

ELÄKELIITON LAPPEENRANNAN YHDISTYS

Ohjelma

KESKIVIIKKO 24.5.2023

14:00-14:30 Tervetulokahvit	
14:45-15:30 Tervetuloa Tanhuvaaraan!	Auditorio
* Lomainfo	
16:00-16:45 Happihyppely sauvakävelleen	Ulkona
* Kokoontuminen vastaanoton eteen	
17:00-18:00 Päivällinen	
18:30-19:15 Venyttely & rentoutus	Voim.sali

TORSTAI 25.5.2023

07:15-08:00 Mahdollisuus InBody-kehonkoostumusmittaukseen	Testiasema 1
* Omakustanteinen, 20 €/hlö	
08:00-09:00 Aamiainen	
09:30-10:15 Keho käyntiin jumpaten	Voim.sali
* Jättipallojumppa	
10:45-11:30 Vesijuoksua ja -jumppaa	Iso allas
12:00-13:00 Lounas	
13:30-14:15 Testipalaute InBody-testiin osallistuneille	Auditorio
14:45-16:15 Boccia- ja sisäcurlingturnaus	Pall.halli
17:00-18:00 Päivällinen	
19:00-21:00 Illanvietto-ohjelmaa Espilä Baarissa	Espilä-baari
* Karaokea, tanssia yms.	

PERJANTAI 26.5.2023

07:00-09:00 Aamiainen	
09:00-09:45 Lavis- lavatanssijumppaa	Voim.sali
10:15-11:00 A: Voimaa Vedestä- VesiCircuit	Iso allas
11:00-11:45 B: Voimaa vedestä- VesiCircuit	Iso allas
12:00-13:00 Lounas	
14:00-14:45 A: Frisbeegolf	Frisbeegolf
* Kokoontuminen puistoon	
14:00-14:45 B: Voimaa Vartaloon kuntosalilta	Kuntosalit
15:30-16:15 B: Frisbeegolf	Frisbeegolf
* Kokoontuminen puistoon	
15:30-16:15 A: Voimaa Vartaloon kuntosalilta	Kuntosalit
17:00-18:00 Päivällinen	
18:30-19:15 Ohjelmallinen illanvietto rantasaunalla	RS/takkatupa
19:15-22:00 Ilta jatkuu omalla porukalla saunoen ja rupatellen	RS/takkatupa

LAUANTAI 27.5.2023

07:00-09:00 Aamiainen	
09:30-10:15 Savolaiset Olympialaiset	Tekonurmi

* Kokoontuminen urheilukentälle
10:30-11:15 Kiitos Lomasta!
* Päätös ja palaute
12:00-13:00 Lounas

Auditorio