



Imatran Kylpylä Oy

Malliohjelma Vertaisloma aikuisille 2026

O = Ryhmän oma ohjelma
Y = Kylpylän yleinen ohjelma

SU

Saapuminen ja majoittautuminen
Huoneet käytettävissä klo 16:00
klo 17:00-20:00 Päivällinen noutopöydästä
Tervetulotilaisuus - kylpylän ja viikko-ohjelman esittely,
loman käytännön järjestelyt ja tutustumista (O) (1 h)
-22:00 Kylpylä Taikametsä

MA

klo 06:00-10:00 Aamiainen noutopöydästä
klo 08:00-22:00 Kylpylä Taikametsä käytettävissä
Vesijumppa (Y)
Tullaan tutuksi - Mie, sie ja myö -ryhmäytyminen (O) (1 h)
klo 11:00-14:00 Lounas noutopöydästä
Kuntosalin laiteopastus (O) (1 h)
Happihyppely - ohjattu ulkoilu, lähialueet tutuksi (O) (1 h)
klo 17:00-20:00 Päivällinen noutopöydästä
Päivän porinat - vertaisryhmä (O)
Lauluilta (Y)

TI

klo 06:00-10:00 Aamiainen noutopöydästä
klo 08:00-22:00 Kylpylä Taikametsä käytettävissä
Vesijumppa (Y)
Luento ja toiminnallinen harjoitus (aihe kohderyhmän mukaan) (O) (2 h)
Hyvinvointituokio - Lumoava leidi/Charmantti herra
pikahoito käsille (O)
klo 11:00-14:00 Lounas noutopöydästä
Keilailun ABC - ohjattu tutustuminen lajiin kylpylän keilahallilla (O) (1 h)
Päivän porinat - vertaisryhmä (O)
klo 17:00-20:00 Päivällinen noutopöydästä
Sinisen Saimaan risteily (kesä-syyskuu) maksullinen retki (Y)
Karaokeilta (Y)



KE

klo 06:00-10:00

klo 08:00-22:00

Aamiainen noutopöydästä

Kylpylä Taikametsä käytettävissä

Vesijumppa (Y)

Tietoisku (aihe kohderyhmän mukaan) (O) (1 h)

klo 11:00-14:00

Lounas noutopöydästä

Viikon peli - mölkky/boccia/liikunnalliset lautapelit/visailua (O) (1 h)

klo 17:00-20:00

Päivällinen noutopöydästä

Päivän porinat - vertaisryhmä (O)

Bingoilta (Y)

Orkesteritanssit (syys-toukokuu) vapaa pääsy (Y)

TO

klo 06:00-10:00

klo 08:00-22:00

Aamiainen noutopöydästä

Kylpylä Taikametsä käytettävissä

Vesijumppa (Y)

Tietoisku (aihe kohderyhmän mukaan) (O) (1 h)

Päivän porinat - vertaisryhmä (O)

klo 11:00-14:00

Lounas noutopöydästä

Nuotiokahvit kylpylän kodalla (O) (1 h)

Päivätanssit levymusiikin tahtiin (Y)

klo 17:00-20:00

Päivällinen noutopöydästä

Leikkimielinen keilakisa (Y)

Illanvietto (O) (1 h)

Sinisen Saimaan risteily (kesä-syyskuu) maksullinen retki (Y)

PE

klo 06:00-10:00

klo 08:00-11:00

Aamiainen noutopöydästä

Kylpylä Taikametsä käytettävissä

Vesijumppa (Y)

Lomapalaute - viikon risut ja ruusut (O) (1 h)

klo 11:00-14:00

Lounas noutopöydästä

Huoneen luovutus klo 12:00 mennessä

Hyvää kotimatkaa ja tervetuloa uudelleen!



Imatran Kylpylä Oy

Malliohjelma Perheloma talvi/kesä/syksy 2026

O = Ryhmän oma ohjelma
Y = Kylpylän yleinen ohjelma

SU

Saapuminen ja majoittautuminen
Huoneet käytettävissä klo 16:00
Päivällinen noutopöydästä
Tervetulotilaisuus - kylpylän ja viikko-ohjelman esittely,
loman käytännön järjestelyt ja tutustumista (O) (1 h)
Klo 17:00-20:00 Kylpylä Taikametsä
Klo 20:00-21:30 Iltapala

