



## PÄIVÄOHJELMA KUNNONPAIKKA 30.3.-2.4.2026

### Maanantai 30.3.2026

- Lähtö kello 11:14 InterCity 65 junalla Helsingin Päärautatieasemalta > Tikkurilasta lähtö kello 11:31. Paikat ovat vaunussa 6 alakerta
- Juna perillä Kuopiossa kello 15:35. Matkakeskuksesta (rautatieaseman tunnelissa oikealle) jatkamme Petteri Bussit kuljetuksella Kunnonpaikkaan
- Saapuminen Kunnonpaikkaan, *tulokahvit, info ja majoittuminen*
- kello 16:30-19:00 Päivällinen noutopöydästä
- kello 18:00 Kylpylän käyttömahdollisuus (Hydrohex)

### Tiistai 31.3.2026

- kello 7:00 alkaen aamiainen
- kello 8:00 Aamujumppa Liikuntasalissa, *\*hotellin järjestämä*
- kello 9:00-12:00 Auditorio: Tilaisuuden avaus  
9:15 Vetreä lähtö aamuun  
10:00-11:00 Tekoäly yhdistysten ja eläkeläisten elämässä, ICT asiantuntija Juri Hiljanen JHL  
11:00-11.45 Keskinäisen vakuutusyhtiö Turvan esittely, avainasiakaspäällikkö Tiina Neuvonen  
\* keskustelu em. aiheista
- kello 11:00-12:00 Jalkaterapeutin luento, Vuorelasali, *\*hotellin järjestämä*
- kello 12:00-15:00 **Kelon kehittämispäivä. Ohjelma jaetaan osallistujille**
- kello 14:00 Omatoiminen sauvakävely tai Hydrohex kylpylässä
- kello 15:00-16:00 Matkanvetäjä tavattavissa hotellin aulassa
- kello 16:30-19:00 Päivällinen noutopöydästä
- kello 18:00-21:00 Peli-ilta, Rummikub/korttipeliä, Lainesali
- kello 20:00 Levytanssit ravintolassa

### Keskiviikko 1.4.2026

- kello 7:00 alkaen aamiainen
- Retki Lignell & Piispanen Vierailukeskukseen, vain ennakoon ilmoittautuneille ja maksaneille: **Lähtö kello 9.30** Kunnonpaikan pääovien edestä Petteri Bussit kuljetuksella. kello 10:00- Tislaamokierros & Tasting, kesto 2h. Kello 12:00-13:00 Tehtaanmyymälässä voi tehdä ostoksia, jossa on myynnissä Lignell & Piispanen valmistamia alkoholittomia ja 8 % tuotteita. **Lähtö takaisin Kunnonpaikkaan kello 13:00**, takaisin hotellilla n. kello 13:30
- kello 14:00-15:00 Matkanvetäjä tavattavissa hotellin aulassa
- kello 11:00-12:00 Liikuntaluento, Auditorio, *\*hotellin järjestämä*
- kello 12:00 Ohjattu liikunta 45 min. Liikuntasalissa / ryhmä 1, *\*hotellin järjestämä*
- kello 13:00 Ohjattu liikunta 45 min. Liikuntasalissa / ryhmä 2, *\*hotellin järjestämä*
- kello 14:00 Kylpylän käyttö ja saunominen
- kello 16:30-19:00 Päivällinen noutopöydästä
- kello 18:00-20:00 Oma tilaisuus, **Vuorelasali**
- kello 20:00 Karaoketanssit

## Torstai 2.4.2026

- kello 7:00 alkaen aamiainen
- Huoneitten luovutus
- kello 10:00 Lähtö Petteri Bussit kuljetuksella Kuopion rautatieasemalle (Matkakeskus)
- kello 11:15 InterCity 66 lähtee Kuopion rautatieasemalta Helsinkiin, paikat ovat vaunussa 7 alakerta.
- kello 15:27 juna Tikkurilassa > kello 15:44 juna Helsingin päärautatieasemalla

### AUKIOLOAJAT:

Kylpylän vastaanotto ja hoitojen varaus puh. 010 208 7275 ma-pe klo 9:00-20:00

[hyvinvointi@kunnonpaikka.com](mailto:hyvinvointi@kunnonpaikka.com)

Hoitokylpylä Harmonian aukioloajat ma-pe klo 8:00-20:00 <https://kunnonpaikka.com/majoitu-ja-rentoudu/spa-harmonia/>

### Kylpylän aukioloajat

ma-to klo 7:00-20:00

Hydrohex-allasharjoittelu mahdollistaa aivan uuden tavan treenata kylpylässämme.

### Saunat palvelee seuraavasti:

Naiset

Sauna 1: ma-to 16:00–20:30

Sauna 3: kylpylän aukioloaikojen mukaisesti

Miehet

Sauna 2: ma-to 16:00–20:30

Sauna 4: kylpylän aukioloaikojen mukaisesti

### Höyrysaunat

Kunnonpaikan kylpylän yhteydestä löydät tunnelmalliset höyrysaunat!

Yhteisessä höyrysaunassa uima-asun käyttö on pakollista.

