Wilhelmiina Tenholan viikko-ohjelma 26.10.-1.11.2026

wilhelmiina

Maanantai 26.10.

10:00–10:45
Kuntosalitreeni.
Siirrytään salille ravintolasta klo 09.55

13:30->
Vesijumppa Wilhelmiina Taavetissa.
Lähtö kävellen ravintolasta klo 13.30

15:30-16:15
Lukupiiri
H-siiven olohuoneessa

Tiistai 27.10.

10:00-10:20
Tuolijumppa ravintolassa

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

14:30-15:15
Aivojumppaa
H-siiven olohuoneessa

Keskiviikko 28.10.

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

15:00-15:30
Hartaus
J-siiven olohuoneessa

16:00-16:45
Wiltsun musiikkiraati
H-siiven olohuoneessa

Torstai 29.10.

10:30–11:30
Kuntosalitreeni.
Siirrytään salille ravintolasta klo 10.30

15:30-16:15
Lukupiiri
H-siiven olohuoneessa

Perjantai 30.10.

10:00-10:20
Tuolijumppa ravintolassa

13:25-14:45
Katsokaa yhdessä YLE TV1
"Kaunis Veera eli Ballaadi Saimaalta"
H-siiven olohuoneessa

Lauantai 31.10.

Pyhäinpäivä
Voit sytyttää kynttilän jonkun sinulle tärkeän henkilön muistoksi. LED-muistokynttilän saat ravintolan henkilökunnalta. Muistopaikka ravintolan terassilla.

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

Sunnuntai 1.11.

14:00->
Vapaaehtoisen **Ulla-Maijan** iltapäivätuokio J-siiven olohuoneessa.
Tervetuloa!

Käännä

Ruokailuajat:

Aamupala klo 8:00-9:30

Lounas klo 11:00-13:30