



OTA KOPPI

2026-2027

LAPUAN

Kansalaisopisto

Taidekoulu

Musiikkiopisto

Kulttuuri- ja
museopalvelut

Kirjasto- ja
tietopalvelut

Liikuntapalvelut

Nuorisopalvelut

LAPUA

Ota koppi Lapuan kaupungin
kulttuuri- ja vapaa-aikapalveluista!

SISÄLTÖ

Kansalaisopiston opinto-ohjelma	2
Taidekoulun opetus	63
Musiikkiopisto	70
Kulttuuripalvelut	72
Kirjastopalvelut	75
Liikuntapalvelut	78
Nuorisopalvelut	82

Huom. Ota koppi -julkaisu jaetaan kaikkiin talouksiin, joilla on Lapuan kaupungin postinumero. Julkaisun voi noutaa myös kansalaisopiston toimistosta tai kirjastosta, kirjastoautosta, urheilutalolta ja Vanhan Paukun infopisteeltä. Jaossa myös Hellanmaan Lakeuden kaupassa, Kauhajärven Ellan kaupassa ja Tiistenjoen kirjastossa.

Kansi: Henna Lahti.

Kuvat: Lapuan kansalaisopiston opettajat, Canva, Pixabay ja Pexels.

Taitto ja ulkoasu: Päivi Kultalahti.

Kirjapaino: T:mi SeT-Print 2026.

Ota koppi arjen voimavaroista ja hyvinvoinnista!

Ota Koppi -julkaisu kokoaa yhteen Lapuan kaupungin laajan kulttuuri- ja vapaa-aikatarjonnan. Kansalaisopiston kurssien lisäksi löydät näiltä sivuilta taidekoulun taideaineiden kattauksen, musiikkiopiston soinnut, kirjaston elämykset, liikunnan ilon, nuorisopalveluiden tuen sekä museoiden ja kulttuuritoimen rikkauden.

Kaikki yhdessä tekeminen – olipa se kädentaitoja, tanssia, soittamista, itsensä haastamista ryhmäliikunnassa tai rauhoittumista kirjallisuuden parissa – rakentaa turvallisempaa ja elinvoimaisempaa Lapuaa meille jokaiselle.

Alkava lukuvuosi 2026–2027 on yhtä juhlaa! Lapuan kansalaisopisto 70 vuotta, Lapuan musiikkiopisto 60 vuotta, Lapuan taidemuseo 20 vuotta, Kulttuurikeskus Vanha Paukku 30 vuotta ja Lapuan kaupunginkirjasto Paukussa 30 vuotta ovat kulttuurikaupungin tärkeitä merkkipaaluja, joiden varaan rakennetaan hyvinvointia ihan jokaiselle.

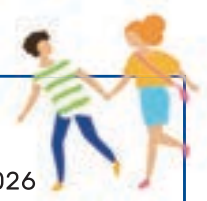
Lämpimästi tervetuloa mukaan uudelle lukuvuodelle!

***Lapuan kaupungin
kulttuuri- ja vapaa-aikatoimijat***





Kulttuurikeskus Vanha Paukku
 Vanhan Paukun tie 1, 62100 Lapua
 Toimiston puh. 044 438 4531 / 044 438 4533
 www.lapua.fi/kansalaisopisto
 kansalaisopisto@lapua.fi
 Opiston toimisto avoimna
 arkisin klo 9.00–15.00



LUKUVUODEN AIKATAULU

Kurssien alkamis- ja päättymisajat näkyvät kurssien kohdalla.

Syyslooma: viikko 42 (toimisto suljettu)	12.10.–18.10.2026
Talviloma: viikko 9 (toimisto suljettu)	1.3.–7.3.2027
Pääsiäisenä 23.3.–29.3.2027 kurssit eivät pääsääntöisesti kokoonnu	
Taidekoulun näyttely Patruunagalleriassa	1.4.–25.4.2027

KAIKILLE KURSSEILLE ILMOITTAUTUMINEN NETISSÄ

<https://uusi.opistopalvelut.fi/lapua/fi/>

Ilmoittautuminen aukeaa netissä su 9.8. klo 9.00

ja toimistossa ma 10.8. klo 9.00 puh. 044 438 4531 / 044 438 4533



**Muista ilmoittautua ennakkoon viimeistään
5 (viisi) päivää ennen kurssin alkamista!**

ILMOITTAUTUMINEN ON SITOVA!

Mahdollinen peruutus on tehtävä 5 (viisi) päivää ennen kurssin alkua, jotta varasijoilla oleville ehditään tiedottaa. Mikäli peruutus- ta ei tehdä ajoissa, peritään 10 euron maksu. Peruuttamattomasta kurssista laskutetaan koko kurssimaksu. Kurssi ei käynnisty, jos ilmoittautuneita ei ole riittävästi. Kurssin alkamisesta ei ilmoiteta erikseen! Ainoastaan kurssin peruuntumisesta tai muista muutoksista ilmoitetaan tekstiviestitse.

OPINTOPASSI

Opintopassin hinta on 175 €. Opintopassin lunastaneilta ei peritä kurssimaksua niiltä kursseilta, jotka kuuluvat opintopassiin. Opintopassiin kuuluvat kurssit on mainittu

kurssitekstissä. Voit ilmoittautua opinto- passin ottajaksi syyskuun loppuun mennessä. Kansalaisopiston opintopassi luku- vuodelle 2026–2027 löytyy sivulta 5.

MAKSUT

Kurssista laskutetaan opinto-ohjelmassa ilmoitettu maksu. Lasku toimitetaan opiskelijalle syyslukukauden aikana ja kevään kurseista kevätlukukauden aikana. Paperilaskuihin lisätään viiden (5) euron laskutuslisä. Toivomme mahdollisimman monen tekevän e-laskusopimuksen verkkopankissa kaupungin kanssa kohdasta Lapuan kaupungin muut palvelut. Kurssimaksun voi maksaa myös toimistossa käteisellä tai kortilla. Maksuvälineenä käyvät myös liikunta- ja kulttuuriedut.

LIIKUNTA- JA KULTTUURIEDUT

Meillä kelpaa maksuvälineenä ePassi, Edenred, Smartum liikunta- ja kulttuuriedut. Maksa kurssimaksusi liikunta- tai kulttuurieduilla ottamalla yhteyttä opiston toimistoon kurssin alussa. Työnantajasi myöntämät edut ovat henkilökohtaisia. Niillä ei voi maksaa esim. lapsen kurssimaksuja tai kurssin materiaalmaksuja. Maksaminen liikunta- ja kulttuuriseteleillä ei ole mahdollista enää laskutuksen jälkeen. Jotkin kurssit (esim. hyvin menestyvät liikuntakurssit) on mahdollista maksaa edellämainituilla eduilla jo netti-ilmoittautumisen yhteydessä.

KAUKUKORTTI

Kaikukortilla voit saada kaksi (2) Lapuan kansalaisopiston kurssia ilmaiseksi lukuvuoden aikana. Ilmoittaudu opiskelijaksi haluamallesi kurssille ja sen jälkeen esitä kaikukorttisi toimiston henkilökunnalle. Varaudu myös todistamaan henkilöllisyytesi. Kaikukortti ei käy seuraavilla kursseilla: musiikin yksilöopetus, taiteen perusopetus (lukuunottamatta varhaisiänopetusta), opintopassi, pätevöittävät koulutukset (esim. ensiapukoulutukset). Lisätietoa kaikukortista oppaan sivulla 84 sekä kansalaisopiston nettisivuilta (löytyy kohdasta opiskelu ja ilmoittautuminen).

OPINTOSETELIT JA ALENNUKSET



Opetushallituksen myöntämä opintoseveljavustus on tarkoitettu kurssimaksujen alentamiseen tai poistamiseen. Opintoseleiteitä on rajoitettu määrä. Opiskelija voi saada yhden, pääsääntöisesti 20 € suuruisen opintoseveljavustuksen lukuvuodessa. Opintoseveljavustusta voi saada:

- * Seniori ja eläkeläinen kurssille, joihin on merkitty teksti ”**opintoseveljavustus**”.
- * Maahanmuuttaja suomen kielen opiskeluun.
- * Työtön työnhakija vapaavalintaiseen opiskeluun tai alennus voidaan käyttää myös opintopassiin.

SISÄLLYSLUETTELO

Luennot	6
Historia, yhteiskunta ja talous	9
Terveys ja hyvinvointi	10
Musiikki	13
Kirjallisuus	16
Kuvataiteet ja muotoilu	17
Kädentaidot	25
Kielet	36
Tietotekniikka	39
Muu koulutus	41
Liikunta	42
Tanssi	54
Kotitalous ja puutarha	59
Toimintaa palvelukodeissa ja senioritaloissa	61
Lapuan taidekoulu	63

* Peruskoulupohjalta opiskeleva yli 25-vuotias vapaavalintaiseen opiskeluun tai alennus voidaan käyttää myös opintopassiin.

* Oppimisvaikeuksia kokeva vapaavalintaiseen opiskeluun.

Lapualle muuttaneet uudet asukkaat saavat Lapuan kaupungin muuttajille suunnatusta tervetuliaispaketista 25 € arvoisen kupongin jolla saa alennuksen vapaavalintaiselle kurssille.

LAHJAKORTTI

Voit ostaa kansalaisopiston lahjakortin opiston toimistosta.

YSTÄVÄNKORTTI-TOIMINTA®

Kehitysvammaisen henkilön ystävä/tukihenkilö, pääsee maksutta kurssille. Lue lisää www.ystavankortti.fi



VAKUUTUKSET

Lapuan kaupunki on tapaturmavakuuttanut opiston opiskelijat. Vahingon sattuessa ota yhteyttä opiston rehtoriin, Mari Takamaahan 0444384530.

ESTEETTÖMYYS

Useimpien kurssipaikkojen esteettömyydestä on merkintä kurssi-ilmoittautumisen yhteydessä. Esteettömyydestä voi tiedustella soittamalla opiston toimistoon. Kansalaisopisto sijaitsee kulttuurikeskus Vanhasa Paukussa, jonka piha-alue on lähes kokonaan asfaltoitu ja tasainen. Inva-pysäköintiin löytyy paikkoja Kulttuurikeskuksen pääovien edestä ja muuta pysäköintitilaa taidemuseon läheisyydestä, josta arvioitu kulkumatka pääoville on 150m. Kulttuurikeskuksesta löytyy esteettömät WC-tilat. Suureen osaan luokista pääsee pyörätuolilla.

MAKSUPALVELUTOIMINTA

Tarjoamme kurseja, luentoja ja koulutusta maksupalvelutoimintana kaupungin eri toimialoille sekä yrityksille ja yhteisöille. Kurssisuunnittelu toteutetaan tilaajan pyynnöstä toivomusten mukaan.

TIEDOTTAMINEN JA PALAUTE

Ajankohtaiset tapahtumat ilmoitetaan opiston kotisivuilla www.lapua.fi/kansalaisopisto. Tiedotamme säännöllisesti myös Lapuan tapahtumakalenterissa, paikallislehdessä, Facebookissa ja Instagramissa. Meillä on

myös WhatsApp kanava. Voit jättää palautetta kotisivuilla olevan palautelomakkeen avulla tai sähköpostilla kansalaisopisto@lapua.fi.



