

Wilhelmiina Tenholan viikko-ohjelma 13.4.-19.4.2026

wilhelmiina

Nina poissa ma 13.4.

Maanantai 13.4.

10:00-10:20

Tuolijumppa
ravintolassa

11:30-13:30

Lounas

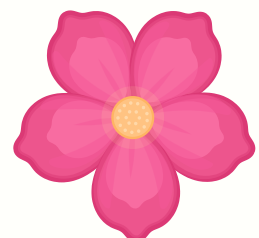
13:30-14:50

YLE TV1

Poikamiespappa

Katsokaa yhdessä

H-siiven
olohuoneessa



Tiistai 14.4.

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

15:15-16:00

Aivojumppa
H-siivessä



Keskiviikko 15.4.



10:00-11:00

Pitkä kävely
keskuspuistossa.
Lähtö ravintolasta

11:30-13:30

Lounas

14:00-15:00

Nautitaan yhdessä
terassikahvit
(säätövara)
Tervetuloa!



Torstai 16.4.

10:30-11:15

Kuntosalitreeni.
Siirrytään salille
ravintolasta
klo 10:30

11:30-13:30

Lounas

14:00-15:00

Asahi-
terveysliikuntatunti.
Lähtö ravintolasta
klo 13.50

15:30-16:30

Lukupiiri
H-siiven
olohuoneessa



Perjantai 17.4.

10:00-10:20

Tuolijumppa
(tanssillinen)
ravintolassa

11:30-13:30

Lounas

14:00-15:00

Tervetuloa pelaamaan
ulkopelejä ravintolan
terassille
(säätövara)



Lauantai 18.4.

11:30-13:30

Lounas

15:30->

FOUR HATS
ESIINTYY

Laulaen kevääseen
ravintolassa



Lauantaisaunat
(omatoiminen)

17:00-18:00

Naiset

18:30-19:30

Miehet



Sunnuntai 19.4.



11:30-13:30

Lounas

21:15-23:10

MTV ava
Vinkki!
Wallander:
syyllisyys