

LIIKKUEN LUONNOSSA – KIILOPÄÄLLÄ 2017

Sunnuntai		tulopäivä ja majoittuminen, päivällinen (klo 17-19)	
Maanantai	klo 8	aamiainen	
	9	tuloinfo ja liikuntaluento, sekä talokierros	- kokoustilat
	12	lounas	
	13	löydä luonto-retki lähimaastoon	- lähtö pääovelta
	15	sauna ja päivällinen (17-19)	
Tiistai	klo 8	aamiainen	
	9	ravintoluento	- kokoustilat
	10	tunturiretkipäivä	- lähtö pääovelta
	14	lounas	
	15	savusauna ja purouinti	
	17-19	päivällinen	
Keskiviikko	klo 8	aamiainen	
	10	pihapelipäivä/ talvella lumikenkäretki	- lähtö pääovelta
	14	lounas	
	15	savusauna ja purouinti	
	17-19	päivällinen	
Torstai	klo 8	aamiainen	
	10	kulttuuriretki luontoon	- lähtö pääovelta
	13	lounas	
	14	yhteenveto viikosta	- kokoustilat
	15	Maahiskota, lätynpaistoa	
	17	sauna ja päivällinen	
Perjantai	klo 8-9	aamiainen	
	- 10	huoneiden luovut ja näkemiin tunturit	

-Pidätämme oikeuden muutoksiin tarvittaessa

TERVETULOA TUNTURIEN TUNNELMAAN!



TYÖT TAKANA - TUNTURILOMA KIILOPÄÄLLÄ, 5vrk (su-pe) v.2017

Sunnuntai		tulopäivä ja majoittuminen, päivällinen (klo 17-19)
Maanantai	klo 8	aamiainen
	9	tuloinfo ja liikuntaluento, sekä talokierros
	12	lounas
	13	sauvakävelykoulu ja -retki
	15	sauna ja päivällinen
Tiistai	klo 8	aamiainen
	9	ravintoluento
	10	tunturiretki
	14	lounas
	15	savusauna ja purouinti
	17	päivällinen
Keskiviikko	klo 8	aamiainen
	10	pihapelipäivä /talvella lumikenkäretki
	14	lounas
	15	savusauna ja purouinti
	17	päivällinen
Torstai	klo 8	aamiainen
	10	kulttuuriretki
	13	lounas
	14	palautetunti
	15	kotatulilla letunpaistoa
		sauna ja päivällinen
Perjantai	klo 8-9	aamiainen
	- 10	huoneiden luovut ja näkemiin tunturit

-Pidätämme oikeuden muutoksiin tarvittaessa

TERVETULOA TUNTURIEN TUNNELMAAN!

HYVINVOINTILOMA TUNTURISSA – KIILOPÄÄLLÄ 2017

Sunnuntai		tulopäivä ja majoittuminen, päivällinen (klo 17-19)
Maanantai	klo 8	aamiainen
	9	tuloinfo, liikuntaluento ja taloesittely
	12	lounas
	13	ulkoilua, sauvakävelyretki lähimaastoon
	15	sauna
	17-19	päivällinen
Tiistai	klo 8	aamiainen
	9	ravintoluento
	10	uk-kävelytesti ja lihastestit, venyttely- ja rentoutusharjoitus
	14	lounas
	15	savusauna ja purouinti
	17-19	päivällinen
Keskiviikko	klo 8	aamiainen
	10	tunturiretki lumikengillä/patikoiden
	14	lounas
	15	savusauna ja purouinti
	17-19	päivällinen
Torstai	klo 8	aamiainen
	10	kulttuuriretki
	13	lounas
	14	palautetunti ja yhteenveto
	15	maahiskota, tulilla lätynpaistoa
	17	sauna ja päivällinen
Perjantai	klo 8-9	aamiainen
	10	huoneiden luovut ja näkemiin tunturit

-Pidätämme oikeuden muutoksiin tarvittaessa

