



Muistiloma Huhmarissa 2017

MAANANTAI

Majoittuminen klo 14 alkaen

16.00-18.00 Päivällinen

Tervetuloilaisuus lomavieraille ja info viikon ohjelmasta
Ryhmäytyminen
AUDITORIO

Näiden ohjelmien lisäksi Huhmarin viikko-ohjelmasta löydät lisäohjelmia. Viikko-ohjelma julkaistaan lähempänä ajankohtaa.

Nuotiopaikat
käytettävissäne:
Makarinalampi, kota, laavu ja grillikatos

TIISTAI

8.00-9.30 Aamiainen

Kävelyretki Huhmaris-vaaralle, Höytiäisen historiaa matkaa n. 700 m.

Kävelyretken jälkeen jatketaan kodalla rupatellen
KOTA

12.00-14.00 Lounas

Ohjeita kuntolaitteiden käyttöön
KUNTOSALI

Ohjattua vesijumppaa.
VESIMAAILMA

17.00-18.30 Päivällinen

Levytanssit ravintolassa, vapaa pääsy

Vesimaailma avoinna klo 20 saakka

KESKIVIIKKO

8.00-9.30 Aamiainen

Ohjattua aamujumppaa
KAISKU

Lomalaisten leikkimieliset olympialaiset liikuntabingon merkeissä
TORI

12.00-14.00 Lounas

Luento "Millä tavalla pidän huolta omasta muististani"
AUDITORIO

Liikuntabingo
TORI

17.00-18.30 Päivällinen

Vesimaailma on avoinna klo 20.00 saakka

TORSTAI .

PERJANTAI

LAUANTAI

8.00-9.30 Aamiainen

Liikuntaa ulkopelien merkeissä
TORI

Tietovisailua

AUDITORIO

8.00-9.30 Aamiainen

Ohjattu sauvakävelylenkki
pienryhmissä

TORI

Seurapelejä, muistijumppaa aivoille

8.00-9.30 Aamiainen

Loma-asuntojen luovutus klo 11

Lounas klo 11-14

12.00-14.00 Lounas

Rentoutusohjelmaa

LIIKUNTATILA KAISKU

Lomalaisten kyvyt esiin _ laulua,
runoja, sketsejä lomalaisten
esittämänä

AUDITORIO

Olympialaisten tulokset

AUDITORIO

12.00-14.00 Lounas

Jumppaa, venytellen vetreäksi
pienryhmissä

LIIKUNTATILA KAISKU

Viikon lomakokemukset ja palautteet
AUDITORIO

Vesimaailma avoinna:

Ma: SULJETTU

Ti – Pe 14-20

La 10-18

17.00-18.30 Päivällinen

RANTASAUNAT LÄMPIÄVÄT

klo 18-19 Naiset

Klo 19-20 Miehet

17.00-18.30 Päivällinen

Tanssit ravintolassa, pääsymaksu

Hieronta- ja hoitopalvelut

mm. kauneushoitopalvelut,
intialainen päähieronta,
hunajahieronta, vyöhyketerapia

Ajanvaraukset vastaanotosta

Välinevuokrausta ympäri vuoden

Hinnasto netissä

www.lomakeskushuhmari.com

Vuokraukset vastaanotosta