



KEVÄTKAUDEN 2026 LIIKUNTARYHMÄT JA ILMOITTAUTUMINEN

Kaikki liikunnat ovat tarkoitettut yhdessä sekä miehille että naisille, paitsi naisten ja miesten lihaskuntojummat.

Jumppiin voi ilmoittautua nettisivullamme tapahtumakalenterin kautta, senioriapilla (vain 1-6.1.2026) tai puh. 050 558 8840/Eila Rantanen ja sähköpostilla jumpat@nokianseniorit.fi

JUMPAT:

SENIORIENERGIA -kuntojumppa maanantaisin **12.1-11.5.2026** klo 14.30-15.30, 50 €/kausi, uimahallin liikuntatila, ohjaajana liikuntaneuvoja Kati Raatikainen

BOCCIA tiistaisin **20.1-12.5.2026** klo 9-10, Kerholan juhlasalissa, (13.1. ei ole, yksityistilaisuus) 10 €/kausi. Yhteyshenkilö Markku Toivonen, puh. 040 566 1562

PILATES tiistaisin **13.1-12.5.2026** klo 11.30-12.30, 55 €/kausi, Virran Hiomo-sali. Kurssin vetäjä on Eeva-Maria Pasonen, YogaSource Teacher Training RYT 500 ja PilatesHealth ohjaaja

SENIORIJOOGA - kehonhuoltoa ja rentoutusta tiistaisin **13.1-12.5.2026** klo 10.20-11.20, 55 €/kausi, Virran Hiomo-sali, kurssin vetäjä on Eeva-Maria Pasonen, YogaSource Teacher Training RYT 500 ja PilatesHealth ohjaaja

ALLASJUMPPA 1 keskiviikkoisin **7.1-13.5.2026**, klo 9-9.45, (ei ole 25.2. talvilomaviikko) 45 €/kausi, uimahallin terapia-allas, ohjaajana liikuntaneuvoja Kati Raatikainen

TANSSILIIKUNTA keskiviikkoisin **7.1-13.5.2026** klo 11.30-12.30, 55 €/kausi, Virran Hiomo-sali, liikunnanohjaaja Hanna Yli-Hankala-Peräluoma

MIESTEN LIHASKUNTO perjantaisin **9.1-15.5.2026** klo 9.15-10.15, 50 €/kausi, uimahallin liikuntatila, ohjaajana liikuntaneuvoja Kati Raatikainen

NAISTEN LIHASKUNTO perjantaisin **9.1-15.5.2026** klo 10.30-11.30, 50 €/kausi, uimahallin liikuntatila, ohjaajana liikuntaneuvoja Kati Raatikainen

ALLASJUMPPA 2 perjantaisin **9.1-15.5.2026** klo 12.15-13.00, (ei ole 25.2. talvilomaviikko), 45 €/kausi, uimahallin terapia-allas, ohjaajana liikuntaneuvoja Kati Raatikainen

KUNTOSALI, omatoiminen, torstaisin **8.1-7.5.2026** klo 14-15 uimahallin kuntosalilla, 10 €/kausi. Jos käy vain kuntosalilla, ei erikseen tarvitse maksaa uimahallimaksua.

KEILAKERHO tiistaisin klo 15-16, keilahalli perii maksun, yhteyshenkilö Sirpa Saarenpää puh. 040 839 0970

GOLFKERHO lisätietoa Jorma Koskelaiselta puh. 050 552 6111

Allasjumpalla kävijät maksavat itse uimahallimaksun.

KERHOT:

Menaiset-kerho - tapaamisiin on vapaa pääsy:

Menaiset-kerhon tapaamisiin on vapaa pääsy kiinnostuneilla. Mahdollisten retkien kustannukset osallistujat maksavat itse. Kerhon vetäjä on Maija Teriö, puh. 040 755 5563.

Korttihait 8.1-7.5.2026 parillisen viikon torstaisin klo 9.15-15.15 Virrassa Frans-kokoustilassa 3.krs. Osallistumismaksu 10 €/kausi. Vetäjä Nelly Toivonen, puh. 040 5524 408.

