

# Wilhelmiina Tenholan viikko-ohjelma 6.4-12.4.2026

wilhelmiina

## Nina lomalla 7.-13.4.

Maanantai 6.4.



**11:30–13:30**  
Lounas

Tiistai 7.4.

**10:00-10:20**  
Tuolijumppa  
ravintolassa



**11:00-11:30**  
Rauhallinen kävely  
keskuspuistossa.  
Lähtö ravintolasta

**11:30–13:30**  
Lounas

**14:00-15:00**  
Lukupiiri  
H-siiven  
olohuoneessa



Keskiviikko 8.4.

**10:00-11:00**  
Pitkä kävely  
keskuspuistossa.  
Lähtö ravintolasta

**11:00-14:00**  
Vaatemyyjä  
Keltto Oy  
ravintolassa



**11:30-13:30**  
Lounas

**13:20-15:00**  
YLE TV1  
*Hätävara*  
Katsokaa yhdessä  
H-siiven  
olohuoneessa



Torstai 9.4.

**10:30–11:15**  
Kuntosalitreeni.  
Siirrytään salille  
ravintolasta  
klo 10:30



**11:30–13:30**  
Lounas

**14:00-15:00**  
Asahi-  
terveysliikuntatunti  
(omatoiminen)  
Lähtö ravintolasta  
klo13.50



Perjantai 10.4.

**11:30-13:30**  
Lounas

**18:25-20:00**  
FRII - kanava  
*Ruby Herring*  
*Mysteries*



Lauantai 11.4.

**11:30–13:30**  
Lounas

**Lauantaisaunat**  
(omatoiminen)  
**17:00–18:00**  
Naiset  
**18:30–19:30**  
Miehet



Sunnuntai 12.4.

**11:30–13:30**  
Lounas

