leikkejä **15.30-16.45** **Koko porukan** omatoiminen mailaton luistelu, JH	13.30-15.00 **Aikuisten** Cross Training, K **Aikuisten** FasciaMethod, TS Nuorten Jousiammunta, N Nuorten Seinäkiipeily, N Lasten Temppurata ja akrobatia, VS Vimpulat Liikuntaa ja leikkejä **15.30-16.45** **Koko porukan** omatoiminen mailaton luistelu, JH	13.30-15.00 **Aikuisten** Kahvakuula x2, K **Aikuisten** Kuntonyrkkeily x2, K Nuorten Seinäkiipeily, N Nuorten Kaupunkipolttopallo ja akrobatia, VS Lasten Soft Polo ja Futsal, P Vimpulat Liikuntaa ja leikkejä **14.30-15.45** **Koko porukan** omatoiminen mailaton luistelu, JH	13.30-15.00 **Aikuisten** Voimatankotreeni x2, TS **Aikuisten** Gymsticktreeni x2, P Nuorten Temppuilut (Air Track) ja akrobatia, VS Nuorten Pallopelit, LH Lasten Nassikkapaini, K Vimpulat Liikuntaa ja leikkejä **15.30-16.45** **Koko porukan** omatoiminen mailaton luistelu, JH	13.30-15.00 **Aikuisten** Kuntopiiri x2, P1 **Aikuisten** Steplautatreeni x2, TS Nuorten Donut Hockey ja Fast Scoop, LH Nuorten Kuntokamppailut, K Lasten Kaupunkipolttopallo, VS Vimpulat Liikuntaa ja leikkejä	13.00-13.30 **Koko porukan** päätös ja palautteet (palautteen antajat palkitaan paikanpäällä), L1
	15.45-16.30 **Aikuisten** Lumikenkäily, PA **Aikuisten** FasciaMethod (niska-hartia), TS Nuorten Hankipelit Nuorten Live Cluedo Lasten Mega Twister, VS Vimpulat Liikuntaa ja leikkejä	15.45-16.30 **Aikuisten** Pilates, TS **Aikuisten** Vesijumppa, UH Nuorten Dodgeball, LH Nuorten Temppuilut (Air Track), VS Lasten Musiikkileikit, P2 Vimpulat Liikuntaa ja leikkejä	15.45-16.30 **Aikuisten** FasciaMethod (lantio), TS **Aikuisten** KIN-ball, LH Nuorten Live Cluedo sisällä Nuorten Mega Twister, VS Lasten Donut Hockey, P Vimpulat Liikuntaa ja leikkejä	15.45-16.30 **Aikuisten** Liikkuvuutta kepeillä, VS **Aikuisten** Foam Roller, TS Nuorten Donut Hockey & Kwon-Do-pallo, P Nuorten Dodgeball, LH Lasten Lumileikit Vimpulat Liikuntaa ja leikkejä	15.45-16.30 **Aikuisten** Kehonhuolto, P1 **Aikuisten** Pilates, TS Nuorten Kaupunkipolttopallo, VS Nuorten Hankipelit Lasten Mäenlasku Vimpulat Liikuntaa ja leikkejä	15.45-16.30 **Aikuisten** Fasciapallotunti, TS **Aikuisten** Kehonhallinta, VS Nuorten Mega Twister, P1 Nuorten Tiimitehtävät (pähkäily), P2 Lasten Live Cluedo sisällä Vimpulat Liikuntaa ja leikkejä	15.45-16.30 **Aikuisten** Rentoutus, VS **Aikuisten** Keppijumppa, TS Nuorten KIN-ball, P Nuorten Tankofutis, N Lasten Lumipelit Vimpulat Liikuntaa ja leikkejä	
17.00-18.00 Päivällinen	16.30-18.00 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	
17.00-21.30 Pelailut, KO 18.30-19.15 **Koko porukan** uinti, UH 19.00-22.00 Rantasaunat ja avanto	18.00-18.45 & 19.15-20.00 **Koko porukan** uinti II-III, UH 19.00-22.00 Rantasaunat ja avanto	18.00-18.45 & 19.15-20.00 **Koko porukan** uinti II-III, UH 19.00-22.00 Rantasaunat ja avanto	18.00-18.45 & 19.15-20.00 **Koko porukan** uinti II-III, UH 19.00-22.00 Rantasaunat ja avanto	18.00-18.45 & 19.15-20.00 **Koko porukan** uinti II-III, UH 19.00-22.00 Rantasaunat ja avanto	18.00-18.45 & 19.15-20.00 **Koko porukan** uinti II-III, UH 19.00-22.00 Rantasaunat ja avanto	18.00-18.45 & 19.15-20.00 **Koko porukan** uinti II-III, UH 19.00-22.00 Rantasaunat ja avanto	18.00-18.45 & 19.15-20.00 **Koko porukan** uinti II-III, UH 19.00-22.00 Rantasaunat ja avanto	
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	19.30-21.00 Iltapala	

SELITTEET LYHENNYKSILLE:

A = Auditorio
JH = Jäähalli
K = Kamppailuareena
KO = Korneri
KS = Päärakennuksen kuntosali
KN = Keinonurmi
LH = Liikuntahalli
N = Nikula-halli
P = Palloilusali
PA = Paahtimo
PLH = Pajulahti-halli
S = Saari-kabinetti
STA = Starttiaula
T = Tennishalli
TS = Tanssistudio
UH = Uimahalli
VS = Voimistelusali

KOLMEN KAMPUKSEN URHEILUOPISTO