Noxetti-kuoro aloittaa 7.1.2026 ja sen jälkeen ajalla 14.1-20.5.2026 parittomien viikkojen keskiviikkoisin klo 11-13 Polónin salissa Kerholassa, 30 €/kausi. Lisää tietoa kuorosta saat kuoron johtajalta director musices Elina Koivulalta, puh 050 331 3954 tai Sirpa Saarenpäältä, puh. 040 8390 970.

Bridge-korttipelikerho ajalla **15.1-7.5.2026** parittoman viikon torstaisin klo 9.15-11.15 Virrassa Frans-kokoustilassa, 3.krs. Osallistumismaksu 10 €/kausi. Vetäjänä toimii Esa Väliaho, puh. 050 351 6689.

Keilakerho 13.1-12.5.2026 tiistaisin klo 15-16 , keilahalli perii maksun, lisätietoa Sirpa Saarenpäältä, puh. 040 8390 970

Golf-kerho toimii niin pitkään syksyllä kuin ilmat sallivat. Lisätietoa Jorma Koskelaiselta, puh. 050 5526 111.

Vaelluskerho Menninkäiset järjestää yhteiskävelyjä Nokian keskustassa ja tekee päiväretkiä lähikohteisiin, retkiä syksyisin ja keväisin. Katso Menninkäisten sivulta lisätietoa retkistä.

Puntari –kerho kokoontuu Kerholan Polonin salissa torstaisin klo 13.00- 15.00. Ohjelmassa on ajatonta ja ajankohtaista juttua, aiheesta kuin aiheesta. Kerhon kokoontumisiin on vapaa pääsy, ilmoittautumista ei vaadita.

Puntari-kerhon kevään 2026 ohjelma:

12.2. Ajatuksia ja kokemuksia isovanhemmudesta, rovasti, perheneuvoja Heikki Syrjämäki ja psykiatri Merja Syrjämäki

12.3. Ikäihmisten hyvinvoinnin edistäminen, hyvinvointikoordinaattori Riikka Piitulainen, Nokian

kaupunki

9.4. Tunnettuja nokialaisin henkilöitä. Tule kertomaan muistoja esim. kirkkoherra Martti Cederbergistä tai pormestari Yrjö Nykäsestä tai kenestä tahansa tunnetusta nokialaisesta!

7.5. Retki Urkin piilopirtille Pinsiöön (tarkempi ohjelma myöhemmin)

Kevään 2026 kuukausitapaamiset

Tammikuu **29.1.2026** klo 13-15 Kerhola. Nokialaisen Nousu Oy:n toimitusjohtaja Turkka Koivisto esintyy.

Helmikuu **26.2.2026** klo 13-15 Kerhola. Sääntömääräinen kevätkokous. Aimo Kokkola Pälkäneltä laulaa ja soittaa musiikkia.

Maaliskuu **19.3.2026** klo 13-15 Kerhola, Jarmo Syrjälä esitelmöi tekoälystä. Vaateliike Kulmala Ky:n ja NT-Box Oy:n muotinäytös.

Huhtikuu **23.4.2026** klo 13-15 Kerhola. Heikki Paavilainen Valkeaksoken kesäteatterista kertoo Katri-musikaalista.

Toukokuu **21.5.2026** klo 13-15 Kerhola, ohjelma avoin, Noxetti-kuoron esitys

KESÄJUHLA 9.7.2026

TEATTERIRETKET

Teatteriretkien vetäjä: Marianne Rätty, puh. 0500 854 022,
teatteriretket@nokianseniorit.fi

Tampereen teatteriretkien kuljetukset toteutuvat, mikäli vähintään 20 lähtijää ilmoittautuu myös kuljetukseen.

teatteriretket@nokianseniorit.fi tai Tapahtumakalenterin kautta

Ke 18.2.2026 klo 13.00 Sarjahurmaajat – TT Frenckell

Sarjahurmaajat (Ladykillers) on brittiläinen mustan komedian klassikko, joka huvittaa erinomaisilla henkilöhahmoillaan ja absurdeilla asetelmillaan. Rikoksen ympärille rakentuvassa komediassa ahneus ja oikeudentunto törmäävät, ja kun peliin astuu sattuma, on luvassa varsinainen kommellusten sarja.

