

LAPIN KUNTOOUTUS OY, LOMA-OHJELMA

Yleinen ohjelma

Oma lomaohjelma

| Klo | | Sunnuntai | Klo | Maanantai |
|-------|--|-------------------------|-------|----------------------------------|
| | | | 7.00 | AAMUPALA |
| | | | 9.30 | AAMUVERRYTTELY |
| | | | 10.15 | LIHASKUNTO |
| | | TULOINFO | 11.00 | LOUNAS |
| | | | 12.00 | PÄIVÄLEPO |
| | | RYHMÄYTYMINEN | 12.30 | KÄDENTÄIDOT |
| | | | 14.00 | LIIKUNTARYHMÄ/Allas |
| 16.00 | | PÄIVÄLLINEN | | |
| | | | 16.00 | PÄIVÄLLINEN |
| | | | 18.00 | LAULUILTA |
| | | | | |
| Klo | | Tiistai | Klo | Keskiviikko |
| 7.00 | | AAMUPALA | 7.00 | AAMUPALA |
| 9.30 | | AAMUVERRYTTELY | 9.30 | AAMUVERRYTTELY |
| 10.00 | | LUENTO/KESKUSTELURYHMÄ | 10.00 | LUENTO/KESKUSTELURYHMÄ |
| 11.30 | | LOUNAS | 11.30 | LOUNAS |
| 12.00 | | PÄIVÄLEPO | 12.00 | PÄIVÄLEPO |
| 13.00 | | LIIKUNTARYHMÄ/Kuntosali | 14.00 | LIIKUNTARYHMÄ /allas |
| | | | | |
| 15.15 | | ULKOILU | | |
| 16.00 | | PÄIVÄLLINEN | 16.00 | PÄIVÄLLINEN |
| 17.30 | | PELI-ILTA | 18.00 | VAIHTELEVAA OHJELMAA/VIERAILIJAT |
| | | | | |
| Klo | | Torstai | Klo | Perjantai |
| 7.00 | | AAMUPALA | 7.00 | AAMUPALA |
| 9.30 | | AAMUVERRYTTELY | 9.30 | AAMUVERRYTTELY |
| 10.00 | | TOIMINTATUOKIO | 10.00 | LIIKUNTARYHMÄ /allas |
| 11.30 | | LOUNAS | 11.00 | LOUNAS |
| 12.00 | | PÄIVÄLEPO | 12.00 | TOIMINTATUOKIO |
| 13.00 | | LIIKUNTARYHMÄ/ pelisali | 13.00 | PALAUTETILAISUUS |
| | | | | |
| 15.15 | | ULKOILU | | |
| 16.00 | | PÄIVÄLLINEN | | |
| 18.00 | | ILTAHARTAUUS | | |