

	Lomaohjelma		
perjantai	lauantai	sunnuntai	
	09.30-10.30 Pump V1 10.30-11.00 Venyttely, V1 9.30-11.00 Pickleball ja sähly, H2	09.30-10.15 Kehonpainotreeni, Kas 10.15-11.00 FasciaMethod, Kas 09.30-11 Vesidisco	Aikuiset Lapset 8-12-v. tai kaikki yhdessä Lapset 5-7v.
12.30-13.30 Lounas	11.00-12.00 Lounas	11.00-12.00 Lounas	Lasten ryhmät kokoontuvat aulassa ennen liikuntaa Tilat: H1= Halli 1 päärakennus H2= Halli 2 Kalliola V1= Voimistelusalusi 1 Majala V2= Voimistelusalusi 2 Majala Kas =Kamppailusali
13.30-14.00 Majoittuminen	12.00-14.30 Kuntosali käytössä omatoimiseen treenaamiseen 12.00-13.00 Sauvalenkki Pyynikille 13.30-14.30 Sh`bam, V1 12.00-13.30 Ulkopalloilu, Tahmela 13.30-14.30 Munajahti, Kas	12.00 Huoneiden luovutus	
14.15-15.00 Gymstick-training , V1 15.00-15.30 Foamroller-kehonhuolto, V1 14.00-15.30 Temppuilu ja akrobatia, Kas	15.30-16.30 Jousiammunta, H2 15.30-16.30 Salapoliisisuunnistus		
16.00-17.00 Päivällinen	16.30-17.30 Päivällinen		
17.00-17.45 Pickleball, H2 17.45-18.30 Sähly, H2 17.00-18.30 Kaupunkipoltti, H1	17.30-18.30 Roundnet, H2 17.30-18.30 Lautapelit		
klo 18.30-19.30 Allas ja sisäsaunat käytössä	18.30-21.00 Rantasaunailta Takkahuone A ja B, saunat 1,2 ja 3		
19.30-20.30 Iltapala	19.30- Iltapala takkahuoneella		