MA

klo 06:00-10:00 Aamiainen noutopöydästä
klo 08:00-22:00 Kylpylä Taikametsä käytettävissä
Vesijumppa (Y)
Tutustumisliikunta perheille (O) (1 h)
Lasten hoito 1-4 v. lapsille (O) (2 h)
klo 11:00-14:00 Lounas noutopöydästä
Perhekeilaus - ohjattu tutustuminen lajiin kylpylän keilahallilla (O) (1 h)
klo 17:00-20:00 Päivällinen noutopöydästä
klo 20:00-21:30 Iltapala

TI

klo 06:00-10:00 Aamiainen noutopöydästä
klo 08:00-22:00 Kylpylä Taikametsä käytettävissä
Vesijumppa (Y)
Lasten hoito 1-6 v. lapsille (O) (2 h)
Lasten ja nuorten ohjelmat ikäryhmittäin (7-12 v./13-17 v.) (O) (3x1 h)
Aikuisten aktiviteetti (O) (1 h)
klo 11:00-14:00 Lounas noutopöydästä
Koko perheen ulkoiluiltapäivä
Onkiretki (kesä)/luontoretkeä ja -rasteja (syksy)/pilkki- ja lumikenkäretki (talvi) (O) (2 h)
klo 17:00-20:00 Päivällinen noutopöydästä
Sinisen Saimaan risteily (kesä-syyskuu) maksullinen retki (Y)
Perhekaraoke (Y)
klo 20:00-21:30 Iltapala
Karaokeilta (Y)



KE

klo 06:00-10:00 Aamiainen noutopöydästä
klo 08:00-22:00 Kylpylä Taikametsä käytettävissä
Vesijumppa (Y)
Lasten hoito 1-6 v. lapsille (O) (2 h)
Lasten ja nuorten ohjelmat ikäryhmittäin (7-12 v./13-17 v.) (O) (3x1 h)
Vertaisryhmä aikuisille - keskustelua ja vertaistukea (O) (1 h)
klo 11:00-14:00 Lounas noutopöydästä
Liikunnalliset lautapelit koko perheelle (O) (1 h)
klo 17:00-20:00 Päivällinen noutopöydästä
Bingoilta (Y)
klo 20:00-21:30 Iltapala
Orkesteritanssit (syys-toukokuu) vapaa pääsy (Y)

TO

klo 06:00-10:00 Aamiainen noutopöydästä
klo 08:00-22:00 Kylpylä Taikametsä käytettävissä
Vesijumppa (Y)
Lasten hoito 1-6 v. lapsille (O) (2 h)
Lasten ja nuorten ohjelmat ikäryhmittäin (7-12 v./13-17 v.) (O) (3x1 h)
klo 11:00-14:00 Lounas noutopöydästä
Leikkimielinen keilakisa - aikuisten ja lasten sarja (Y)
klo 17:00-20:00 Päivällinen noutopöydästä
Sinisen Saimaan risteily (kesä-syyskuu) maksullinen retki (Y)
klo 20:00-21:30 Iltapala

PE

klo 06:00-10:00 Aamiainen noutopöydästä
klo 08:00-11:00 Kylpylä Taikametsä käytettävissä
Vesijumppa (Y)
Lomapalaute - viikon risut ja ruusut (O) (1 h)
klo 11:00-14:00 Lounas noutopöydästä

Huoneen luovutus klo 12:00 mennessä

Hyvää kotimatkaa ja tervetuloa uudelleen!



Imatran Kylpylä Oy

Malliohjelma Perheloma jouluku 2026

O = Ryhmän oma ohjelma
Y = Kylpylän yleinen ohjelma

MA

Saapuminen ja majoittautuminen
Huoneet käytettävissä klo 16:00
klo 17:00-20:00 Päivällinen noutopöydästä
Tervetulo-tilaisuus - kylpylän ja viikko-ohjelman esittely,
loman käytännön järjestelyt ja tutustumista (O) (1 h)
Lasten hoito 1-4 v. lapsille (O) (2 h)
klo -22:00 Kylpylä Taikametsä
klo 20:00-21:30 Iltapala

TI

klo 06:00-10:00 Aamiainen noutopöydästä
klo 08:00-22:00 Kylpylä Taikametsä käytettävissä
Vesijumppa (Y)
Tutustumisliikunta - tutustumista ja lähialueet tutuksi (O) (1 h)
klo 11:00-14:00 Lounas noutopöydästä
Lasten hoito 1-4 v. lapsille (O) (2 h)
Perhekeilaus - ohjattu tutustuminen lajiin kylpylän keilahallilla (O) (1 h)
klo 17:00-20:00 Päivällinen noutopöydästä
klo 20:00-21:30 Iltapala

