

HIHTOLOMAOHJELMA 2010

Kylpylähotelli Rauhalampi

Sunnuntai

19.00 Tuloinfo:
Tietoa hotellista ja viikko-
ohjelmasta

Päivittäin

07.00-10.00 Aamiainen
(Su klo 8.00-10.30)
12.30-14.00 Lounas
17.00-19.00 Päivällinen
07.30-21.30 Kylpylä
avoinna (To klo 20.30 saakka)

Maanantai

10.15 Tutustuminen toisiin
lomalaisiin ja tutustumiskävely.

11.30 Haaskat kisat koko
perheelle

12.30 Kuntosaliopastus

13.30 Kiipeilyopastus

15.00 Sähly

16.00 Peikkotaitojen reenit

16.45 Keppijumppa

Maksulliset jumpat
17.15 Kiinteytys-aerobic 5 e
18.15 Circuit Training 5 e

19.00 Allaspeuhut
uimataitoisille

19.00 Teatteria: "Paljon On-
nea Vaan". Liput 12 e.
(esitykset 1.2.-29.3.2010)

21.00 Club R - Karaoke
(teatterin jälkeen)

Tiistai

08.30 Vesijumppa

10.00 Moottorikelkkareki-
kytytys

11.30 Savolainen BINGO
12.30 Sähly

14.00 Musavisa koko
perheelle

15.00 Lumilinnan
rakentamista tai pulkkamäki

16.00 Kiipeilyä
16.00 Lasten sadutus

16.00-22.00
Ohjelmallinen perinneilta
Jätkänpäällä: Perinnepäi-
vällinen (lisämaksu 3 e), savu-
sauna, hanuristi, yhteislaulua

Maksulliset jumpat
17.30 Kuntonyrkkeily 5 e

19.00 Vesilentopallo
uimataitoisille

20.00 Club R - Karaoke

Keskiviikko

08.30 Vesijumppa

10.15 Kurlausta. Peli kuin
curling, mutta ei sinne
päinkään.

11.30 Hauskat hiihtokil-
pailut. Kaikki palkitaan.

12.30 Venyttelyt

14.00 Kiipeilyä

15.00 Lumikenkäilyä/hiihtoa

16.00 Lasten seikkailu

16.45 Lihaskuntotestit

Maksulliset jumpat
17.15 Circuit Training 5 e
17.15 Vesijumppa 7 e

19.00 Nuorten disco
19.00 Vesikoripallo uimatai-
toisille

21.00 Naistentanssit
Parhaat kotimaiset artistit.
Club R - Karaoke
Liput 7 e.

Torstai

08.30 Vesijumppa

10.15 Savolainen tietokisa
koko perheelle

11.30 Askartelua

12.30 Testipalautteet

14.00 Leivontaa lapsille

15.00 Pulkkamäki/
frisbeegolf

16.00 Sählyä

Maksulliset jumpat
17.30 Keppijumppa 5 e

19.00 Lasten/nuorten karaoke.
19.00 Vesilentopallo
uimataitoisille

20.30-22.00 Kauneustur-
veilta kylpylässä 20 e/ hlö
Kylpylä sulkeutuu torstaina
muilta asiakkailta klo 20.30.

20.00 Club R - Karaoke

Perjantai

08.30 Vesijumppa

10.15 Loman palaute-
tilaisuus

11.00 Kiipeilyä



TÄMÄ ON HIIHTOLOMAVIIKKOJEN 8-10 OHJELMAN ALUSTAVA PERUSRUNKO. TARKAN VIIKKO-
OHJELMAN SAAT MAJOITTUMISEN YHTEYDESSÄ JA PÄIVITTÄIN HOTELLIN ILMOITUSTAUUILTA.

RENTOUTTAVAA LOMAA toivottavat vapaa-ajanohjaajat.

