



FUN & SPORTS Perheloma – Hiihtoloma 2021 (viikko 9)

Maanantai 1.3.

10.00 – 11.00	Pulkkamäki koko perheelle	Lähtö Vuokattihallin edestä
14.00 – 15.30	Laskettelun alkeet (7-10v)	Tapaaminen rinteellä "Vuokattisport"
15.30 – 17.00	Laskettelun alkeet (11v-aik.)	-lipun alla hiihtokoulun luona
14.30 – 18.30	<i>Leikki-ikäisille toimintaa hoitopaikassa</i>	<i>Pikku-Pölly (Pallohalli)</i>

Tiistai 2.3.

10.00 – 11.00	Pilkkimistä koko perheelle	Särkinen
13.00 – 14.00	Lasten hiihtokoulu (7-10v)	Stadion
14.00 – 15.00	Perinteisen hiihtotekniikka kuntoon (11v-aik.)	Stadion
15.00 – 16.00	Vapaan hiihtotekniikka kuntoon (11v-aik.)	Stadion
13.30 – 16.30	<i>Leikki-ikäisille toimintaa hoitopaikassa</i>	<i>Pikku-Pölly (Pallohalli)</i>

Keskiviikko 3.3.

10.00 – 11.30	Temppuliikuntaa lapsille ja nuorille (6-14v)	Telinesali
10.00 – 11.30	Lumikenkäilyä aikuisille ja nuorille (yli 10v)	Lähtö Stadionilta
9.30 – 12.00	<i>Leikki-ikäisille toimintaa hoitopaikassa</i>	<i>Pikku-Pölly (Pallohalli)</i>
17.00 – 20.00	<i>Leikki-ikäisille toimintaa hoitopaikassa</i>	<i>Pikku-Pölly (Pallohalli)</i>

Torstai 4.3.

10.00 – 11.00	Pulkkamäki koko perheelle	Lähtö Vuokattihallin edestä
14.00 – 15.30	Lumilautailun alkeet (7-10v)	Tapaaminen rinteellä "Vuokattisport"
15.30 – 17.00	Lumilautailun alkeet (11v-aik.)	-lipun alla hiihtokoulun luona
14.30 – 18.30	<i>Leikki-ikäisille toimintaa hoitopaikassa</i>	<i>Pikku-Pölly (Pallohalli)</i>

Perjantai 5.3.

10.00 – 11.00	Pilkkimistä koko perheelle	Särkinen
13.00 – 14.00	Lasten hiihtokoulu (7-10v)	Stadion
14.00 – 15.00	Perinteisen hiihtotekniikka kuntoon (11v-aik.)	Stadion
15.00 – 16.00	Vapaan hiihtotekniikka kuntoon (11v-aik.)	Stadion
13.30 – 16.30	<i>Leikki-ikäisille toimintaa hoitopaikassa</i>	<i>Pikku-Pölly (Pallohalli)</i>

Lauantai 6.3.

10.00 – 11.30	Temppuliikuntaa lapsille ja nuorille (6-14v)	Telinesali
10.00 – 11.30	Lumikenkäilyä aikuisille ja nuorille (yli 10v)	Lähtö Stadionilta
18.00 – 21.00	Rantasaunat lämpiminä / Avantouinti	Iso-Eikka ja Pikku-Eikka
9.30 – 12.00	<i>Leikki-ikäisille toimintaa hoitopaikassa</i>	<i>Pikku-Pölly (Pallohalli)</i>

Sunnuntai 7.3.

10.00 – 11.30	Lumenvaisto ja/tai Geokätköilyä koko perheelle	Lähtö Vuokattihallin edestä
18.00 – 21.00	Rantasaunat lämpiminä / Avantouinti	Iso-Eikka ja Pikku-Eikka

Ohjelmaan osallistuminen edellyttää majoittumista ohjelman käytön sisältyvällä Perhelomapaketilla Vuokatin Urheiluopistolla. Ohjelmat sisältyvät Fun & Sports Talven -majoituspaketin hintaan. www.vuokattisport.fi. **ILMOITTAUTUMISET KAIKKIIN OHJELMIIN** Urheiluopiston vastaanottoon (avoinna päivittäin klo. 7.00-21.00) viimeistään toimintoa edeltävänä päivänä. Fun & Sports -majoituspakettiin kuuluu lisäksi vapaa pääsy Vuokatti Areenan ryhmäliikuntatunneille (K-15). Ilmoittaudu ryhmäliikuntatunneille osoitteessa <https://www.varaaheti.fi/vuokattiareena/fi>. Tunnille pääsee Fun & Sports -rannekkeella. Pikku-Pöllyssä (Pallohalli) ohjattua toimintaa leikki-ikäisille (yli 3-vuotiaat) ks. aukioloajat yllä.

HUOM! Hissiliput, lasketteluvälineet ja maastohiihtovälineet eivät sisälly ohjelmapaketin hintaan.

*Oikeus muutoksiin pidetään.



Vuokatti Areenan Ryhmäliikunnat viikot 8-10 (22.2.-14.3.2021)

Maanantai

17.30 – 18.15	Areena Hiit	Vuokatti Areena
18.30 – 20.00	Shaktajooga Tasapainottava Tri-dosha	Vuokatti Areena

Tiistai

18.00 – 18.30	Areena Bike 30min	Vuokatti Areena
18.35 – 19.05	Areena Core	Vuokatti Areena

Keskiviikko

17.30 – 18.15	Areena Bike 45min	Vuokatti Areena
17.30 – 18.15	Areena Vesijumppa	Vuokatti Areena
18.30 – 19.15	Areena Slide	Vuokatti Areena

Torstai

17.30 – 18.15	Areena VRP	Vuokatti Areena
18.30 – 20.00	Shaktajooga Viyayama + Tasapainottava	Vuokatti Areena

Perjantai

18.00 – 19.00	Areena Step	Vuokatti Areena
---------------	-------------	-----------------

Sunnuntai

16.00 – 16.45	Areena Circuit	Vuokatti Areena
---------------	----------------	-----------------

Fun & Sports -majoituspakettiin kuuluu vapaa pääsy Vuokatti Areenan ryhmäliikuntatunneille (K-15).
Ilmoittaudu ryhmäliikuntatunneille osoitteessa <https://www.varaaheti.fi/vuokattiareena/fi>.
Tunnille pääsee Fun & Sports -rannekkeella.

*Oikeus muutoksiin pidätetään.