

VIREYTTÄ VUOSIIN



21.-23.4.2026 TANHUVAARASSA

Tervetuloa viettämään virkistäviä ja hyvän mielen päiviä Tanhuvaaraan! Kurssi tarjoaa monipuolista, lempeän tehokasta liikuntaa, rentoutumista, tanssia sekä inspiroivia kohtaamisia – aikaa itselle ja yhdessäololle hyvässä seurassa. Kurssin aikana koetaan ainutlaatuinen hetki, kun luennoitsijaksi saapuu Tohtori Kiminkinen - maalaislääkäri Saarijärveltä!

Tiistai 21.4.2026

14:00-14:30 Tervetulokahvit
 14:45-15:30 Tervetuloa Tanhuvaaraan!
 * Kurssi-info & opiston esittely
 16:00-16:45 Asahi- luonnonhelmassa
 * Kokoontuminen vastaanoton eteen
 17:15-18:00 Päivällinen
 18:30-19:15 Ryppäästä ryhmäksi- tiimitoiminta

Keskiviikko 22.4.2026

07:00-09:00 Aamiainen
 09:30-10:15 Vetreäksi tuolilla- tehokas tuolijumppa
 10:45-11:30 Jalalla koreasti- helppoja ryhmätansseja
 12:00-13:00 Lounas
14:00-15:30 Tohtori Kiminkinen vierailee!
 16:00-16:45 Venyttely ja rentoutus
 17:15-18:00 Päivällinen
 19:00-21:00 Iltatanssit & iltaohjelmaa

Torstai 23.4.2026

07:00-09:00 Aamiainen
 10:00-15:00 Ikivetreät- tapahtuma
 * Toiminnallisia rastipisteitä
 10:30-12:00 Lounaat porrastetusti



Kuvaaja: Aki Rask

Hinta

195,00 €/hlö/2hh

1 hh lisä 35 €/vrk

Hintaan sisältyy

- majoitus 2hh täysihoidolla
- monipuolinen ohjelma
- Sport Span ja kuntosalin käyttö yleisövuoroaikoina
- virkistystä ja rentoutumista

ILMOITTAUTUMISET

2.4. mennessä

(paikkoja rajoitetusti)

MYynti JA VARAUKSET:

Puh. 044 715 0400
www.tanhuvaara.fi
myynti@tanhuvaara.fi