KE

klo 08:00-11:00 Aamiainen noutopöydästä
klo 08:00-22:00 Kylpylä Taikametsä käytettävissä
Vesijumppa (Y)
klo 10:00-12:00 Lasten hoito 1-6 v. lapsille (O) (2 h)
Peliparkki ikäryhmittäin 7-12 v. lapsille ja 13-17 v. nuorille (O) (1 h)
Vertaisryhmä aikuisille - keskustelua ja vertaistukea (O) (1 h)
klo 12:00-15:00 Lounas noutopöydästä
Koko perheen joulupolku - toiminnallisia rasteja ulkona (O) (1 h)
klo 17:00-20:00 Päivällinen noutopöydästä
Perhekaraoke (Y)
klo 20:00-21:30 Iltapala
Karaokeilta (Y)



TO - jouluaatto

klo 08:00-11:00

klo 08:00-22:00

Aamiainen noutopöydästä

Kylpylä Taikametsä käytettävissä

Vesijumppa (Y)

Lasten hoito 1-6 v. lapsille (O) (2 h)

Peliparkki 7-12 v. lapsille (O) (1 h)

Kuntosali tutuksi 13-17 v. (O) (1 h)

klo 12:00

Joulurauhan julistus ravintolassa (Y)

klo 12:00-13:00

Lounas noutopöydästä

Tonttujen joulupaja: jouluaskartelua ja pipareiden koristelua (O) (2 h)

Joulukuusen koristelu (Y)

klo 16:30-18:30

Joulupäivällinen noutopöydästä

Joulupukki vierailee kylpyläkadulla (Y)

20:00-21:30

Illtapala tai 21:30-24:00 Yöpala

Joulukaraoke (Y)

PE - joulupäivä

klo 08:00-11:00

klo 08:00-22:00

Aamiainen noutopöydästä

Kylpylä Taikametsä käytettävissä

Vesijumppa (Y)

Joulukirkko kokoustilassa - Imatran Seurakunta (Y)

Liikunnalliset lautapelit koko perheelle (O) (1 h)

klo 12:00-13:00

Lounas noutopöydästä

Kinkunsulatusvesijumppa (Y)

Jouluista ulkoilua ja joulutulet kodalla - glögitarjoilu (Y)

klo 16:30-18:30

Päivällinen noutopöydästä

Jouluinen keilakisa - aikuisten ja lasten sarja (Y)

Lomapalaute - viikon risut ja ruusut (O) (1 h)

klo 20:00-21:30

Illtapala

Joulutanssit - vapaa pääsy

LA - tapaninpäivä

klo 08:00-11:00

klo 08:00-11:00

Aamiainen noutopöydästä

Kylpylä Taikametsä käytettävissä

Vesijumppa (Y)

klo 12:00

Lounas noutopöydästä

Huoneen luovutus klo 12:00 mennessä

Hyvää kotimatkaa ja tervetuloa uudelleen!



Imatran kylpylä oy

Malliohjelma Senioriloma 60 v.+ 2026

O = Ryhmän oma ohjelma
Y = Kylpylän yleinen ohjelma

MA

Saapuminen ja majoittautuminen
Huoneet käytettävissä klo 16:00
klo 17:00-20:00 Päivällinen noutopöydästä
Tervetulo-tilaisuus - kylpylän ja viikko-ohjelman esittely,
loman käytännön järjestelyt ja tutustumista (O) (1 h)
-22:00 Kylpylä Taikametsä

TI

klo 06:00-10:00 Aamiainen noutopöydästä
klo 08:00-22:00 Kylpylä Taikametsä käytettävissä
Vesijumppa (Y)
Tullaan tutuksi - Mie, sie ja myö -ryhmytyminen (O) (1 h)
Kuntosalin laiteopastus (O) (1 h)
klo 11:00-14:00 Lounas noutopöydästä
Happihyppely - ohjattu ulkoilu, lähialueet tutuksi (O) (1 h)
Työt takana, mitä edessä? -keskusteluryhmä (O) (1 h)
klo 17:00-20:00 Päivällinen noutopöydästä
Lauluilta (Y)
Sinisen Saimaan risteily (kesä-syyskuu) maksullinen retki (Y)
Karaokeilta (Y)

KE

klo 06:00-10:00 Aamiainen noutopöydästä
klo 08:00-22:00 Kylpylä Taikametsä käytettävissä
Vesijumppa (Y)
Kuntotesti (O)
klo 11:00-14:00 Lounas noutopöydästä
Hyvinvointituokio - Lumoava leidi/Charmantti herra
pikahoito käsille (O)
Keilailun ABC - ohjattu tutustuminen lajiin kylpylän keilahallilla (O) (1 h)
klo 17:00-20:00 Päivällinen noutopöydästä
Bingoilta (Y)
Orkesteritanssit (syys-toukokuu) vapaa pääsy (Y)



