



VASTAANOTTO AVOINNA (1.krs)

ma - pe klo 8 - 21 (puh. 0207639130)

la - su klo 9 - 21

Aukioloajan ulkopuolella sisäänkäynti

2.kerroksen ravintolan ulko-ovesta avainkortilla.

ALLASOSTO AVOINNA (1.krs)

ma - ke klo 17.00 - 20.30

to - pe klo 16 - 20.30

la klo 14 - 20.30

su klo 14.00 - 19.00

RAVINTOLA AVOINNA (2.krs)

ma - pe 7 - 22, la - su 8 - 21

Aamiainen: ma - pe klo 7.30 - 9, la - su klo 8 - 10

Lounas: ma - pe klo 11.30 - 13.30, la - su klo 12 - 14

Päivällinen: ma - su klo 17 - 19

Keittiö sulkeutuu päivittäin klo 21.

**Huoneen luovutus klo 12 mennessä,
myös kurssien päätöspäivinä**

WIFI = asiakas (ei salasanaa)

Hemmottelevia hoitoja

mm. kosmetologinhoitoja, kampaamoajoja,
hierontaa, jalkahoitoja ja kuntotestausta

Kysy aikoja ja varaa vastaanotostamme!

VAPAA-AJAN VIETTOON

- lehtien lukusali vastaanoton aulassa
- kirjasto Jugend-talo k-krs
- biljardi Jugend-talo k-krs

PUNKAHARJU OUTDOOR

Punkaharju Outdoor tarjoaa Kruunupuistossa erilaisia ohjelmalveluita, aktiviteetteja sekä välinevuokrausta, kysy lisää vastaanotostamme!

Välinevuokraamo avoinna päivittäin klo 9 - 17

Pidäthän avainkorttisi erillään puhelimestasi, magneettiraita reagoi nollaantumalla!

SUOSITTELEMME TÄLLÄ VIIKOLLA!

- Vuokraa porukalla Inkeritalon puulämmitteinen rantasauna ja hemmottele itseäsi lempeissä löylyissä. Kysy lisää vastaanotostamme!
- Varaa hieronta- ja kehoanalyysiajat vastaanotosta!
- Ravintolassa päivittäin Happy Hour!



TÄLLÄ VIIKOLLA

● MAANANTAINA 8.10.

klo 16.30-17.30 **Kokokehon treeni.** Hinta 8€ (kuntoutujat 5€), maksu vastaanottoon ennen ryhmää. Ryhmä sopii myös aloittelijoille. **LIIKUNTASALI**

klo 18.30-20 **Haitarimusiikkia ja yhteislauluja Marjan kanssa.** **KAHVIO**

● TIISTAINA 9.10.

klo 16.15-17.30 **Opastettu fatbikeajelu.** Ilmoittaudu vastaanottoon viim. edellisenä päivänä klo 16 mennessä, Hinta 25/15€

● KESKIVIIKKONA 10.10.

klo 11-15 **Toimentuvan myyntipäivä.** Lasikäytävä 1.krs.

klo 16.30-17.30 **Kahvakuula.** Hinta 8€ (kuntoutujat 5€), maksu vastaanottoon ennen ryhmää. Ryhmä sopii myös aloittelijoille. **LIIKUNTASALI**

klo 17-19 **KojuPuoti myynti ja esittely.** Mm. Merinovillatuotteita, tyynyjä, hierontalaite. Kuntotalo 2.krs/aula

klo 19-20 **Kynttiläuinti.** Lokakuun väri on keltainen, joka parantaa keskittymiskykyä, lisää energiaa ja stressinsietokykyä sekä hieroo älynystyröitä.

● TORSTAINA 11.10.

klo 16.15-17.15 **Kiertoajelu harjumaisemassa.** Ilmoittaudu retkelle edelliseen päivään klo 16 mennessä vastaanottoon, hinta 12€. Tutustumme harjualueen historiallisiin kohteisiin ja ihailemme kansallismaisemaa.

klo 17-19 **Magnetix-koruesittely.** Esittelijänä Tuija Oksa. **Kuntotalo 2.krs.**

klo 17.30-18.15 **Allasjumppa.** Hinta 13€ (kuntoutujat 5€), maksu vastaanottoon ennen ryhmää. Ryhmä sopii myös aloittelijoille.

klo 19- **Vapaaseurakunnan iltahartaus.** **JUHLASALI**

klo 20-24 **Annikan karaoketanssit.** Vapaa pääsy! **RAVINTOLA**

● LAUANTAINA 13.10.

klo 19-20 **Kynttiläuinti.** Lokakuun väri on keltainen, joka parantaa keskittymiskykyä, lisää energiaa ja stressinsietokykyä sekä hieroo älynystyröitä.