LAPUAN KANSALAIPOISTON OPISTOLAISKUNTA

on rekisteröity yhdistys, joka kerää varoja järjestämällä kahvituksia ja arpajaisia opiston tapahtumissa. Näin voimme jakaa stipendejä ja järjestää virkistystoimintaa kuten edullisia retkiä toivottuihin kohteisiin sekä tukea opiston opintoryhmien omia hankkeita.

LAPUAN TAIDEKOULU

Taidekoulussa voi opiskella kuvataidetta, käsitöitä, tanssi- tai teatteritaidetta. Opiskelu on opetussuunnitelman mukaista, tavoitteellista taidekasvatusta, jonka suorittua saa päättötodistuksen. Lue lisää www.lapua.fi/taidekoulu tai oppaan sivulta 63.

HENKILÖKUNTA

Mari Takamaa, rehtori, puh. 044 438 4530, mari.takamaa@lapua.fi

Seija Juntunen, opistos sihteeri, puh. 044 438 4533, seija.juntunen@lapua.fi

Elina Partanen, kurssisuunnittelija, puh. 044 438 4531, elina.partanen@lapua.fi

Päätoimiset opettajat

Tuija Juppo, tekstiilityön aineiden opettaja, puh. 044 438 4539, tuija.juppo@lapua.fi

Minna Rajala, taideaineiden opettaja, puh. 044 438 4538, minna.rajala@lapua.fi

Minja Rantala, tanssin- ja liikunnan opettaja, puh. 044 438 4547, minja.rantala@lapua.fi

Hankkeet

Anna-Kaarina Perko, hankkeet, puh. 044-438 4549, anna-kaarina.perko@lapua.fi

Vahtimestari

Hanna Peltotupa, puh. 044 438 4515

VARAUTUMINEN ON ARJEN VIISAUTTA JA KANSALAISTAITOJA

Maailma ympärillämme muuttuu nopeasti, mutta parasta lääkettä epävarmuuteen ovat käytännön taidot. Varautuminen on itsevarmuutta ja osaamista, jolla selvittää arjen yllättävistä tilanteista – oli kyseessä sitten pitkä sähkökatko, digimaailman haasteet tai tarve auttaa lähimmäistä hätätilanteessa.

Olemme koonneet tälle sivulle opinto-ohjelmamme eri alueilta kurssit, jotka vahvistavat arkesi omavaraisuutta, turvallisuutta sekä kriisinkestävyyttä. Opettele valmistamaan ruokaa ilman sähköä, päivitä ensiaputaidot kotikylällesi, ota digimaailma haltuun tai elvytä korjausompelun taidot. Poimi tästä vinkit ja ota arjen varavoima haltuun!

Luentoja:

Tekoälystä maalaisjärjellä	s. 7
Miksi kaikki on niin vaikeaa?	
Turvallinen asiointi digimaailmassa	s. 8
Tekstiilien uusi elämä	s. 6
Arjen varavoima ja aggregaatit kotitaloudessa	s. 7
72 tuntia -varautumiskoulutus	s.7

Kädentaitoja ja kotitaloutta:

Korjausompelu	s. 27
Kerää ja käsittele syötäväksi tarkoitettuja sieniä, marjoja ja yrttejä luonnosta	s. 59
Valmistetaan ruokaa sähköttä	s. 59
Valmistetaan ruokaa sähköttä	s. 59
Fermentointi	s. 60

Tietotekniikkaa:

Digitaitoja työelämään ja työhakuun	s. 40
Tekoäly hyötykäyttöön	s. 39
Digikerho senioreille	s. 39
Digitaitojen päivitys	s. 40

Terveys:

Ensiapu 1, päivä, syksy	s. 10
Hätäensiapukurssit	s. 10
Ensihuollon kurssi	s. 41
Henkisen tuen peruskurssi	s. 11

999901 Kansalaisopiston opintopassi lukuvuodelle 2026–2027

175 €

1.8.–31.12.2026, 1.1.–31.7.2027

Passin lunastaneet voivat osallistua maksutta kaikille kurseille, joissa lukee, että kurssi sisältyy opintopassiin. Jos olet lunastanut passin, toimisto kuittaa kurssimaksusi maksetuksi opintopassilla.

Hanki
opintopassi
175 €

LUENNOT

Lapuan kansalaisopiston luennot järjestetään Alajoki-salissa ja ne ovat kaikille maksuttomia yleisötapahtumia.

Striimattavia luentoja voit seurata saapumalle paikan päälle Alajoki-saliin tai etänä Zoomin välityksellä. Luentopäivänä lähetetään linkin kaikille, jotka ovat ilmoittaneet sähköposti-osoitteensa ilmoittautumisen yhteydessä.

230110 70 vuotta sivistystä ja arjen taitoja - Kansalaisopiston merkitys Lapualla ennen, nyt ja tulevaisuudessa

Keskiviikko 9.9.2026 klo 18.00–20.00

Kansalaisopiston 70-vuotisjuhlavuoden kunniaksi historioitsija **Teppo Ylitalo** tarkastelee opiston merkitystä eri aikoina ja miten kansalaisopisto on vastannut paikallisiin tarpeisiin ja kehittynyt yhteiskunnallisen muutoksen myötä. Ennen luentoa on taidekoulun balettioppilaiden ja mieskuoron yhteisesitys.



Satu Kankare



Marianne Lähde



Sannasirkku Autio



Teppo Ylitalo

Lopuksi paneelikeskustelu, jossa panelisteina kaupunginjohtaja Satu Kankare, Lapuan sanomien päätoimittaja Marianne Lähde, kansalaisopistojen liiton puheenjohtaja Sannasirkku Autio ja Teppo Ylitalo. Keskustelun vetäjänä toimii Lapuan kansalaisopiston rehtori Mari Takamaa.

Tilaisuuden
jälkeen tarjolla
täytekakku-
kahvit

710408 Suomen rannikkoreitit: Pohjanlahti

Harri Ahonen. Ti 15.9.2026 klo 18.00–19.00

Tutustu Pohjanlahden rannikon kätkettyihin helmiin: saaristokohteisiin, kiehtoviin rannikkopolkuihin ja helposti saavutettaviin luonnonaarteisiin. Kirjailija Harri Ahonen luennoi uutuusteoksensa pohjalta Suomen rannikkoreitit: Pohjanlahti. Yhteistyössä: Lapuan kaupunginkirjasto.

230108 Tekstiilien uusi elämä

Ella Wilén. Ke 16.9.2026 klo 18.00–19.30

Saat tietoa tekstiilien uusiokäytön mahdollisuuksista ja merkityksestä itselle ja ympäristölle. Käsitellään myös tekstiileihin liittyviä tunteita sekä muistoja. Luennolla esitellään, miten tekstiileistä voi luoda uutta ja mikä on viiden vaatteen vuosi.

72 tuntia -varautumiskoulutus

Pärjäisitkö häiriötilanteessa omin avuin? 72 tunnin ajan?

72 tuntia -varautumiskoulutus havainnollistaa omatoimisen varautumisen merkitystä. Paraskaan julkinen palvelu ei kykene vastaamaan kaikkiin tarpeisiin yhtä nopeasti esimerkiksi myrskyn, tulvan tai laajan sähkökatkon aikana. Luennoitsijana Mari Takamaa.



820201 72 tuntia -varautumiskoulutus, syksy

Ti 29.9.2026 klo 18.00–19.30

820202 72 tuntia -varautumiskoulutus, kevät

Ke 10.2.2027 klo 18.00–19.30

340101 Tekoälystä maalaisjärjellä

Antti Kalervo Ussa

Ke 30.9.2026 klo 14.00–15.30

Tällä luennolla puretaan tekoälyn mysteeri selkeästi, ilman liian teknisiä termejä. Tutustut siihen, missä kaikessa tekoäly pyörittää arkeamme ja miten voit hyödyntää sitä omassa elämässäsi esimerkiksi tekstien lukemisessa, ruokareseptien keksimisessä tai tiedonhaussa. Lisäksi käsitellään turvallisuutta, kuten digitaalisten huijausten ja syvävääreännösten (deep fake) tunnistamista.

820200 Arjen varavoima ja aggregaatit kotitaloudessa

Tomi Suvanto

Ti 6.10.2026 klo 17.00–20.00

Miten varmistaa kodin arjen sujuminen pitkän sähkökatkon aikana? Opit valitsemaan ja käyttämään varavoimalaitteita turvallisesti. Tilaisuudessa esillä myös erilaisia aggregaatteja käytännön tutustumista varten.

230100 Kasakat Tiistenjoella 1916

Jorma Kallio

Ke 4.11.2026 klo 17.30–19.00

Lapualainen historian harrastaja Jorma Kallio avaa esityksessään, miksi 500 sotilaan kassakarykmentti saapui Tiistenjoelle toukokuussa 1916? Keitä nuo kasakat olivat, mitä he täällä tekivät ja mikä oli heidän tehtävänsä?

410204 Luontokuvailta

Benjam Pöntinen, Jukka Risikko, Pekka Takamaa sekä Risto Vähämäki

Ke 20.1.2027 klo 18.00–20.00

Lapualaiset luontokuvaajat esittelevät töitään Alajoki-salissa.

Yhteistyössä Lapuan ympäristöyhdistys ry.

SEURAA MEITÄ



www.facebook.com/lapuankansalaisopisto



instagram
@lapuankansalaisopisto



WhatsApp-kanava



Näitä voit seurata vain paikan päällä Alajoki -salissa:

230114 Sotavainajien etsintää – kohtaloita vuosilta 1939–1944

Lasse Nyman

La 20.3.2027 klo 12.00–13.30

Mitä sotavainajien etsintätyö on? Millaista arkisto- ja kenttätyön yhdistäminen on, mitä lähteitä käytetään ja minkälaisissa ympäristöissä etsintöjä suoritetaan. Luennolla käsitellään myös yksittäisten naisten ja miesten kohtaloita sodan keskellä.

830190 Vanhustenviikon webinaarin etäkatsomo: Kohtaa arki liikkuen – virkeyttä aivoille

Ma 5.10.2026 klo 13.00–14.00

340190 Vanhustenviikon webinaarin etäkatsomo: SeniorSurf-päivä: Totta vai tarua? Tule testaamaan ja oppimaan mediataitoja

Ti 6.10.2026 klo 13.00–14.00

810290 Vanhustenviikon webinaarin etäkatsomo: Voimaa ruuasta – monipuolinen ravitsemus ikääntyessä / Gery ry

Ke 7.10.2026 klo 13.00–14.00

Ikääntyvien yliopiston etäluennot esitetään mainittuina ajankohtina **keskiviikkoisin klo 14.00–16.00** Alajoki-salissa ja niitä voi seurata vain paikan päällä.

500002 Terve ikääntyminen

16.9.2026, Luennoitsijana Emeritus pääjohtaja Pekka Puska.

