



MALLIOHJELMA: Meidän perheen loma

MAANANTAI

klo 15.00 -16.00	Saapuminen ja majoittuminen
klo 15.45 – 16.45	Tuloinfo ja tutustumista / Jonna
klo 17.00 -19.00	Päivällinen
klo 17.00 - 20.00	Sauna ja uinti
klo. 19.30 – 20.00	iltapala

TIISTAI

klo 7.00 - 10.00	Aamusauna ja -uinti
klo 7.30 - 9.30	Aamupala
klo. 9.45 – 10.30	vesijumppa aikuiset ja yli 14 v.
klo. 9.30 – 11.30	lapset alle 13 vuotiaat : - 9.30 - 10.30 ulkopelejä ja leikkejä, - 10.30 – 11.25 musiikkiliikunta (street ja taito) sisällä isossa salissa
klo. 9.30 – 11.20	alle 5 – vuotiaiden lastenhoito
klo 11.30 -13.00	Lounas
klo 17.00 -19.00	Päivällinen
klo 18.30 – 19.00	Yhteistä tekemistä ja tutustumista takkahuoneella
klo. 19.00 – 20.00	Iltapala takkahuoneella
klo 17.00-20.00	Sauna ja uinti
klo 19.30-20.00	Iltapala

KESKIVIIKKO

klo 7.00 -10.00	Aamusauna ja -uinti
klo 7.30 -9.30	Aamupala
klo. 9.30– 11.20	lastenhoito alle 5 v.
klo. 9.40 – 11.20	Perhepelit sisällä tai ulkona sään mukaan ja venyttely / rentoutus
klo 11.30 -13.00	Lounas
klo. 13.00-14.30	Tutustutaan frisbeegolffiin ja vapaamuotoinen frisbeegolf-kierros; koko perheelle
klo 17.00 -19.00	Päivällinen
klo 17.00 -20.00	Sauna ja uinti
klo 19.00 - 20.00	Iltapala

TORSTAI

klo 7.00 -10.00	Aamusauna ja -uinti
klo 7.30 -9.30	Aamupala
klo. 9.30 – 11.20	Lastenhoito alle 5 v.
klo. 9.30 – 11.30	Metsäilyä peleineen ja leikkeineen (1 h) ja joogaseikkailu (1h) alle 13 vuotiaat
klo. 10.00 – 11.30	Aikuisille Sauvakävely lenkki ulkona ja helppo kehonpainojumppa sisällä
klo 11.30 -13.00	Lounas
klo. 13.00 -14.30	Metsäretki / perheliikuntaa (sään mukaan)
klo. 17.00-19.00	Päivällinen
klo 19.30 - 20.00	iltapala

PERJANTAI

klo 7.00 -10.00 Aamusauna ja -uinti

klo 7.30 -9.30 Aamupala

Toiminta koko perheelle yhdessä :

klo 9.30 – 11.00 Askarrellaan luonnon materiaaleista

Klo. 9.30 – 11.00 Tutustutaan uusiin makuihin:

tehdään yhdessä smoothie ja jutellaan puhtaasta ravinnosta

klo. 11.00 - 11.30 Palaute

klo 11.30 -13.00 Lounas

klo 17.00 -19.00 Päivällinen

klo 15.00-20.00 Sauna ja uinti

klo 19.30 -20.00 Iltapala

LAUANTAI

klo 7.00 -10.00 Aamusauna

klo 8.00 -9.30 Aamupala

klo 10.45 -11.30 Huoneiden luovutus

klo 11.30 -13.00 Lounas

Lomalaisten käytettävissä veloituksetta

- kuntosali, tennis- ja lentopallo
- erilaiset piha- ja lautapelit
- luontopolut, lasten ulkoleikkikenttä
- uimaranta, laituri, soutuveneet

Lomalaisten käytettävissä

maksua tai panttia vastaan mm.

- pingis (pantti)
- frisbeegolf (pantti)

Saunat vaihdellen joko ranta- tai allasosastolla