

Hyvä Houkutinkortti-asiakas

Hienoa, että olet hankkinut itsellesi Houkutinkortin.

Kevät tuo mukanaan upeita etuja ja mahdollisuuksia! Olemme iloisia voidessamme ilmoittaa, että Ankkalammen saunan avoimet vuorot ovat nyt käytettävissäsi 50% alennuksella Houkutinkortti-asiakkaalle. Koko vuoden Ankkis Club -kortin hinta on vain 35€ vuosi. Houkutinkortin voit ostaa itsellesi uintireissun yhteydessä Paimion uimahalli Solinan kassalla tai sitten Paimion kaupungintalon palvelupisteestä.

Tämä on loistava tilaisuus rentoutua ja nauttia saunan lämmöstä.

Kaupungin avoimet saunavuorot

- Maanantai klo 14.00-16.00 (huom! aika muuttunut 3.3. alkaen)
- Tiistai klo 16.00-21.00
- Keskiviikko klo 9.00-13.00
- Torstai klo 16.00-21.00
- Sunnuntai klo 9.00-13.00 ja klo 16.00-21.00

Vesijummat

Loppukevään erikoisetuna tarjoamme pääsyn Houkutinkortilla maanantain illan ja torstain aamun vesijumppaan, jotka eivät vaadi erillistä ilmoittautumista. Riittää, kun mainitset uimahallin kassalla, että Houkutinkortti -asiakkaana hyödynnät tämän edun. Tämä on täydellinen tapa virkistäytyä ja pysyä kunnossa!

- maanantaina klo 19.45-20.30
- torstaina klo 7.00-7.40

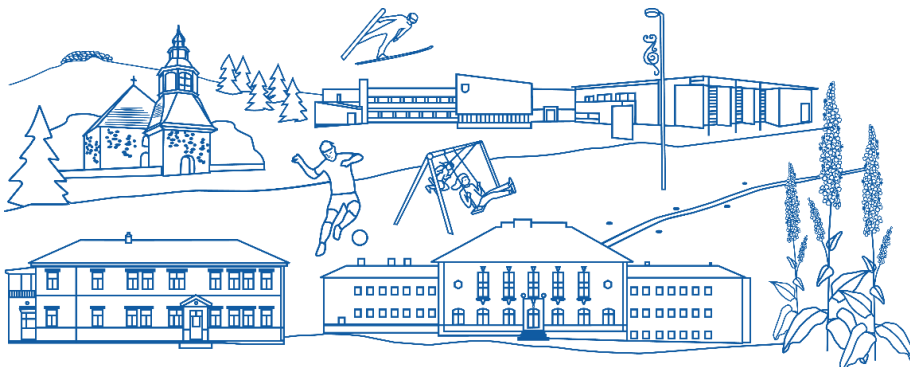
Lisätietoja vesijumpista saat <https://www.paimio.fi/kulttuuri-ja-vapaa-aika/liikunta-ja-ulkoilu/uimahalli-solina/vesivoimistelut/>

Paimion opiston kurssitarjonta

Houkutinkortin asiakkailla on myös mahdollisuus osallistua maksutta Paimion opiston monipuoliseen liikuntatarjontaan loppukevään ajan. Tämä on ainutlaatuinen tilaisuus kokeilla uusia liikuntamuotoja ja löytää uusia suosikkeja.

Lisätietoja kurssitarjonnasta saat www.opistopalvelut.fi/paimio

Lisääthän lisätietoihin *Houkutinkortti*, jolloin sinulta ei mene maksua.



Paimion parantola

Houkutinkortti-asiakkaiden erikoisetu kesällä!

Houkutinkortti-asiakkailla on ainutlaatuinen mahdollisuus tutustua modernin arkkitehtuurin mestariteokseen, Paimion parantolaan, kesän aikana. Näyttämällä Houkutinkorttia olet oikeutettu samaan alennukseen touko- ja elokuun aikana.

- **90 minuutin kierros:** 20 €/hlö (norm. 25 €)
- **60 minuutin kierros:** 15 €/hlö (norm. 20 €)

Tule ja koe Paimion parantolan upea arkkitehtuuri edullisesti Houkutinkortilla! Lisätietoja Paimion parantolasta saat <https://paimiosanatorium.com/fi/etusivu/>



Liikuntaneuvontaa paimiolaisille

Paimiossa on käynnistynyt liikuntaneuvontahanke. Liikuntaneuvonta on suunnattu ensisijaisesti työkäisille ja työttömille 18–65-vuotiaille paimiolaisille ja sauvolaisille pre-diabeetikoille tai diabetesta sairastaville. Liikuntaneuvonta on kuntalaisille maksuton palvelu, jonka tavoitteena on ohjata ja motivoida asiakasta kohti aktiivisempaa arkea.

Liikuntaneuvontaan voi hakeutua myös terveytensä puolesta liian vähän liikkuvat tai sairaiden vuoksi erityistä tukea tarvitsevat kuntalaiset. Ota yhteys suoraan liikuntaneuvojaan ensisijaisesti sähköpostilla ja jätä yhteystietosi. Voit myös soittaa puhelinaikana tiistaisin klo. 10–11.

Liikuntaneuvojan yhteystiedot: liikuntaneuvoja@paimio.fi ja Puh. 02 4745 273

Lisätietoja liikuntaneuvonnasta saat <https://www.paimio.fi/kulttuuri-ja-vapaa-aika/liikunta-ja-ulkoulu/liikuntaneuvontaa-paimiolaisille/>

Tule mukaan ja hyödynnä nämä mahtavat edut! Odotamme innolla näkevämme sinut Ankkalammen saunassa, vesijumpassa, Paimion opiston kurssille tai vaikkapa Paimion parantolassa.

Ystävällisin terveisin,

KOSKINEN MATLEENA

Liikunta- ja hyvinvointikoordinaattori
Paimion kaupunki, Liikuntapalvelut
+358 2 474 5329
matleena.koskinen@paimio.fi

JUHLAVUOSI 2025

PAIMIO
700

