

Viikko 45

Isänpäivä

Maanantai 3.11.

10:00–10:20

Tuolijumppa
ravintolassa.

10:45–11:45

Pitkä kävely
keskuspuistossa.
Lähtö ravintolasta.

11:30–13:30

Lounas

14:00–14:45

Uusien ryhmien
tai kerhojen
suunnitteluhetki
H-siiven
olohuoneessa.

Tiistai 4.11.

10:00–10:20

Tuolijumppa
ravintolassa.

11:30–13:30

Lounas

14:00–15:00

Lukupiiri:
Valitaan uusi kirja.
H-siiven olohuone.

16:30–17:15

Kuvataideryhmä
H-siiven
olohuoneessa.
Tervetuloa!

Keskiviikko 5.11.

9:30–11:30

Uimavuoro
Wilhelmiina
Taavetissa.
Lähtö kävellen
ravintolasta
klo 9:30.

11:30–13:30

Lounas

13:30–16:00

Retki Ateneumiin.
Lähtö ravintolasta.
Olga tilaa
yhteiskyydit.
Museon
sisäänkäynti
maksuton.

Torstai 6.11.

10:30–11:15

Kuntosalitreeni.
Siirrytään salille
ravintolasta
klo 10:30.

11:30–13:30

Lounas

14:00–14:45

Asahi-
terveysliikuntatunti
Lähtö ravintolasta
klo 13:50.

15:00–16:00

Lukupiiri.
H-siiven olohuone.

Perjantai 7.11.

10:00–10:20

Tuolijumppa
ravintolassa.

11:00–11:30

Rauhallinen kävely
keskuspuistossa.
Lähtö ravintolasta.

11:30–13:30

Lounas

14:00–14:45

Aivojumppa.
H-siiven olohuone.

Lauantai 8.11.

11:30–13:30

Lounas

Lauantaisaunat
(omatoiminen):

17:00–18:00

Naiset

18:30–19:30

Miehet



Sunnuntai 9.11.

11:30–13:30

Lounas

19:30–21:00

MTV3 esittää:
Tanssii Tähtien
Kanssa,
jakso 11/13.
Katsokaa yhdessä
H-siiven
olohuoneessa.