500003 Miksi kaikki on niin vaikeaa? Turvallinen asiointi digimaailmassa

7.10.2026. Luennoitsijana Dipl. Ins., tietokirjailija Petteri Järvinen.

500004 Onko kansainvälinen oikeus kriisissä?

21.10.2026. Luennoitsijana Tieteen akateemikko Martti Koskenniemi, HY.

500005 Planetaarinen ruokavalio - mitä, miksi ja kenelle?

28.10.2026. Luennoitsijana Professori Mikael Fogelholm, Helsingin yliopisto.

500006 Kansansairautemme diabetes ja sen nopeasti kehittyvä hoito

11.11.2026 Luennoitsijana Yli lääkäri, LT, endokrinologian erikoislääkäri, diabeteksen hoidon erityispätevyys Petteri Ahtiainen Keski-Suomen hyvinvointialue.

500007 Mitä on gerastenia eli vanhuuden haurastuminen ja voiko sen ehkäistä?

25.11.2026 Professori h.c. Ahti Rekosen muistoluento. Luennoitsijana Professori Kaisu Pitkälä, Helsingin yliopisto.

500008 Helene Schjerfbeck ja kansallisen taiteen kertomus

2.12.2026. Luennoitsijana Intendentti, FT Marja Lahelma, Ateneumin taidemuseo.

500009 Näkökulmia musiikin ja muiden taiteiden vaikutuksista hyvinvointiin

9.12.2026 Luennoitsijana MuT, PsM, psykoterapeutti, laulunopettaja Ava Numminen.

HISTORIA, YHTEISKUNTA JA TALOUS

230102 Sukututkimuskurssi

Kulttuurikeskus Vanha Paukku, Studio Elina Järvi

Ti 17.30–20.00 72 t 77 €

8.9.–24.11.2026, 12.1.–20.4.2027 Kurssi sisältyy opintopassiin, **Opintoseteliavustus** Tutki sukusi tietoja digitaalisista arkistolähteistä. Opit käyttämään kirkonkirjoja, henkikirjoja, oikeuden pöytäkirjoja ja vanhoja sanomalehtiä. Selvittelet sukulaistesi elämänvaiheita ja asuinpaikkoja syntymästä kuolemaan. Tutustut DNA-testeihin ja niiden tuloksiin. Kurssi sopii sinulle, joka olet jo tutustunut sukututkimuksen perusasioihin.



230104 Sukututkimusta aloittelijoille

Kulttuurikeskus Vanha Paukku, Studio Elina Järvi

To 17.30–20.00 72 t 77 €

10.9.–26.11.2026, 14.1.–22.4.2027

Kurssi sisältyy opintopassiin,

Opintoseteliavustus

Tutustut sukututkimuksen digitaalisiin tietolähteisiin internetissä. Saat vinkkejä siitä mitä tietoja voit etsiä ja mitä tietoja saat kerätä ja tallentaa. Opit tutkimaan kirkonkirjoja, henkikirjoja, oikeuden pöytäkirjoja, perukirjoja ja vanhoja sanomalehtiä. Saat eväitä vanhojen valokuvien käsittelyyn, verkkosukupuu palveluiden hyödyntämiseen ja sukulaisten elämänkaaren selvittämiseen.



230116 Poutun tarinat talteen! – Kylän yhteinen idea- ja historiailta

Poutun koulu

Teppo Ylitalo

La 14.11.2026 klo 17.00–19.00 3 t

Maksuton kurssi

Poutun kylän menneisyyttä ja tarinoita pyritään keräämään, tallentamaan ja jakamaan tuleville polville kaikille avoimessa idea-illassa Poutun koululla. Tilaisuus alkaa Teppo Ylitalon alustuksella paikallishistorian tallentamisen mahdollisuuksista, jonka jälkeen kyläläiset osallistuvat työpajaan ja keskusteluun. Tavoitteena on ideoida tulevaa toimintaa tai laajempaa historiankeruukurssia sekä kannustaa tuomaan mukaan vanhoja valokuvia tai esineitä kylän historian heijastamiseksi.

230112 Lakaluoman historiaa - talviajan turinatuokiot

Lakaluoman kylätalo

Teppo Ylitalo

Su 13.00–16.00 24 t Maksuton kurssi

18.10.–31.12.2026, 1.1.–21.3.2027

Kurssi kokoaa kyläläiset yhteen kerran kuu-kaudessa tarinoimaan menneistä ajoista, etsimään tietoa ja tunnistamaan hahmoja vanhoista valokuvista. Kurssi sopii kaikille kotiseutuhistoriasta kiinnostuneille, ja sen tavoitteena on tallentaa ja mahdollisesti julkaista kylän yhteistä perintöä; kuvia ja tarinoita. Kurssi toteutetaan yhteistyössä Lapuan kaupungin museoiden kanssa.

329800 Himmetä ei muistot saa!

Kulttuurikeskus Vanha Paukku, monitoimitila

Janiv Takala

Ke 17.00–20.00 20 t

9.9.–14.10.2026 Maksuton kurssi

Tule mukaan tekemään vuosien 1939–45 lapualaisesta yhteistyön voimasta ja sotapoluista kertovia videoita. Kurssilla koostetaan yhdessä videoita aiemmin kootusta haastattelumateriaalista. Voit olla prosessissa mukana oman kiinnostuksesi mukaan joko videon editoinnissa tai materiaalin kokoamisessa.

320202 Yhdistyksen kirjanpito- ja tilinpäätöskurssi

Kulttuurikeskus Vanha Paukku, Studio
Pirjo Koivumäki
Ke 17.00–18.30 10 t 30 €
9.9.–7.10.2026

Kurssi sisältyy opintopassiin.
Opit yhdistyksen kirjanpidon perusteet tekemällä kirjauksia kirjanpito-ohjelmaan sekä käsittelemällä pankin CSV-aineistoa Excelissä. Laadit mallilaskuja ilmaisella laskutusohjelmalla ja perehdyt maksujen vastaanottotapoihin. Käsitellään myös tilinpäätös, verotus sekä ilmaisohjelmistojen käytännön soveltuvuus yhdistyksen taloudenhoitoon.

610212 Ennakointi elämän loppuun – turvaa itselle ja läheisille

Kulttuurikeskus Vanha Paukku, kieliluokka
Anne-Mari Lahdensuo, Perttu Pohjola
To 18.45–20.15 8 t 24€
22.10.–12.11.2026

Kuolema koskettaa meitä kaikkia, mutta harvoin siitä puhutaan ajoissa. Kurssilla saat ymmärryksen keskeisistä juridisista asiakirjoista, kuten testamentista ja edunvavontavaltuutuksesta. Laadit henkilökohtaisen tahtokartan joka auttaa sanoittamaan omia toiveita. Keskustelua, pienryhmätyöskentelyä ja ohjattua pohdintaa. Aiheita käsitellään lempeästi ja kunnioittavasti.

TERVEYS JA HYVINVOINTI

610216 Ensiapu 1, päivä, syksy

Kulttuurikeskus Vanha Paukku, kieliluokka
Eeva Jylhä
Ti 8.30–15.30, Ke 8.30–15.30
6.–7.10.2026 16 t 68 €

Ensiapukurssi EA 1@ (16 t) – Antaa perustiedot ja -taidot auttaa hätätilanteessa ja tavallisimmissa sairaus- ja onnettomuustilanteissa. Ensiapukurssin todistus on voimassa kolme vuotta. Hinta sis. kortti ja rekisteröinti.

Hätäensiapu

Kurssin suorittanut hallitsee ensiavun antamisen perusteet: hätäensiapu, toiminta hätäensiapua vaativissa tilanteissa, tajuttoman ensiapu ja elvytys ja defibrillaattorin käyttö osana elvytystä. Koulutuksen avulla saat voimassaolevalle ea1-todistukselle kolme vuotta lisäaikaa. Hinta sis. kortti ja rekisteröinti. EA kurssit eivät sisälly opintopassiin. Opettajana Eeva Jylhä.

610218 Hätäensiapu, Lakaluoma

Lakaluoman kylätalo
Pe 18.00–21.00 4 t 47 €
25.9.2026 **Opintoseteliavustus**



610222 Hätäensiapu, Ruha

Ruhan koulu
Ma 5.10.2026 klo 16.00–19.00
4 t 47 €
Opintoseteliavustus



610220 Hätäensiapu, Hirvijoki

Hirvijoen nuorisoseura
Ma 18.00–21.00 4 t 47 €
28.9.2026 **Opintoseteliavustus**



820262 Henkisen tuen peruskurssi

Kulttuurikeskus Vanha Paukku,
luentoluokka

Kristiina Brask-Mosander

La 24.10.2026 klo 9.00–16.00 8 t 24 €

Jokainen meistä kohtaa elämässään kuormittavia tilanteita, äkillisiä kriisejä tai vaikeita elämänmuutoksia. Tiedätkö, miten toimia, kun ihminen on kriisin keskellä ja syvästi järkyttynyt? Entä miten pitää huolta omasta jaksamisesta auttamisen keskellä? Tällä yhteistyössä SPR:n kanssa järjestettävällä kurssilla opit henkisen ensiavun perustaidot, joilla voidaan lievittää kriisien aiheuttamaa stressiä ja tukea ihmisen omia voimavaroja. Kurssi on tarkoitettu aivan tavallisille kuntalaisille, jotka haluavat vahvistaa omia arjen turva- ja auttamistaitojaan. Kurssi antaa valmiuksia kohdata vaikeita tilanteita rauhallisesti ja empaattisesti.



610100 Äänimaljarentoutuskurssi

Kulttuurikeskus Vanha Paukku,
liikuntaluokka

Mari Takamaa

To 17.30–18.15 4 t 17 €

22.10.–3.12.2026

Lempeä rentoutushetki äänimaljojen, merirummun ja koshi-tuulikellon sointien saattelemana. Harjoitus tehdään makuuasennossa – voit päästää irti arjesta ja antaa äänivärähtelyjen rentouttaa kehosi ja mielesi.

610134 Viralliset ravintosuositukset

Kulttuurikeskus Vanha Paukku,
luentoluokka

Ilari Huttula

Pe 13.11.2026 klo 17.15–20.15

4 t 17 €

Haluatko ymmärtää, mitä sinun oikeasti pitäisi syödä – ja miksi? Opit ravitsemuksen perusteita, tutustut virallisiin ravintosuoi-
tuksiin ja rakennat itsellesi toimivan, arkeen sopivan ruokavalion.



Itsetuntemuksesta iloa ja energiaa arkeen

Tällä kurssilla vahvistetaan yhteyttä itseen luovuuden keinoin. Vahvistetaan läsnäoloa, kykyä palautua arjen kuormituksesta, yhteyttä omaan intuitioon ja luovuuden lähteeseen. Kokoontumiset Lyjijylankaosaston alakerrassa. Opettajana Satu Salin. Kurssi sisältyy opin-
topassiin.

610112 Itsetuntemuksesta iloa ja energiaa arkeen, syksy

Ma 18.00–19.30 12 t 30 €

7.9.–16.11.2026

610114 Itsetuntemuksesta iloa ja energiaa arkeen, kevät

Ma 18.00–19.30 12 t 30 €

18.1.–5.4.2027

Vauvahieronta

Opit vauvahierontaa. Käydään läpi teoriaa oireilusta. Voit saada apua mm. itkuisuuteen, vatsavaivoihin, pulautteluun, refluksiin, imetysongelmiin, uneen ja toispuoleisuuteen. Alle vuoden ikäisille vauvoille. Kokoonnotukset Vanhan Paukun liikuntaluokassa. Opettajana Suvi Lepistö.