TO

klo 06:00-10:00

Aamiainen noutopöydästä

klo 08:00-22:00

Kylpylä Taikametsä käytettävissä

Vesijumppa (Y)

Kehonhuolto ja rentoutus (O) (1 h)

klo 11:00-14:00

Lounas noutopöydästä

Testipalaute - testitulokset ja aktiivisen arjen ABC -tietoisku (O)

Nuotikahvit kylpylän kodalla (O) (1 h)

klo 17:00-20:00

Päivällinen noutopöydästä

Pelataan yhdessä - omatoimipelit (O)

Leikkimielinen keilakisa (Y)

Illanvietto (O) (1 h)

Sinisen Saimaan risteily (kesä-syyskuu) maksullinen retki (Y)

PE

klo 06:00-10:00

Aamiainen noutopöydästä

klo 08:00-11:00

Kylpylä Taikametsä käytettävissä

Vesijumppa (Y)

Lomapalaute - viikon risut ja ruusut (O) (1 h)

klo 11:00-14:00

Lounas noutopöydästä

Huoneen luovutus klo 12:00 mennessä

Hyvää kotimatkaa ja tervetuloa uudelleen!



Imatran kylpylä oy

Malliohjelma Senioriloma 75 v.+ 2026

O = Ryhmän oma ohjelma
Y = Kylpylän yleinen ohjelma

MA

Saapuminen ja majoittautuminen
Huoneet käytettävissä klo 16:00
klo 17:00-20:00 Päivällinen noutopöydästä
Tervetulo-tilaisuus - kylpylän ja viikko-ohjelman esittely,
loman käytännön järjestelyt ja tutustumista (O) (1 h)
-22:00 Kylpylä Taikametsä

TI

klo 06:00-10:00 Aamiainen noutopöydästä
klo 08:00-22:00 Kylpylä Taikametsä käytettävissä
Vesijumppa (Y)
Tullaan tutuksi - Mie, sie ja myö -ryhmäytyminen (O) (1 h)
Tuolijumppa (O) (30 min)
klo 11:00-14:00 Lounas noutopöydästä
Happihyppely - ohjattu ulkoilu, lähialueet tutuksi (O) (1 h)
Hyvinvointituokio - Lumoava leidi/Charmantti herra
pikahoito käsille (O)
klo 17:00-20:00 Päivällinen noutopöydästä
Lauluilta (Y)
Sinisen Saimaan risteily (kesä-syyskuu) maksullinen retki (Y)
Karaokeilta (Y)

KE

klo 06:00-10:00 Aamiainen noutopöydästä
klo 08:00-22:00 Kylpylä Taikametsä käytettävissä
Vesijumppa (Y)
Päivän porinat - keskusteluryhmä (O) (1 h)
Seniorijumppa - voimaa ja tasapainoa (O) (30 min)
klo 11:00-14:00 Lounas noutopöydästä
Toimivatestistö - toimintakykytestit (O)
Keilailun ABC - ohjattu tutustuminen lajiin kylpylän keilahallilla (O) (1 h)
klo 17:00-20:00 Päivällinen noutopöydästä
Bingoilta (Y)
Orkesteritanssit (syys-toukokuu) vapaa pääsy (Y)



TO

klo 06:00-10:00

Aamiainen noutopöydästä

klo 08:00-22:00

Kylpylä Taikametsä käytettävissä

Vesijumppa (Y)

Viikon peli - mölkky/boccia/tarkkuus- ja muistipelit (O) (1 h)

klo 11:00-14:00

Lounas noutopöydästä

Testipalaute - testitulokset ja aktiivisen arjen ABC -tietoisku (O)

Nuotiokahvit kylpylän kodalla (O) (1 h)

klo 17:00-20:00

Päivällinen noutopöydästä

Leikkimielinen keilakisa (Y)

Illanvietto (O) (1 h)

Sinisen Saimaan risteily (kesä-syyskuu) maksullinen retki (Y)

PE

klo 06:00-10:00

Aamiainen noutopöydästä

klo 08:00-11:00

Kylpylä Taikametsä käytettävissä

Vesijumppa (Y)

Lomapalaute - viikon risut ja ruusut (O) (1 h)

klo 11:00-14:00

Lounas noutopöydästä

Huoneen luovutus klo 12:00 mennessä

Hyvää kotimatkaa ja tervetuloa uudelleen!