Sarjahurmaajat heittää hilpeästi häränpyllyä sukupolvien, sukupuolten, hyväksikäytön ja hyväksikäytetyksi tulemisen, oikeudenmukaisuuden sekä hyvän ja pahan taistelussa. Komedia näyttää, miten hyväsydämys voi lopulta voittaa pahuuden ja oikeudenmukaisuus voi toteutua odottamattomilla tavoilla.

Hinta 59 €, sis. lipun ja kuljetuksen, 46 € pelkkä lippu

Ilmoittautuminen viimeistään 18.1.2026

Pe 6.3.2026 klo 13.00 Tootsie - Porin teatteri

Tootsie on hauska ja lämminhenkinen musikaalikomedia, joka Michael Dorseyn tavoin tekee kaikkensa saadakseen yleisönsä hurraamaan! Musikaalissa toteutuvat kaikki klassisen komedian piirteet; alituisesti pulaan joutuva päähenkilö, joka kikkailee itsensä aina vaan syvemmälle omien valheidensa syövereihin, hulvattomat muut hahmot sekä huumorintäyteiset laulunumerot, joita säestää 8-henkinen liveorkesteri!

Pääroolissa Michael Dorseyna/Dorothy Michaelsina vierailee Suomen hauskimpiin koomikoihin lukeutuva JOONAS NORDMAN.

Hinta 90 €, sis. lipun, kuljetuksen ja ruokailun

Ilmoittautuminen viimeistään 5.2.2026

Ke 8.4.26 klo 13.00 Alivuokralainen – Tampereen Teatteri

Hulvaton ja menestyselokuvaksikin päätynyt *Alivuokralainen*-farssi kantaesitettiin Tampereen Teatterissa vuonna 2003, ja sitä esitettiin täysille katsomoille aina vuoteen 2010 saakka. Kummelikaikkokko **Timo Kahilaisen** ja **Heikki Vihisen** käsikirjoittama ja Vihisen ohjaama farssi on edelleen Tampereen Teatterin toiseksi suosituin esitys lähes 140 000 katsojallaan ja 300 esityksellään.

Hyönteistutkija Pauli Bergström (Mikko Nousiainen) ja munuaiskirurgi Lauri Mustonen (Lari Halme) ovat vuokralaisina tilavassa arvohuoneistossa kaupungin keskustassa. Kumpikin on päättänyt nauttia elämästään poikamiehenä. Yksikään nainen ei saa enää tulla harmonista eloa sekoittamaan.

Elämä saa kuitenkin yllättävän käänteen, kun huoneiston vuokraemäntä Lydia-täti vaihtuu vuokraisännäksi. Uusi vuokraisäntä, vääpeli Molotov, on ankara mies, joka päättää kertaheitolla tarkistaa vuokraa muutaman sadan prosentin korotuksella. Paulin ja Laurin on pakko etsiä Alivuokralainen!

Hinta 60 €, sis. lipun ja kuljetuksen, 47 € pelkkä lippu

Ilmoittautuminen viimeistään 7.3.2026

TULOSSA KESÄLLÄ:

Ke 24.6. klo 14.00 HARMONY SISTERS – Pyynikin kesäteatteri

Harmony Sisters on vauhdikas musiikkinäytelmä laulavista Valtosen siskoksista, jotka 1930-luvulla nousivat tähteyteen. Se on tositapahtumiin perustuva tarina rakkaudesta, kaipuusta, sisaruudesta ja musiikin voimasta.