610120 Vauvahieronta, syksy

Ma 9.00–11.00 5 t 34 €
28.9.–5.10.2026

610122 Vauvahieronta, kevät

Ma 9.00–11.00 5 t 34 €
25.1.–1.2.2027

610126 Sinuna esiin - itsetuntemuksesta apua jännittämiseen

Kulttuurikeskus Vanha Pauku,
liikuntaluokka
Satu Salin
To 17.00–18.30 6 t 24 €
17.9.–1.10.2026

Tämä kurssi on sinulle, joka toisinaan tuskailet häiritsevän jännityksen kanssa. Sinulle, jota jännittää erilaiset kohtaamistilanteet kuten uuden ihmisen tapaaminen, työhaastattelu, puhelinkontaktointi tms. Tutustutaan itsemyötätuntoon jännityksen sulattajana ja kerätään lempeitä täsmäkeinoja haastaviin kohtaamistilanteisiin valmistautumiseksi.

710502 Koirahierontaa kotikäyttöön

Hirvijoen nuorisoseura
Kristiina Kero
La 12.9.2026 klo 10.00–16.30 8 t 30 €
Opi kotona tehtävää koirahierontaa!
Kursilla käsitellään kivun tunnistamista, lihaskireyksen syytä, rakenteen ja harrastusten vaikutusta sekä hieronnan perusteita (havainnointi, tunnustelu, otteet ja venytykset).



Vapaan äänen äärellä

Tällä kurssilla laskeudutaan ihmeellisen ihmisäänen hoitavien vaikutusten sekä lempeän liikkeen äärelle. Ääni on kehollinen, herkkä ja henkilökohtainen, aina lähellä oleva itsetuntemuksen ja ilmaisun väylä. Mikäli sinua kiinnostaa tutkia suhdetta omaan ääneesi ja tutustua siihen hieman syvemmin turvallisessa ilmapiirissä, tämä kurssi on sinulle. Kokoonnotuu Vanhan Paukun, liikuntaluokassa. Opettajana Satu Salin.



610108 Vapaan äänen äärellä, syksy

La 11.00–13.30 9 t 24 €
24.10.–21.11.2026

610110 Vapaan äänen äärellä, kesä

La 11.00–13.30 9 t 24 €
8.5.–5.6.2027

MUSIIKKI

120004 Lapuan harmonikkakerho

Yläkoulu

Ronny Österås

Ma 19.15–20.45 48 t 61 €

7.9.–23.11.2026, 11.1.–19.4.2027

Kurssi sisältyy opintopassiin.

Harjoittelemme tanssi- ja viihdemusiikin ohjelmistoa ja yhteissoiton taitoja. Esiinnyimme paljon erilaisissa tilaisuuksissa ja tanssiareenoilla.

120006 Lapuan Sekakuoro

Lukion oppiportaatt

Teija Karvonen

Ti 18.00–20.15 72 t 77 €

8.9.–24.11.2026, 12.1.–20.4.2027

Kurssi sisältyy opintopassiin.

Laulamme ja esitämme perinteistä seka-kuoromusiikkia sekä myös hengellistä ja kevyempää musiikkia. Aikaisempi kuorolaulutausta ei ole välttämätön. Ota yhteyttä kuoron johtajaan (teija.karvonen@gmail.com) tai tule rohkeasti mukaan!

120008 Lapuan mieslaulajat

Syksy Alajoki-salissa,

kevät Lapuan lukion oppiportaissa

Maunu Malkamäki

Ke 19.00–21.15 72 t 77 €

9.9.–25.11.2026, 12.1.–21.4.2027

Kurssi sisältyy opintopassiin.

Laulamme monipuolista ohjelmistoa, lisäksi esiinnyimme ja konsertoimme. Uusi laulaja, ota mukaan tuttu laulu äänialasi selvittämissi. Ota rohkeasti lauluhaaste vastaan!

121020 Tule ja tee oma biisi tai sävellys siivilleen

Kulttuurikeskus Vanha Paukku,
musiikkiluokka

Kalev Kaskelainen

Ke 11.00–13.30 24 t 300 €

9.9.–25.11.2026, 13.1.–21.4.2027

Opintoseteliavustus

Onko sinulla oma sävellys, mutta kaipaat keinoja saada se nuotille, sovittaa sitä, saada apua sen soittamiseen, laulamiseen ja edelleen kehittämiseen? Tällä kursilla saat apua luovaan työhösi monin keinoin.



Hanki
opintopassi
175 €
sivu 5

Musiikin yksilöopetus

Laulu, piano, kitara, sähköbasso, ukulele, viulu ja rumpujen soitto. Opintojen alaikäraja on ilmoitettu kurssikohtaisesti. Yläikärajaa opinnoille ei ole. Hae opintoihin ilmoittautumalla instrumenttikohtaisille jonotuskursseille.

Ilmoittautumisjärjestelmämme arpoo opiskelupaikat maanantaina 24.8.2026 ja paikan saaneille ilmoitetaan henkilökohtaisesti. Mikäli ilmoittaudut 24.8.2026 jälkeen, olet automaattisesti jonossa. Otamme sinuun yhteyttä mikäli uusia opetusaikoja vapautuu.

Opetus alkaa viikolla 37. Oppilaalla on kolmen vuoden opinto-oikeus. Opinto-oikeus edellyttää säännöllistä opiskelua. Opiskelun keskeytymisestä tulee ilmoittaa välittömästi opiston toimistoon, jotta voimme tarjota opiskelupaikkaa jonossa olevalle uudelle opiskelijalle.

Opetusta on 30 minuuttia viikossa 24 kertaa lukuvuoden aikana, ellei kurssitekstissä toisin mainita. Kurssimaksu, 200€, kattaa koko lukuvuoden. Henkilökohtainen opetusaika sovitaan opettajan kanssa. Avoimia oppilaspaikkoja voi hakea läpi lukuvuoden.



Jo 90-luvulta asti opistolla opettanut Seppo nauttii sydämestään nuorten ja aikuisten kohtaamisesta musiikin äärellä. Sepon tunneilla tärkeintä on aidon oppimisen ilo, soiton riemusta nauttiminen ja elämänmauiset keskustelut

121030 Kitara, sähköbasso, ukulele (Sallinen) / Jono uusiin oppilaspaikkoihin

Seppo Sallinen

Soittoajat maanantaisin ja tiistaisin. Opiskelijalla oltava oma soitin. Mieluiten myös omat plektrat ja viritysmittari. Aloittavan opiskelijan alaikäraja 10 vuotta. Opettajalta saa viikoittain soittotehtävän harjoitteluun.

121032 Piano / Jono uusiin oppilaspaikkoihin

Tero Hietämäki, Jelena Tuomaala

Opetuspäivät: maanantai (Tero) ja torstai (Jelena). Tero opettaa keskuskoululla, Jelena Vanhassa Paukussa sekä Ritavuoren koululla. Opetus soveltuu sekä vasta-alikajille että aikaisemmin soittaneille.

121034 Rumpukoulu (Vuori) / Jono uusiin oppilaspaikkoihin

Risto Vuori

Rumpuopetusta kaiken ikäisille aloittelijoista pidemmälle ehtineisiin. Opettaja soittaa henkilökohtaiset soittoajat. Opetuspäivät: maanantai, perjantai tai lauantai.

121036 Vanhempi-lapsi rumpukoulu (Vuori) / Jono uusiin oppilaspaikkoihin

Risto Vuori

Mahtava yhteinen harrastus vanhemmalle ja lapselle, lähtekää rohkeasti mukaan! Ilmoittautuessa, laita lapsen nimi opiskelijaksi ja vanhemman nimi laskutettavan tietoihin. Vanhemman ja lapsen soittoaika 30 min/vko/24 kertaa. Yhteinen kurssimaksu 200 euroa.

121038 Viulu (Mäkelä) / Jono uusiin oppilaspaikkoihin

Matti Mäkelä

Kaikenikäisille ja -tasoisille viulunsoittajille. Edellytyksenä oma soitin. Ohjelmisto vaihtelee yksilökohtaisesti kansanmusiikista taidemusiikkiin. Kurssi sisältää keväisin myös yhteissoittoa. Opetus tapahtuu maanantaisin / perjantaisin Vanhassa Paukussa. 30 minuutin oppitunnit 200€. 45 min oppitunnit 300€.

121040 Yksinlaulu (Ahonen) / Jono uusiin oppilaspaikkoihin

Marika Ahonen

Rohkeasti uudet laulajat mukaan! Opiskelijan alaikäraja on 15 vuotta. Opetuspaikkana on Lapuan keskuskoulun musiikkiluokka. Opetuspäivät maanantai tai keskiviikko (mahdollisesti myös torstai) klo 15.00–21.00 välillä.

121042 Yksinlaulu (Pellikka) / Jono uusiin oppilaspaikkoihin

Anna Pellikka

Kaipaatko yksilöllistä ohjausta lauluäänesi kehittämiseen ja kenties rohkeutta kokeilla mihin kaikkeen äänesi taipuu? Laulutunnit ovat 45 min mittaisia ja syksyllä niitä on 7 ja keväällä 8. Lisäksi pidämme yhteiset laulutunnit/ esiintymiset kaikkien oppilaiden kanssa kaksi kertaa lukuvuoden aikana. Alaikäraja 7 vuotta. Opetus Vanhassa Paukussa lauantaisin klo 10.00–16.30 väliltä joka toinen viikko.

121044 Yksinlaulu (Salin) / Jono uusiin oppilaspaikkoihin

Satu Salin

Syvennä ainutlaatuisen äänesi tuntemusta, luovaa ilmaisuasi ja kehoastisi käyttämistä! Harjoitellaan luontevaa ja varmaa laulutekniikkaa sekä puretaan esteitä äänesi tieltä lempeästi. Sopii kaikille laulajalle iästä riippumatta. Syyskaudella 60 min mittaisia yksilötunteja on 5 ja kevätkaudella 6. Ryhmätunnit ja vapaaehtoiset esiintymiset kaksi kertaa lukuvuodessa. Opetus Vanhassa Paukussa. Opetuspäivät ovat tiistai klo 15–19.30 ja torstai 15–18.30.

SEURAA MEITÄ



instagram
@lapuankansalaisopisto



www.facebook.com/lapuankansalaisopisto



WhatsApp-kanava



KIRJALLISUUS

170002 Luovan kirjoittamisen ryhmä

Kulttuurikeskus Vanha Paukku, luentoluokka
Jussi Matilainen

To 18.00–20.15 52 t 61 €

10.9.–19.11.2026, 14.1.–1.4.2027

Kurssi sisältyy opintopassiin. **Opintoseteliavustus.**

Paljon kirjoittaneille ja kirjoittamisesta vasta haaveileville. Joka kerta virikkeitä, uusia ryhmäläistekstejä, vuorovaikutusta ja tietoa. Kurssikerran tunteista kolme on luokassa ja yksi sähköpostin välityksellä. Syksyllä ollaan luokassa parittomien viikkojen torstaina ja keväällä 14.1., 28.1., 11.2., 25.2., 11.3., 18.3. ja 1.4.



