

Malliohjelma

Aikuisten ja erityisryhmien lomat



Sunnuntai

Maanantai

Tiistai

Keskiviikko

Torstai

Perjantai

6:00-10:00 **AAMIAINEN**

8:00-22:00
KYLPYLÄ TAIKAMETSÄ

VESIJUMPPA (30 min)

TULLAAN TUTUKSI (1 h)
Hei, mie oon Maija,
kuka sie oot?

11:00-14:00 **LOUNAS**

KUNTOSALIN LAITEOPASTUS
(1 h) kylpylän kuntosalilla

HAPPIHYPPELY (1 h)
Ohjattu ulkoilu sauvoilla tai
ilman, lähialueet tutuiksi

17:00-20:00 **PÄIVÄLLINEN**

LAULUILTA (1 h)
säestetty yhteislauluilta

6:00-10:00 **AAMIAINEN**

8:00-22:00
KYLPYLÄ TAIKAMETSÄ

VESIJUMPPA (45 min)

**LAMMASSAAREN LUONTO-
KIERROS** (1,5 h) voimaa
luonnosta ohjattu luonto-
lenkki Saimaan rantamais-
eissa vuoden ajan ja ryh-
män toiveiden mukaan

11:00-14:00 **LOUNAS**

LUMOAVA LADY/ (30 min)
CHARMANTTI HERRA
Pehmeät kädet
pikahoitona kaikille

KEILAT KAATUVAT... (1 h)
Keilailun ABC, ohjattu tutus-
tuminen lajiin kylpylän keila-
hallilla

17:00-20:00 **PÄIVÄLLINEN**

SINISEN SAIMAAN RISTEILY
(2 h) Maksullinen retki
kesä-elokuu

KARAOKEILTA (4 h)

6:00-10:00 **AAMIAINEN**

8:00-22:00
KYLPYLÄ TAIKAMETSÄ

VESIJUMPPA (30 min)

TESTITORI (2 h)
UKK-kävelytesti/Toimiva testi
ja **PALAUTTAVAT VENYTELYT**

11:00-14:00 **LOUNAS**

VIIKON PELI (1 h)
Mölkky-peli, boccia,
golfputtikisa tai visailu

**ILTAPÄIVÄN KEHON-
HUOLTOTUOKIO** (30 min)
Veny ja rentoudu!

17:00-20:00 **PÄIVÄLLINEN**

ORKESTERITANSSIT (4 h)
Vapaa pääsy
(syys-huhtikuu)

6:00-10:00 **AAMIAINEN**

8:00-22:00
KYLPYLÄ TAIKAMETSÄ

VESIJUMPPA (45 min)

TESTIPALAUTE (1 h)
testien tulokset ja aktiivi-
sempaan arkeen -fietoisku

11:00-14:00 **LOUNAS**

NOKIPANNUKAHDILLE (1 h)
Kylpylän alakodalle. Talo
tarjoaa...

PÄIVÄTANSSIT (2 h)
Levymusiikin tahtiin
ravintolassa

17:00-20:00 **PÄIVÄLLINEN**

LEIKKIMIELINEN KEILAKISA
(1 h) Osallistumismaksu
Voittaja palkitaan

SINISEN SAIMAAN RISTEILY
(2 h) Maksullinen retki
kesä-elokuu

6:00-10:00 **AAMIAINEN**

8:00-11:00
KYLPYLÄ TAIKAMETSÄ

VESIJUMPPA (30 min)

LOMAPALAUTE (30 min)
viikon risut ja ruusut

11:00 **LOUNAS**

12:00 **HUONEEN LUOVUTUS**

**HYVÄÄ KOTIMATKAA JA
TERVETULOA UUELLEEN!**

LISÄKSI
30 min HIERONTA

1 x **VAPAAVALINTAINEN
RYHMÄLIIKUNTATUNTI** (1 h)
(kts. Erillinen lukujärjestys)

**RYHMÄN OMAT OHJELMAT
SINISELLÄ**

LOMALAISTEN KÄYTÖSSÄ

Kuntosali ja liikuntasali
klo 7:00-22:00
Kylpylä Taikametsä
klo 8:00-22:00

Lisämaksusta:
Keilahalli
Ohjatut fitness-ryhmät
Beauty Spa Wellamon
monipuoliset hoidot

**Pidätämme oikeudet
muutoksiin.**
**Lopullinen lomaohjelma
jaetaan tuloinfossa.**

**TERVETULOA
IMATRAN KYLPYLÄÄN!**

MAJOITTUMINEN
huoneet ovat käytettävissä
klo 15:00 mennessä.

17:00-20:00 **PÄIVÄLLINEN**

TULOINFO (30 min)
Kylpylän ja viikko-ohjelman
esittelyä ja **TUTUSTUMISTA**
(30 min)

KYLPYLÄ TAIKAMETSÄ