Naisten höyrysauna löytyy myös naisten pukuhuoneen yhteydestä.

### Naisten höyrysauna avoinna:

ma-to 16:00–20:30

### Yhteishöyrysauna käytettävissä:

Normaalisti joka päivä alkaen klo 10 sulkemisaikaan saakka.

### Maksuton pysäköinti

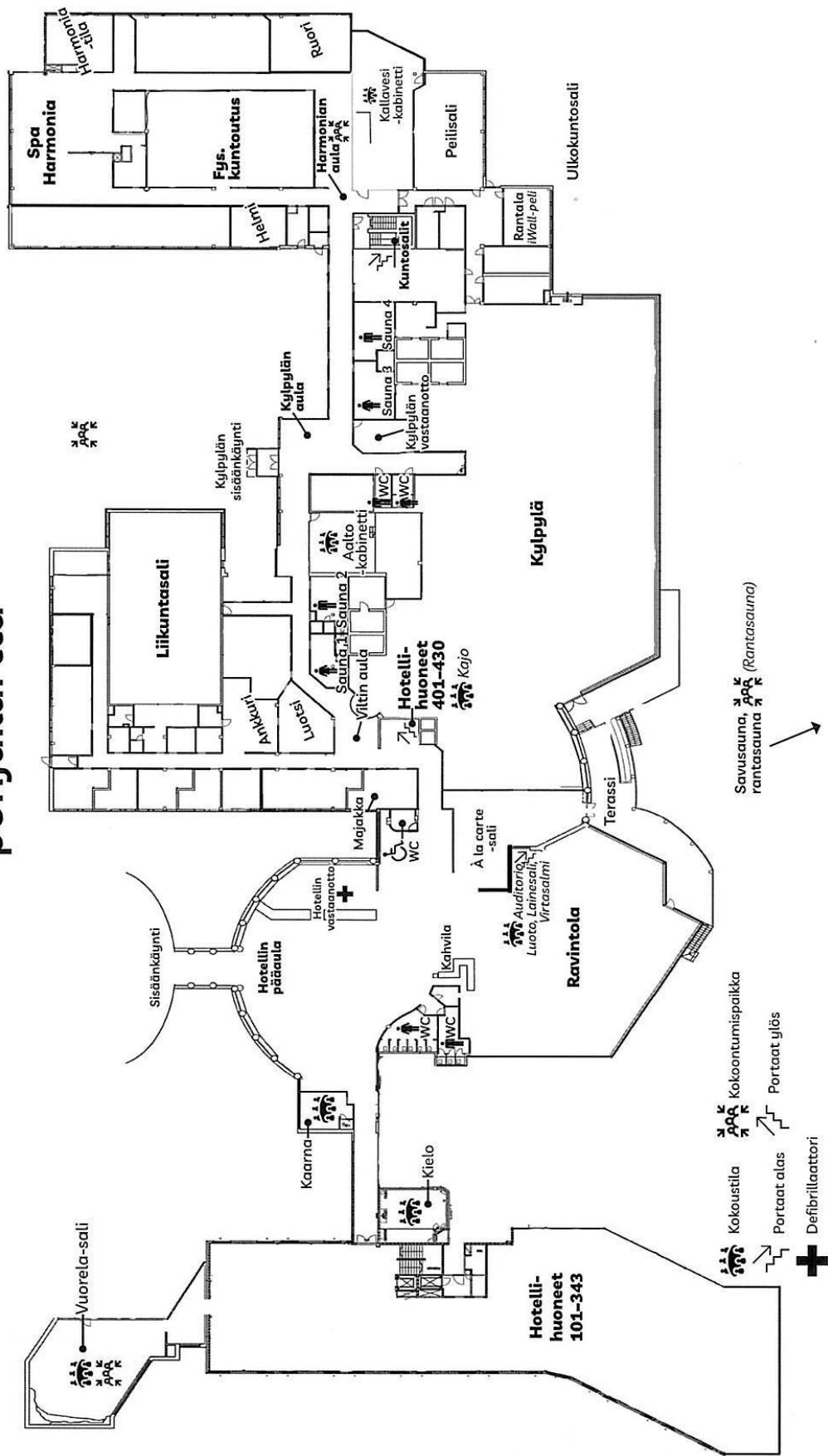
Asiakkaanamme pysäköit autosi veloituksetta joko parkkikiekolla tai rekisteröimällä autosi hotellin aulasta löytyvällä tabletilla.

Pysäköintialueella on mahdollisuus autonlämmitykseen lämmitystolpilla, hinta 5,00€. Avaimen tolppaan saa hotellin vastaanotosta 5€ maksua vastaan. Huomioithan, että sähköautojen lataus mahdollista vain Väreeseen tolppissa.

### Sähköautojen lataus

Parkkipaikalta löytyvät sähköautojen latauspisteet 50 sähköautolle. Latauspisteistä 10 on asiointilataukseen sopivia 11 kilowatin Type 2 -asemia ja 40 autolle on hidaslataus mahdollisuus, joka toimii erinomaisesti hotelliyöpyjillä ja kokousasiakkaillakin pidemmän vierailun vuoksi. Latauspisteet ovat kytketty eParking-verkostoon ja lataustapahtumien hallinnointi ja maksaminen tapahtuu eParking-sovelluksen avulla.