230204 Kirjklubi

Kirjaston henkilökunnan kahvio 2. kerros, Vanha Paukku
Marita Hakala

To 18.30–20.00 18 t 40 €

10.9.–3.12.2026, 14.1.–6.5.2027 **Opintoseteliavustus.** Kurssi sisältyy opintopassiin Tutustu nykykirjallisuuteen ja sen ajankohtaisiin teemoihin. Luetaan osallistujien toiveiden mukaisia teoksia ja keskustellaan niistä rennossa, kannustavassa ilmapiirissä. Saat kirjavinkkejä, uusia näkökulmia kirjoihin ja kehität tulkintataitojasi. Syksy 2026: 10.9., 8.10., 5.11., 3.12. Kevät 2027: 14.1, 11.2., 11.3., 8.4., 6.5.



KUVATAITEET JA MUOTOILU

Maalaa maailmasi

Tule mukaan erilaiseen taidepiiriin, jossa esteettinen tavoite ei ole merkityksellinen. Et tarvitse piirtämisen taitoa tai aiempaa taiteellista harrastuneisuutta. Käytämme maalaamista itseilmaisun keinona, tunteiden tunnistamisen, nimeämisen ja jäsentelyn apuna. Terapeuttinen maalaus vahvistaa minäkuvaa, kasvattaa positiivista kokemusta itsestä, korjaa ikäviä kokemuksia ja muistoja. Kokoontuu Lyijylankaosaston alakerrassa. Opettajana Regina Ketomäki.

140002 Maalaa maailmasi, syksy

Ke 17.30–20.30 44 t 85 €
9.9.–25.11.2026

140003 Maalaa maailmasi, kevät

Ke 17.30–20.30 52 t 87 €
13.1.–21.4.2027

Käsialaa etsimässä

Soveltuu vasta-alkajille ja pidemmälle ehtineille öljy- ja akryylimaalareille. Maalataan havainnosta ja keskitytään oman kädenjäljen kehittämiseen. Syksyllä maalataan asetelmien parissa eri teemojen mukaan. Kurssin sisältöä muokataan osallistujien toiveiden mukaan. Kokoontuu Lyijylankaosaston alakerrassa. Opettajana Elina Försti. Kurssi sisältyy opintopassiin.

140010 Käsialaa etsimässä -maalaukurssi, syksy

La ja su 11.00–16.45 56 t 68 €
19.9.–29.11.2026

140012 Käsialaa etsimässä -maalaukurssi, kevät

La ja su 11.00–16.45 56 t 68 €
30.1.–11.4.2027



140000 Vedic Art -Avaruuskurssit

Lyijylankaosaston alakerta (Lyijjäri)
Pirjo Hirvonen
Pe 17.30–20.30, La ja su 10.00–17.00
20 t 140 €
28.–30.8.2026

Taidemenetelmä luovuuden ja tietoisuuden kehittämiseen. Avaruus I -jatkokurssille sopii peruskurssin käyneille. Avaruus II ja III -jatkokurssi sopii Avaruus I tai II -kurssin käyneille. Piirretään ja maalataan, syvennetään luovaa prosessia.

140016 Maalataan elävää mallia

Lyijylankaosaston alakerta (Lyijjäri)
Elina Försti

La ja su 11.00–16.45 14 t 52 €
14.–15.11.2026

Kehitä havainnointikykyäsi ja opi ymmärtämään ihmisen anatomiaa, mittasuhteita, valoa ja varjoa käytännön harjoittelun kautta. Kurssi sopii sekä aloitteleville että kokeneemmille öljy- tai akryylivärimalareille. Saat henkilökohtaista ohjausta oman tasosi mukaan ja vahvistat varmuuttasi ihmishahmon maalaamisessa.

140014 Maalataan sisustustauluja rennolla otteella

Jokilaakso, Sööstetti

Marika Koskimäki

Pe 17.30–20.30, La 10.00–14.00

6.–7.11.2026 9 t 24 €

Maalataan akryyiliväreillä. Ne ovat ilmeikkäät ja kuivuvat suhteellisen nopeasti, joten pääsemme etenemään mukavassa tahdissa. Sopii vasta-alkajille. Käymme läpi perusteita, miten värit toimivat. Voit maalata oman ajatuksen pohjalta tai aloittaa Marika-open ideoilla. Itse maalattu sisustustaulu on aina ihana.



140020 Joulukortteja gelli-tekniikalla lapsen kanssa

Kulttuurikeskus Vanha Paukku,

kuvataiteen luokka

Annina Enlund

Su 12.00–15.00 4 t 44 €

22.11.2026

Gelli-tekniikalla voit painaa helposti ja nopeasti kauniita ja taiteellisia kortteja. Kursilla työskennellään aikuinen-lapsi työparina (1–2 lasta/aikuinen) ja kokeillaan sabluunoita, siveltimiä ja erilaisia materiaaleja kuvan tekemisessä. Opit gellipainannon alkeet ja saat yksilöllisiä joulukortteja. Alaikäraja viisi vuotta. Kurssimaksu kattaa aikuisen ja lapsen osallistumisen sekä materiaalit.

140018 Lehtikullan lumomaalaus

Kulttuurikeskus Vanha Paukku,

kuvataiteen luokka

Riikka Pitkänen

La 10.00–15.45 6 t 24 €

21.11.2026

Lyhytkurssi maalausta harrastaville lehtikullan ja edullisemmän lyöntikullan käyttöön maalaustaiteessa. Kulusta harjoitellaan opettajalta saataviin kokeilupohjiin. Voit tuoda mukanasasi myös omia maalauksia. Materiaalimaksu 50 €.

140024 Käytännöllistä tekstausta ja kalligrafiaa

Jokilaakso, Sööstetti

Marika Koskimäki

Ke 17.30–20.30 12 t 30 €

21.10.–4.11.2026

Kurssi sisältyy opintopassiin

Syvenny tekstaustaitteen ja kalligrafian kiehtovaan maailmaan. Tee runotauluja, adresseja, kortteja jne. Kurssilla kehität taitojasi kirjaimistojen kanssa. Syvennät omaa tyyliäsi tekstaamisessa. Keskitymme hiomaan kirjaimesi huippuunsa. Opit myös tekstaamaan erilaisille materiaaleille, kuten kankaalle, siveltimellä. Sopii vasta-alkajille ja jo kursseja käyneille.



140022 Japanilainen teetaide - intensiivikurssi

Jokilaakso, Sööstetti

Minna Rajala

La 12.00–19.00, Su 11.00–18.00

16 t 40 €

28.–29.11.2026

Kurssi sisältyy opintopassiin

Kurssilla valmistetaan ja nautitaan vihreää matcha-teetä perinteisen japanilaisen chado-teetaiteen perinteen mukaisesti. Harjoitellaan teen valmistusproseduureja, välineistön käyttöä sekä teetilaisuuden emännän/isännän rooleissa toimimista. Opettajalla on urasenke-teekoulukunnan opettajalisenssi. Materiaalimaksu 6–20 €.



Minna
Rajala

Kuvataideopettajana

Minna kokee olevansa etu-

oikeutettu saadessaan edistää lasten ja aikuisten taitoja ja seurata heidän kasvupolkuunsa parhaimmillaan läpi vuosien. Erityisesti yhteisötaide on lähellä Minnan sydäntä.

140026 Kalligrafisen runon kirjoitus ja paperin käsittely tauluksi

Jokilaakso, Sööstetti

Marika Koskimäki

Pe 17.30–20.30, La 10.00–14.00

5.–6.2.2027 9 t 24 €

Tällä kurssilla opit sommittelemaan runotekstejä niin, että niistä tulee entistä mielenkiintoisempia ja kauniimpia taideteoksia. Tutustumme värin käyttöön taustapapereissa sekä kokeilemme erilaisia tekstausvälineitä. Kurssin aikana valmistat kotiin vietäväksi ainakin kaksi omaa teosta. Ilmoittautuneille lähetetään materiaali- ja idealista ennen kurssia.



Värikylyä ja musiikkileikkejä

Tervetuloa ainutlaatuisen värin ja musiikin yhteiseen hetkeen! Tässä elämyksellisessä kokonaisuudessa uppoudutaan värin, valon, materiaalien ja äänen maailmaan kaikilla aisteilla. Musiikki kuljettaa, värit kutsuvat tutkimaan – ja vähitellen syntyy myös omaa luovaa jälkeä. Kokoontuu Vanha Paukun liikuntaluokassa. Opettajana Anna Pellikka.

140030 Värikylyä ja musiikkileikkejä 4kk–10kk ikäisille

La 10.00–10.45 4 t 30 €

5.9.–17.10.2026

140031 Värikylyä ja musiikkileikkejä 11kk–18kk ikäisille

La 11.00–11.45 4 t 30 €

5.9.–17.10.2026



140030 Luovuutta maalaten

Lyijylankaosaston alakerta (Lyijäri)

Minna Rajala

Ti 17.00–20.00 24 t 52 €

4.5.–8.6.2027

Tällä kursilla jokainen voi löytää itsestään taiteilijan. Tehdään piirustus- ja maalaus-harjoituksia ja opetellaan hakemaan tarvittava tieto omasta itsestä intuition avulla. Kokemuksellista kuvantekemistä joka etenee omalla painollaan ilman analyysejä, arvioita tai stressiä. Oma luovuus saadaan käyttöön ja itseluottamus kasvaa. Ei edellytetä aikaisempaa kokemusta kuvan tekemisestä.

140028 Kivenmaalaus Lakaluomalla

Lakaluoman kylätalo

Minna Rajala

Pe 17.00–20.00 4 t 19 €

16.4.2027

Maalataan kiviä mukavassa ja rennossa ilmapiirissä omaan käyttöön tai FinStone-kiviä muiden löydettäväksi. Kurssi on tarkoitettu lapsille ja aikuisille. Nuorimmat (5–8v.) osallistuvat aikuisen kanssa aikuisen-lapsi työparina. Omat kivet mukaan. Opettaja tuo muut tarvikkeet.

Keramiikka

Muotoillaan korkeanpolton savesta käyttö- ja koriste-esineitä. Kurssimaksuun sisältyy maksut 10 kg savesta, jolla muotoilu aloitetaan sekä polttomaksu (max. 40kg/kurssilainen). Muu materiaali, lisäsavi ja lasitteet, ostetaan ja tilataan kurssin alussa yhdessä opettajan ohjauksessa. Materiaalit ja rahtimaksu maksetaan opettajalle ennen yhteistilausta. Keramiikkaryhmät kokoontuvat Kulttuurikeskus Vanhan Paukun askarteluluokassa. Pitkillä keramiikkakursseilla opettajana on Terhi Kaarento.

