

Harrastus- ja kulttuuritoiminta

2.-8.12.2024 vko 49

PÄIVÄ	AIKA	MITÄ	MISSÄ
maanantaina 2.12	8:15 10:00 18:00	ALLASJUMPPA-miehet PÄIVÄN POLTTAVAT PUHEENAIHEET ESTRADILLA: Seinäjoen sekakuoro	Allas-ja saunaosasto Kabinetti Ravintola
tiistai 3.12	10:00 15:00 16:30	ULKOILU TUOLIJUMPPA ESTRADILLA: Conserito quartet	Lähtö aulasta Kahvila Ravintola
keskiviikko 4.12	13-14:00 14-15:00	KUNTOSALIHARJOITUKSET 1. ja 3. kerros KUNTOSALIHARJOITUKSET 4. ja 5. kerros	Kuntosali Kuntosali
torstai 5.12	10:00 12-16:00 14:00	ALLASJUMPPA-naiset TORSTAITORI TASAPAINOHARJOITUKSET	Allas-ja saunaosasto Kahvila Kuntosalin käytävä
perjantai 6.12	14:30 17-20:00	ITSENÄISYYSPÄIVÄN JUHLA NAISTEN YLEINEN SAUNAVUORO	Ravintola Allas- ja saunaosasto
lauantai 7.12	10:30 17-20:00	BINGO MIESTEN YLEINEN SAUNAVUORO	Ravintola Allas- ja saunaosasto
sunnuntai 8.12	10:00 14:15	JUMALANPALVELUS Tv/Yle 1 ULKOILU	Aulan sohvot Lähtö aulasta



AJANKOHTAISTA

- Tervetuloa uudet asukkaat! Tule rohkeasti mukaan yhteisiin tuokioihin.
- Maanantain aloitamme miesten allasjumpalla. Aamupäivällä keskustelemme ajankohtaisista asioista ja uutisista. Iltapäivällä Seinäjoen sekakuoro laulaa, lausuu ja laulattaa.
- Tiistaina aamulla ulkoilua ja iltapäivällä tuolijumppa sekä upea Concerto Quartet esiintyy.
- Keskiviikkona kuntosaliharjoitukset ohjaajan avustuksella.
- Torstai aloitetaan naisten allasjumpalla. Iltapäivällä tehdään tasapainoharjoituksia opiskelijoiden johdolla.
- Perjantaina vietämme maamme itsenäisyyspäivänjuhlaa. Alkumaljojen ja musiikkiesityksen jälkeen kahvitus. Musiikista vastaavat Maria Basis(huilu) ja Jan Sandvik(piano). Tervetuloa!
- Lauantaina bingo ja sunnuntaina ulkoilu.
- Paloturvallisuussyistä talossa ei saa polttaa oikeita, aitoja kynttilöitä!
- Aamupala ja lounas syödään ravintolassa, ei viedä huoneisiin eväitä!
- Talon sanomalehdet luetaan kahvilassa, ei viedä huoneisiin! Eikä leikellä/revitä päivän lehteä!



Hyvää viikkoa!