Esitys sisältää kymmeniä yhtyeen tunnetuiksi tekemiä kappaleita, mm. Kodin kynttilät, Sulle salaisuuden kertoa mä voisin, Sataman valot ja Pieni sydän.

Hinta 62 €, sis. lipun ja kuljetuksen, 49 € pelkkä lippu

Ilmoittautuminen viimeistään 21.5.2026

Ke 15.7. klo 14.00 KATRI-HELENA musikaali – Valkeakosken kesäteatteri

Musikaali Katri tuo kauniin kesämaiseman keskelle uskomattoman voimanhaisen elämäntarinan. Sykähdyttävät ja pysäyttävät hetket kulkevat toivon, valon ja hersyvän naurun rinnalla. Esitys on kunnianosoitus suurelle taiteilijalle, jonka musiikki koskettaa ja tanssittaa yli sukupolvien. Tulemme

kuulemaan upeita sovituksia ja tarinoita kaikkien tuntemista kappaleista kuten *Puhelinlangat laulaa*, *Lintu ja lapsi* ja *Anna mulle tähtitaivas*, mutta musikaalissa on mukana myös harvemmin kuultuja ja yllättäviäkin lauluja.

Musikaalin näyttävistä koreografioista vastaa tunnettu koreografi *Katri Riihilahti* (mm. Tanssi tähtien kanssa).

Lavalla rooleissa tullaan näkemään valovoimaisia ammattinäyttelijöitä, joista Katri Helenan nimiroolin tekee upeääninen näyttelijä *Natalil Lintala*.

Hinta 54 €, sis. lipun ja kuljetuksen.

Ilmoittautuminen viimeistään 14.6.2026

Ke 29.7. klo 18.30 DIANDRA Laukossa

Ikonisessa kesäkonsertissa kuulemme rakastettuja kotimaisia klassikoita, suurien tunteiden iskelmiä sekä maailmantähtien hittikappaleita.

Lumoava Diandra on konserttisalien suosikkiartisti, joka on jo seitsemän kauden ajan hurmannut yleisöjä *Elämäni Biisi* -ohjelmassa. Tähtiartisti elää unelmaansa; esiintyy ja laulaa sydämensä kyllyydestä.

Hinta 52 €, sis. lipun ja kuljetuksen.

Ilmoittautuminen viimeistään 12.7.2026

Ke 5.8. klo 18.30 VIULUNSOITTAJA – Nokian kesäteatteri

Viulunsoittaja on musikaali, joka sijoittuu Romanian vuoristokylään, ja kertoo tarinan yksinäisestä Anetasta ja uusista asukkaista. Vuoristokylän elämä herää henkiin uusien asukkaiden ja viulun avulla.

Käsikirjoittaja/ohjaaja Heli Pitkänen

Hinta 33 €, sis. lipun ja väliaikakahvit.

Ilmoittautuminen viimeistään 19.7.2026

SYKSYLLÄ:

La 26.9. klo 13 LAULAVAT SADEPISARAT -Tampereen Teatteri

Laulavat sadepisarat on häikäisevä näyttämöversio kaikkien aikojen parhaimmasta musikaalielokuvasta. Päänäyttämön valloittaa viihdyttävä ja romanttinen speaktaakkeli, joka vie keskelle energistä 1920-lukua ja Hollywoodin glamouria. Musikaali pulppuaa upeaa musiikkia ja virtuoosimaista tanssia sekä pukujen ja lavastuksen loistoa – nostalgista sateessa steppaamista unohtamatta!

Tampereen Teatterin *Laulavat sadepisarat* on hurmaava tulkinta rakastetusta klassikkomusikaalista. Esityksen ohjauksesta vastaa Tampereen Teatterin pääohjaaja *Hilkka-Liisa Ivanainen* ja koreografiasta *Chris Whittaker*, joiden yhteistyönä ovat syntyneet supersuosittu *Oliver Twist* sekä *Piaf*.

Hinta 101 €, sis. lipun ja kuljetuksen, 88 € pelkkä lippu

Ilmoittautuminen viimeistään 25.8.2026