145000 Keramiikan päiväryhmä, syksy

Ma 11.30–14.30 48 t 95 €

7.9.–30.11.2026

145002 Keramiikan päiväryhmä, kevät

Ma 11.30–14.30 48 t 95 €

11.1.–12.4.2027

OTA KOPPI 2026–2027

145004 Keramiikka, tiistai, syksy

Ti 17.30–20.30 48 t 95 €
8.9.–1.12.2026

145006 Keramiikka, tiistai, kevät

Ti 17.30–20.30 48 t 95 €
12.1.–13.4.2027

145008 Keramiikka, keskiviikko, syksy

Ke 17.30–20.30 48 t 95 €
9.9.–2.12.2026

145010 Keramiikka, keskiviikko, kevät

Ke 17.30–20.30 48 t 95 €
13.1.–14.4.2027

145014 Keraaminen kuvanveisto (1 op)

Vanha Paukku, askarteluluokka
Anneli Di Francis
26 t 66 €

Kurssilla suunnitellaan ja muovailaan savesta keraaminen veistos karkeasta vaaleasta veistossavesta. Hinta sis. savi, lasite + poltot.

pe 25.9. klo 19.30–21.00 suunnittelu

la 26.9.– su 27.9. klo 10.00–17.15 muovailu

la 7.11. klo 13.15–16.15 lasitus

la 21.11. klo 12.30–14.45 itsearviointi ja palaute.

145016 Dreijauksen peruskurssi (1 op)

Vanha Paukku, askarteluluokka
Anneli Di Francis
27 t 112 €

Suunnitellaan ja valmistetaan pieni esine sarja korkeapolttoisesta vaaleasta kivitarasavesta. Hintaan sis. savi, kirkas lasite + poltot.

pe 23.10. klo 19.30–21.00 suunnittelu

la 24.10.–su 25.10. klo 10.00–17.15 muovailu

la 7.11. klo 10.00–13.00 lasitus

la 21.11. klo 10.00–12.15 itsearviointi ja palaute.



Terhi
Kaarento

Terhin keramiikkakursseilla vallitsee rento ja välitön tunnelma, jossa nauru raikaa ja jokaisella kerralla opitaan jotain uutta. Kurssit sopivat loistavasti niin täysin aloittelijoille kuin kokeneille keramiikkaan rakastuneille!



145017 Posliinisavi

Kulttuurikeskus Vanha Paukku,
askarteluluokka
Anneli Di Francis
Ma 18.00–20.15 15 t 70 €
info 2.11. kurssi 16.11.–7.12.2026
Posliini mahdollistaa erittäin ohuiden ja herkkien esineiden valmistuksen. Voit tehdä koruja, pieniä figuureja ja käyttöesineitä. Hintaan sis. savi, kirkas lasite + poltot. Muut lasitteet opiskelijat hankkivat tarvittaessa omakustanteisesti (esim yhteistilaus). Työvälineistä tiedotetaan ennen kurssia.

145018 Joululahjoja keramiikasta

Kulttuurikeskus Vanha Paukku,
askarteluluokka
Terhi Kaarento
Su 12.00–17.00 12 t 31 €
29.11.–13.12.2026
Toteuta joululahjaideasi tai tee omaan kotiisi sopivat joulukoristeet keramiikasta. Lyhytkurssilla muotoillaan yksi päivä ja lasitetaan yksi päivä. Sopii vasta-alkajille ja pidempään harrastaneille. Materiaalit maksetaan opettajalle käytön mukaan.

145026 Nerikomi (1 op)

Kulttuurikeskus Vanha Paukku,
askarteluluokka
Anneli Di Francis
27 t 66 €
Kurssilla rakennetaan pieniä astioita tai esineitä japanilaisella nerikomitekniikalla, jossa erivärisistä savista yhdistellään kuviopintoja. Kurssihintaan sis.savi, lasite + poltot.
la 16.1. klo 10.00–11.30 suunnittelu
la 23.1.– su 24.1. klo 10.00–17.15 muovailu
la 6.2. klo 10.00–13.00 lasitus
la 20.2. klo 10.00–12.15 itsearviointi ja palaute



145030 Valusavi

Kulttuurikeskus Vanha Paukku,
askarteluluokka
Terhi Kaarento
Ma 17.00–20.00 12 t 35 €
3.–24.5.2027
Tehdään ohutta keramiikkaa, valusaviesineitä, kaatamalla valusavea valmiiseen kipsimuottiin. Savet ja lasitteet ostetaan opettajalta käteisellä. Materiaalimaksu on 15 € tai enemmän kulutuksen mukaan ja se maksetaan opettajalle. Polttomaksu sis. hintaan.

145028 Keramiikka, loppukevät

Kulttuurikeskus Vanha Paukku,
askarteluluokka
Terhi Kaarento
Ke 17.30–20.30 24 t 51 €
28.4.–2.6.2027
Toteuta kauden viimeiset keramiikkaideaasi korkeanpolton savesta. Polttomaksu sis. hintaan. Ensimmäisellä kokoontumiskerralla opettaja perii aloitusmaksun materiaaleista. Savea ja lasitteita voit ostaa opettajalta käteisellä tai mobilepaylla kulutuksen mukaan.

145032 Muinaiskeramiikan kesäleiri - Maasavesta esineeksi ja nuotiopoltto laavulla!

Kulttuurikeskus Vanha Paukku,
askarteluluokka
Piela Auvinen
7.–11.6.2027 17 t 55 €
Kurssilla nostamme saven suoraan maasta, muokkaamme sen muovailtavaksi ja valmistamme omat muovailutyökälyt. Opit tekemään savesta pieniä esineitä perinteisin menetelmin. Kurssi huipentuu elämykselliseen nuotiopolttoon laavulla, jossa valmistuneet työt poltetaan avotulesa.
Ma klo 17.30–20.30 saven muokkaus
Ti klo 17.30–20.30 työvälineiden valmistus
Ke klo 17.30–20.30 muotoilu
Pe klo 17.00–21.00 poltto

*muista ilmoittautua
viimeistään viisi päivää
ennen kurssin alkamista*

Aikuinen - lapsi keramiikka

Aikuinen ja lapsi/lapset muotoilevat yhdessä savesta esineitä. Kurssimaksu kattaa sekä aikuisen että lapsen kurssimaksut sekä töiden polttomaksu. Materiaalit (savi ja lasite) maksetaan opettajalle käytön mukaan (n. 2 €/kg). Opettajana Terhi Kaarento. Kokoontuu Kulttuurikeskus Vanhan Paukun askarteluluokassa. Yksi kerta muotoilua ja yksi lasitusta.

145019 Aikuinen - lapsi keramiikka, päivä, syys/lokakuu

Su 12.00–15.00 8 t 36 €
20.9.–4.10.2026

145020 Aikuinen - lapsi keramiikka, iltapäivä, syys/lokakuu

Su 15.30–18.30 8 t 36 €
20.9.–4.10.2026

145021 Aikuinen - lapsi keramiikka, päivä, tammi/helmikuu

Su 12.00–15.00 8 t 36 €
31.1.–14.2.2027

145022 Aikuinen - lapsi keramiikka, iltapäivä, tammi/helmikuu

Su 15.30–18.30 8 t 36 €
31.1.–14.2.2027

145023 Aikuinen - lapsi keramiikka, päivä, maaliskuuhuhtikuu

Su 12.00–15.00 8 t 36 €
21.3.–4.4.2027

145024 Aikuinen - lapsi keramiikka, iltapäivä, maaliskuuhuhtikuu

Su 15.30–18.30 8 t 36 €
21.3.–4.4.2027

145040 Lasitaide

Keskuskoulu, sisäänkäynti C-ovesta
Teija Takala

To 17.00–20.00 80 t 77 €
17.9.–26.11.2026, 21.1.–8.4.2027

Kurssi sisältyy opintopassiin.

Tehdään tasolasiteoksia, tiffanylamppuja, lautasia, koruja, mosaiikkitoita ym. oman valinnan mukaan. Materiaalit voi ostaa opettajalta ja työkalut ovat lainattavissa. Sulatustöistä peritään polttomaksu. Soveltuu vasta-alkajille ja pidempään harrastaneille.

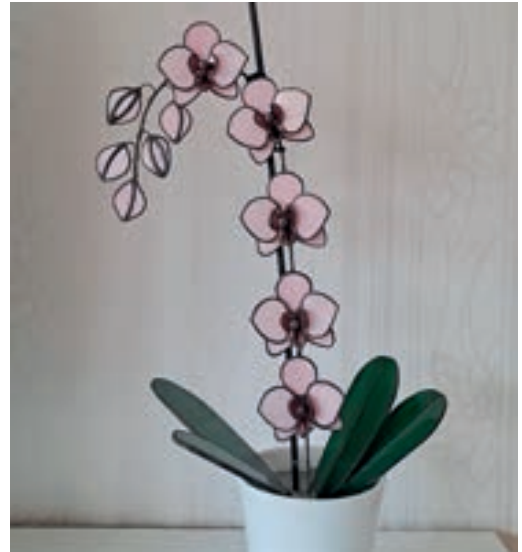
145042 Jouluisia lasitaidetta

Keskuskoulu, sisäänkäynti C-ovesta
Teija Takala

La ja su 10.00–15.00 24 t 46 €
21.–29.11.2026

Kurssi sisältyy opintopassiin.

Tee jouluksi enkeleitä, tonttuja, koruja tai mitä vaan lasista, joko itsellesi tai lahjaksi. Materiaalit voi ostaa opettajalta ja työkalut



ovat lainattavissa. Sulatustöistä peritään polttomaksu. Voit tehdä myös astiakoruja: valmista vanhoista rikkoutuneista astioista upeita koruja niin arkeen kuin juhlaan.

145044 Keväistä lasitaidetta

Keskuskoulu, sisäänkäynti C-ovesta
Teija Takala
La ja su 10.00–15.00 24 t 46 €
20.3.–11.4.2027

Kurssi sisältyy opintopassiin.
Tee esim. softglass-mosaikilla lyhtyjä ym. sekä lasivateja, lasimaalausta, koruja ym.. Monet lasitekniikat ovat helppoja ja nopeita eli tämä kurssi on loistava tilaisuus tutustua lasitaiteeseen. Myös kouluikäiset lapset ovat tervetulleita aikuisen seurassa. Materiaalit voi ostaa opettajalta ja työkalut ovat lainattavissa. Sulatustöistä peritään polttomaksu. Soveltuu vasta-alkajille ja pidempään harrastaneille. Kokoontuu 20.–21.3. ja 10.–11.4.

145050 Mosaikki

Lyijylankaosaston alakerta (Lyijäri)
Annina Enlund
La ja su 10.00–15.00 12 t 30 €
24.–25.10.2026

Kurssi sisältyy opintopassiin.
Luo kauniita ja ainutlaatuisia mosaiikkiteoksia. Valmista seinälaattojen ja astioiden sirpaleista esim. pannunalunen. Voit päällystää kukan suojaruukun, pienen pöydän, tarjottimen tai muun sopivan esineen. Teemme kuivan tilan mosaiikkia. Tekniikka on helppo. Kurssilaiset tuovat omat materiaalit ja tarvikkeet. Opettajalta saa ostaa pannunaluspohjia. Opettaja lähettää tarvikelistan ennen kurssia.