# Kunnonpaikan pohjakartta



## Tervetuloa Kunnanpaikkaan! Hotellin asiakkaille

### SPORT & AQUA SPORT -RYHMÄLIIKUNTA

- Tutustu tunteihin hotelli-TV:n kautta, tai netissä:  
[www.kunnanpaikka.com/  
liikunta-ja-urheilu/ryhmaliikunta/](http://www.kunnanpaikka.com/liikunta-ja-urheilu/ryhmaliikunta/)

### ILTAVIIHDE RAVINTOLASALISSA

- Katso ajankohtainen listaus netistä:  
[www.kunnanpaikka.com/esiintyjat](http://www.kunnanpaikka.com/esiintyjat)

### SAVUSAUNA

- Katso aukioloajat  
[www.kunnanpaikka.com/saunat](http://www.kunnanpaikka.com/saunat)
- hotellin asiakkaille 10€ /hlö;  
muut 15,00€ /hlö, lapset 10€ (4–12v),  
alle 4v ilmaiseksi

*Huom. savusaunalla on pyyhkeet valmiina.*

**RAVINTOLA:** Poikkeukset aikatauluissa  
mahdollisia juhla- ja arkipyhinä

**Aamiainen**  
ma-pe 6:00–10:00  
la-su 7:30–10:00

**Lounas**  
ma-la 11:00–14:00

**Päivällinen**  
ma-la 16:30–19:00

**Sunnuntaibuffet**  
su 12:00–17:00

Ravintolasta ja kahvilasta löytyvät herkut monenlaiseen  
nälkään, pizzasta à la carte -annoksiin.

**Tilaukset à la carte- & bistrolistalta**  
su-to 14:00–21:00  
pe-la 14:00–21:30

**Tilaukset ravintolasta puh. 050 5565 030**  
Huonepalvelumaksu 10€

### KUNTOSALIT SEKÄ HYROX & SKILLRUN

Kuntosali avoinna joka päivä klo 5:00–0:00  
**Majoittuvan etuhinta kuntosalille**  
5,50 € / kerta (norm. 10,50€)

**Majoittuvan etuhinta HYROX & Skillrun -tunnille**  
13,00 € / kerta (norm. 22,90€)  
Katso tunnit netistä: [kunnanpaikka.com/hyrox](http://kunnanpaikka.com/hyrox)

*Huom. Otathan huoneesta pefletit ja  
pyyhkeen mukaan, kun menet kylpylään.*

### KYLPYLÄ (Pukuhuoneet 3 & 4)

ma-to klo 7:00–20:30  
pe klo 7:00–21:30  
la klo 8:00–20:30  
su klo 8:00–19:30

### KYLPYLÄN VASTAANOTTO / HOITOTVARAUKSET:

ma-pe 9:00–20:00  
la 10:00–18:00  
su käynti hotellin vastaanoton kautta

*Kylpylän vastaanoton ollessa kiinni asiakaspalvelu  
tapahtuu hotellin vastaanotossa; jäsenyys- ja  
sarjalippuasiointi mahdollista vain kylpylän  
vastaanoton aukioloaikoina.*

**HOITOKYLPYLÄ HARMONIA JA FYSIOKLINIKKA:**  
Hoitoaikojen varaukset numerosta 010 208 7275

### KUNNOLLA TEKEMISTÄ

iWall-virtuaalipeliseinä Rantalassa

- ma-pe 16:00–23:00
- la-su 7:00–23:00

**Wibit-rata** 25 metrin altaassa viikonloppuisin,  
lauantai-iltapäivästä (alkaen klo 13)  
sunnuntai-iltapäivään (klo 13 saakka).

**Hydrohex**-virtuaalivesijumput käytössäsi aina kylpylän  
aukioloaikoina

**Minigolf- ja frisbeegolfradat** löytyvät takapihalta,  
ja mailoja, kiekkoja, kävelysauvoja ja polkupyöriä voi  
vuokrata hotellin vastaanotosta.

**Lautapelejä** lainattavissa hotellin aulasta.

**Wi-Fi** toimii ilman salasanaa (verkko *Kunnanpaikka*)

### YÖAIKAAN HOTELLIN ULKO-OVI ON LUKITTU

Soita hotellin vastaanoton puhelinnumeroon  
päästäksesi sisään. Puh. 010 208 7245

Huoneiden luovutus on lähtöpäivänä klo 12:00.

**Rentouttavaa lomaa Kylpylähotelli Kunnanpaikassa!**



### PYSÄKÖINTI

Muistithan laittaa autosi  
rekisterinumeron hotellin  
pysäköinninvalvonta-  
järjestelmään.

*Muutokset mahdollisia; pidätämme oikeuden muutoksiin.  
Pyhäpäivät saattavat vaikuttaa aukioloaikoihin.*

 **Kunnanpaikka**

Kylpylähotelli Kunnanpaikka • Jokiharjuntie 3, 70910 Vuorela • 010 208 7276 • [www.kunnanpaikka.com](http://www.kunnanpaikka.com)