147004 Innostutaan valokuvaushaasteista, harjoitellaan sarjoja!

Kulttuurikeskus Vanha Paukku, Studio
Jaana Kotoneva
To 18.15–19.45 10 t 30 €
13.5.–10.6.2027

Kurssi sisältyy opintopassiin.
Haluatko kehittyä kuvaajana? Harjoita omaa havainnointia ja näkemisen tapaa erilaisten kuvaushaasteiden avulla. Jokaisella kurssikerralla on uusi kuvausaihe, jonka pohjalta teemme pieniä kuvapareja tai kuvasarjoja. Sopii kännykällä ja kameralla kuvaaville.

145046 Lasitaide, viikonloppukurssi

Keskuskoulu, sisäänkäynti C-ovesta
Teija Takala
La ja su 10.00–15.00 36 t 53 €
24.4.–23.5.2027 Kurssi sisältyy opintopassiin
Lasitaidetta oman valinnan mukaan. Materiaalit voi ostaa opettajalta ja työkalut ovat lainattavissa. Sulatustöistä peritään polttomaksu. Kurssi soveltuu vasta-alkajille ja pidempään harrastaneille. Kokoontuu 24.–25.4., 15.–16.5. ja 22.–23.5.

Jos innostuit lasitöistä, huomaa lasikorut ja astiakorut kurssi sivulta 34.

147006 Luontokuvaus

Kulttuurikeskus Vanha Paukku, monitoimitila
Benjam Pöntinen
La 7.00–15.00 50 t 80 €
20.3.–12.6.2027

Luontovalokuvaaja Benjam Pöntinen ohjaa kuvauksen saloihin. Kevään aikana tehdään maastoretkeä eri luontokohteisiin, joissa kuvataan omalla kameralla. Käydään läpi teoriaa ja käytäntöä. Kurssi on tarkoitettu jo pidemmälle ehtineille kuvaajille. Kokoontuu 20.3., 10.4., 24.4., 22.5. ja 12.6.2026.

Huom valokuvaajat!

Kuvankäsittelyn kurssi tarjolla sivulla 40:
340114 Lightroom Classic perusteet, verkkokurssi.

KÄDEN TAIDOT

150000 Uniikeilla kevyet askeleet

Kulttuurikeskus Vanha Paukku,
tekstiilityöluokka
Satu Ojala

To ja Pe 17.00–21.30, La ja su 9.00–17.00
3.–6.9.2026 32 t 68 €

Valmista kevyet jalkineet juhlaan tai arkeen, saat oman näköiset ja kokoiset. Voi kierrättää mm. farkkua ja lisätä pitsiä, helmiä, nappeja ym. Muokkaamalla opettajan piirtämiä kaavoja, saat oman näköisen ja kokoisen jalkaasi sopivan mallin. Ilmoittautuneille lähetetään tarvikelista. Osallistujalla on oltava ompelukoneen käyttötaidot.



151002 Käsityövakka Ylikylä

Ylikylän kylätupa

Tuija Juppo

Ma 11.00–13.15 18 t 40 €

14.9.–23.11.2026

Kurssi sisältyy opintopassiin.

Opintoseteliavustus.

Kurssilla tutustutaan erilaisiin uusiin ja vanhoihin käsityötekniikoihin oppilaiden mieltyömysten mukaan. Kokoontuu: 14.9., 28.9., 19.10., 26.10., 9.11. ja 23.11.2026



150008 Kehräyksen alkeet ja rukkineuvola

Jokilaakso, Sööstetti

Leena Rissa

La ja su 10.00–13.00

21.–22.11.2026 8 t 24 €

Oletko haaveillut kehräämisestä? Haluaisitko isoäidin vanhan rukin toiminaan? Haluaisitko tehdä lemmikkisi karvasta tai villasta vaikka lämpimät sukat? Kurssilla opit kehräämisen alkeet sekä varttinällä että rukilla. Jos alkeet on hallussa, saat vinkejä mm. langan kertaamistekniikoihin. Kurssin yhteydessä on myös Rukkineuvola.

150007 Piipunrassikukista kimppu

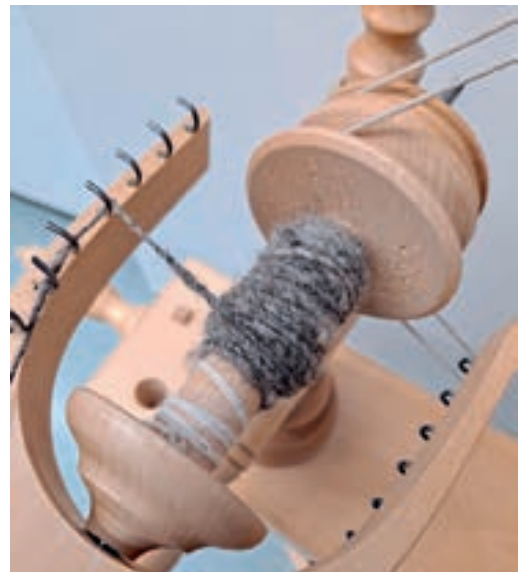
Kulttuurikeskus Vanha Paukku,
tekstiilityöluokka

Ada-Maria Rapala

Ke 18.00–20.15 6 t 24 €

14.–21.4.2027

Tule valmistamaan iloinen ja persoonallinen kukkakimppu piipunrassista äitienpäivälahjaksi! Opettajalta voi ostaa materiaaleja (5–10€). Kurssi sopii kaiken tasoisille osallistujille, jokainen saa toteuttaa kimpun omalla tyyllillään. Kurssin päätteeksi viet kotiin valmiin piipunrassikukkakimppun valmiina lahjaksi tai omaksi iloksi.



Hanki
opintopassi
175 €
s. 5



150010 Vanhanajan nalle

Kulttuurikeskus Vanha Paukku,
tekstiilityöluokka
Katri Jokinen
Pe 18.00–21.00, La ja su 10.00–16.30
5.–7.2.2027 20 t 40 €
Kurssi sisältyy opintopassiin

Valmistamme vanhanajan nallen aidosta mohairkarvasta, täytämme sen puulastuvillalla, laitamme lasisilmät ja sisälle äänirasian. Tarvikkeet voit ostaa opettajalta. Nallen hinta on n. 25–70€ riippuen valitsemastasi karvasta ja nallen koosta. Voit valmistaa nallen myös omista tarvikkeista.

151114 Tilkkutyö viikonloppu

Kulttuurikeskus Vanha Paukku,
tekstiilityöluokka
Katri Jokinen
Pe 18.00–21.00, La ja su 10.00–16.30
2.–4.10.2026 20 t 40 €
Kurssi sisältyy opintopassiin

Ommellaan yhden viikonlopun aikana tilkkutyö oman valinnan mukaan. Voit suunnitella ja ommella esim. kaitaliinan, seinävaatteen, kassin, neulatyynyjä, patalappuja tai aloittaa isomman työn, jota jatkat itsenäisesti kotona.

150006 Paperimassanukke tai -maahinen

Kulttuurikeskus Vanha Paukku,
tekstiilityöluokka
Sirpa Ala-Louko
Pe 18.00–21.00, La ja su 10.00–16.30
23.–25.10.2026 20 t 40 €
Kurssi sisältyy opintopassiin.

Kurssilla valmistamme paperimassasta tehdyistä valmiista osista tyttö- tai poikaruken tai vaihtoehtoisesti maahisen. Osat hiotaan sekä maalataan, jonka jälkeen valmistamme kankaisen vartalon sekä vaatetuksen. Kursilla ehtii valmistaa yhden nuken tai maahisen. Nuken tarvikepaketin hinta on 65 €. Maahisen tarvikepaketin hinta on 35 €.



Ompelu

Onko intoa ompeluun paljon, mutta et oikein itse uskalla? Vai onko taitoa ja kankaita paljon, mutta aikaa kotona ompeluun vähän? Tällä kurssilla saat neuvoja ja vahvistusta ompelutaitoihisi ja joka viikkoisen ajan ompelulle. Opettajan Tuija Juppo. Kokoontumiset Vanhan Paukun tekstiilityöluokassa. Kurssi sisältyy opintopassiin.

151100 Ompelu aamupäivä

Ti 12.00–14.15 72 t 77 €

Opintoseteliavustus.

8.9.–24.11.2026, 12.1.–20.4.2027



151102 Ompelu iltaryhmä

Ti 18.00–20.15 72 t 77 €

8.9.–24.11.2026, 12.1.–20.4.2027

151110 Korjausompelu

Kulttuurikeskus Vanha Pauku,
tekstiilityöluokka

Jaana Luhtala

Pe 18.00–21.00, La ja su 10.00–16.30

11.–13.9.2026 20 t 40 €

Kurssi sisältyy opintopassiin.

Kurssilla korjataan tai tuunataan vaatteita tai muita tekstiilejä ommellen käsin tai ompelukoneella. Pienellä vaivalla saat vaatteesi taas käyttökelpoisen.

151112 Kaikki irti omasta ompelukoneesta

Kulttuurikeskus Vanha Pauku,
tekstiilityöluokka

Tuija Juppo ja Jaana Luhtala

Pe 18.00–21.00,

La ja su 10.00–16.30

18.–20.9.2026 20 t 40 €

Kurssi sisältyy opintopassiin

Onko sinulla ompelukone jossa on monta paininjalkaa mukana, mutta käytät aina yhtä tai kahta niistä? Oikeastaan et oikein tiedä edes mitä niillä kaikilla tehdään? Tällä kurssilla yhdistetään omaan koneeseen tutustuminen sekä yleisimmät ompelu kohdat, joihin työ saattaa tyssätä.



Tuijan vankkumaton motto on, etteivät käsitöitä ole mitään rakettitiedettä – jokainen kyllä oppii eri tekniikat ja taidot! Tuija on opettanut opistolla jo 16 vuotta ja innostuu yhä uudelleen nähdessään oppilaidensa kokeilevan rohkeasti uutta.

Ompelulanit

Ompelulaneilla urakoidaan omia ompeluita mukavassa ompeluseurassa viihtyen sekä toisia tukien ja auttaen. Ompeluaikaa, -rauhaa sekä leikkuutilaa riittää, yhteisessä käytössä opiston työvälineet, saumurit ja ompelukoneet. Voit tuki tuoda myös omat koneesi laneihin. Kokoontuu Vanhan Paukun tekstiilityöluokassa. Tällä kurssilla ei ole opetusta. Kurssi sisältyy opintopassiin.

151116 Ompelulanit, syksy

Pe 17.00–22.00, La 10.00–22.00,

Su 10.00–18.00 8 t 24 €

27.–29.11.2026

151117 Ompelulanit, kevät

Pe 17.00–22.00, La 10.00–22.00,

Su 10.00–18.00 8 t 24 €

16.–18.4.2027



Kansallispukukurssi

Paras kansallispuku on se, joka on käytössä! Korjaa tai tee puuttuvat osat ja päivitä vanha pukusi käyttökuntoon. Kurssilla perehdytään kansallispukujen kansanomaiseen valmistamistapaan. Tervetuloa vanhat ja uudet kansallispukutekijät! Kokoontumiset Vanhan Paukun tekstiilityöluokassa. Kurssi sisältyy opintopassiin.

151104 Kansallispukukurssi syksy

Kulttuurikeskus Vanha Pauku,
tekstiilityöluokka
Tuija Juppo
Ma 18.15–20.30 21 t 46 €
7.9., 21.9., 5.10., 19.10., 2.11.,
16.11., 30.11.2026

151106 Kansallispukukurssi kevät

Ma 18.15–20.30 24 t 46 €
11.1., 25.1., 8.2., 22.2., 8.3.,
22.3., 5.4., 19.4.2027

151108 Kansallispuvun paita

Kulttuurikeskus Vanha Pauku,
tekstiilityöluokka
Tuija Juppo
Ke 18.15–20.30 18 t 40 €
9.9.–18.11.2026
Kurssi sisältyy opintopassiin.
Haaveiletko omasta kansallispuvusta?
Suunnitteletko kansallispuvun valmistamista?
Vai onko paitasi uusimisen tarpeessa?
Kansallispuvun valmistus kannattaa aloittaa paidasta. Tällä kurssilla valmistamme ns. Suomi-paitaa, jota käytetään Lapuan puvun lisäksi useassa muussakin länsisuomalaisessa puvussa. 9.9., 23.9., 7.10., 21.10., 4.11. ja 18.11.2026

151118 Pieniä joululahjoja ommellen

Kulttuurikeskus Vanha Pauku,
tekstiilityöluokka
Tuija Juppo
Ti, ke ja to 17.30–20.30
1.–3.12.2026 12 t 30 €
Kurssi sisältyy opintopassiin.
Kurssilla voit ommella erilaisia pieniä joululahjoja kuten esim. meikkipusseja, kasseja, essuja, paitoja, patalappuja, joulusukkia ym. Voit ottaa oman koneesi mukaan tai käyttää kokonaan opiston koneita.

151119 Roolivaatteita juhliin ja kesäfestareille

Kulttuurikeskus Vanha Pauku,
tekstiilityöluokka
Tuija Juppo
Ma 18.00–19.30, Pe 18.00–21.00,
La ja su 10.00–16.30
15.2.–14.3.2027 22 t 46 €
Kurssi sisältyy opintopassiin.
Onko sinulla kesällä tulossa markkinatapahtuma tai festarit johon haluat aiheeseen sopivat vaatteet? Vai onko joku keksinyt syntymäpäivilleen teeman, jonka mukaan pitäisi pukeutua? Tällä kurssilla teet näyttävät rooliasut niin pienille prinsessoille kuin isommille keskiajan sankareille.
INFO ma 15.2. klo 18.00–19.30.
Kurssiviikonloppu on 12.–14.3.



151122 Balettiasujen ompelutalkoot

Kulttuurikeskus Vanha Paukku,
tekstiilityöluokka
Minja Rantala

La 20.3.2027 klo 14.00–18.00 5 t
Maksuton kurssi.

Tule viettämään mukavaa lauantaipäivää yhdessä ommellen ja tuunaten. Lapuan taidekoulun vanhempainyhdistys Balettiiyhdistys Illuusio ry. vastaa kevään balettinäytösten puvustuksesta ja järjestää asian tiimoilta yhdessä Taidekoulun kanssa talkoot tanssijoiden vanhemmille ja muille aiheesta kiinnostuneille. Tehtäviä on mm. helppoa kuminauhasta vaihdosta haastavimpiin, joten jokainen saa osallistua oman taitotasonsa mukaan.

151120 Pussukat, kassit ja reput

Kulttuurikeskus Vanha Paukku,
tekstiilityöluokka
Jaana Luhtala

Pe 18.00–21.00, La ja su 10.00–16.30
2.–4.4.2027
20 t 40 €

Kurssi sisältyy opintopassiin.

Haluatko valmistaa itse kestävän kangaskassin, näppärän vetoketjupussukan tai toimivan repun? Tällä kurssilla suunnitellaan ja ommellaan käytännöllisiä tekstiilituotteita arkeen ja vapaa-aikaan – omaan käyttöön tai lahjaksi.

151124 Kauluspaidoista uudeksi vaatteeksi

Tuija Juppo

Pe 18.00–21.00, La ja su 10.00–16.30 9.–11.4.2027 20 t 40 €

Kurssi sisältyy opintopassiin.

Kauluspaidat ovat vaatteita, joissa usein kaulus kuluu ja nuhraantuu, kuitenkin paidassa on paljon hyvää kangasta, josta saa vielä vaikka mitä. Joten älä heitä pois hyvää materiaalia. Tällä kurssilla teemme kauluspaidoista uusia vaatteita. Yhdistelemällä erilaisia kauluspaitoja saat persoonallisia vaatteita itsellesi. Info lähetetään ennen kurssia.

151200 Palmikot ja pintaneuleet

Kulttuurikeskus Vanha Pauku,
tekstiilityöluokka
Tuija Juppo
Ke 18.15–20.30 18 t 40 €
2.9.–25.11.2026

Kurssi sisältyy opintopassiin.
Tällä kursilla perehdytään pääasiassa palmikoihin ja pintaneuleisiin. Yhdessä neulotaan erilaisia palmikoita ja pintoja, joista lopuksi kootaan pieni peitto. Kokoontuu 2.9., 16.9., 30.9., 28.10., 11.11. ja 25.11.2026

151202 Pitsinnypläys

Kulttuurikeskus Vanha Pauku,
kieliluokka
Sara Pellinen
Ma 18.15–20.30 72 t 77 €
7.9.–23.11.2026, 11.1.–19.4.2027

Kurssi sisältyy opintopassiin.
Nyplätään oppilaiden taitojen ja mieltymysten mukaan koruja, tauluja, huiveja, liinoja, tykkimyssyn pitsejä jne. Sopii vanhoille ja uusille harrastajille, myös nuorille. Jokainen saa edetä omaan tahtiinsa. Kehitetään taitoja ja tutustutaan eri materiaaleihin. Mukaan tarvitetset nuppineuloja, nypläystyynyn ja nypylöitä. Aloittaa voi myös opistolta lainatuilla tyynyillä ja nypylöillä.

151204 Hardanger-kirjonta aamuryhmä

Jokilaakso, Sööstetti
Johanna Pihlajaviita
Ke 10.00–12.15 72 t 77 €
9.9.–25.11.2026, 13.1.–21.4.2027

Kurssi sisältyy opintopassiin.
Hardanger-kirjonta on perinteinen reivinnäiskirjontamuoto, jossa ommellaan geometrisiä kuvioita käsin erilaisia pistoja käyttämällä. Pitsimäinen vaikutelma syntyy, kun kuvioiden välistä leikataan kude- ja loimilankoja pois. Kirjonnalla voi tehdä mm. pieniä ja isoja liinoja, verhoja, kappoja. Kursilla opitaan hardanger-kirjonnin työtavat alkeista eteenpäin.

151206 Puikoolla ja koukulla

Kulttuurikeskus Vanha Pauku,
tekstiilityöluokka
Tuija Juppo
To 18.00–20.15
10.9.–26.11.2026, 14.1.–22.4.2027
72 t 77 €

Kurssi sisältyy opintopassiin.
Tämä ryhmä henkii vanhanajan ompeluseuraperinnettä. Jokaisella on tekeillä oma neule- tai virkkaustyö, johon apua saa tarvittaessa opettajalta. Välillä opitaan yhdessä uusia työtapoja ja -tekniikoita. Työn lomassa keskustellaan ajankohtaisista asioista ja juodaan kaffit ja teet.

151208 Kaikenlaista kirjontaa

Kulttuurikeskus Vanha Pauku,
tekstiilityöluokka
Tuija Juppo
To 11.00–13.15 33 t 53 €
10.9.–26.11.2026

Kurssi sisältyy opintopassiin.
Tällä kursilla tutustutaan erilaisiin pistoihin ja opitaan erilaisia kirjontamuotoja. Näitä käyttäen tehdään pieniä tuotteita. Kirjonta on mieltä rauhoittava käsityömuoto, johon uppoutuu täysin.

151210 Käpypitsikurssi

Kulttuurikeskus Vanha Pauku,
tekstiilityöluokka
Helka Mäkinen
La ja su 10.00–15.00
12 t 30 €
31.10.–1.11.2026

Kurssi sisältyy opintopassiin.
Käpypitsi eli frivolitee on ihastuttava perinnetekniikka, jossa yhtä solmua käyttämällä saa tehtyä huimaavan kauniita koruja ja koristeita. Se sopi vuosisatojen takaisin hoveihin ja yhtä lailla nykytyyliin. Käpyileminen on kevyt harrastus aloittaa: tarvitset vain pitsikävyä, tiukkakierteistä lankaa kuten virkkauslankaa tai kalalankaa sekä hyvin pienen virkkuukoukun.

151212 Tuftauksen alkeet

Kulttuurikeskus Vanha Paukku,
tekstiilityöluokka
Anna-Stina Kangas
Pe 18.00–21.00, La ja su 10.00–16.30
13.–15.11.2026 20 t 40 €
Kurssi sisältyy opintopassiin.
Tuttustu tuftauksen perusteisiin ja yleisimmin käytettäviin työvälineisiin. Kurssi antaa sinulle perustaidot, joilla pääset mukaan punch needle tekniikan saloihin ja pystyt valmistamaan itse suunnittelemasi pienen seinätaulun. Tarvittavat materiaalit ovat ostettavissa opettajalta. Tarkempi info lähetetään ennen kurssia.



151214 Tuftauksen jatkokurssi

Kulttuurikeskus Vanha Paukku,
tekstiilityöluokka
Anna-Stina Kangas
Pe 18.00–21.00, La ja su 10.00–16.30
29.–31.1.2027 20 t 40 €
Kurssi sisältyy opintopassiin.
Syvennä tuftauksen taitojasi. Voit suunnitella jo hieman isomman työn tai kokonaisuuden. Harjoittelet käyttämään nukan pituutta ja lankojen värisävyjä erilaisten syvyytsvaikutelmien saamiseksi. Voit myös kokeilla erilaisia materiaaleja työssäsi. Tarvittavat materiaalit ovat ostettavissa opettajalta. Tarkempi info lähetetään ennen kurssia.

151216 Nypläyksen alkeet ja jatko

Kulttuurikeskus Vanha Paukku,
tekstiilityöluokka
Sara Pellinen
Pe 18.00–21.00, La ja su 10.00–16.30
15.–17.1.2027 20 t 40 €
Kurssi sisältyy opintopassiin.
Oletko aina halunnut kokeilla nypläystä tai oletko joskus sitä jo harrastanut, mutta tiedot ja taidot ovat unohtuneet? Nyt on loistava tilaisuus tulla oppimaan nypläyksen salat tai virkistämään vanhaa taitoa. Ota omat nypläystarvikkeet mukaan tai voit lainata opistolta.



151218 Kinnasneulatekniikka

Kulttuurikeskus Vanha Paukku,
tekstiilityöluokka
Saija Lehtonen
La ja su 10.00–16.30
23.–24.1.2027
16 t 40 €
Kurssi sisältyy opintopassiin.
Tule oppimaan historiallista kinnasneulatekniikkaa! Neulos on kaunista, lämmintä ja kestävä. Tekniikan variaatioita on monta, keskitymme tällä kurssilla yhteen niistä ja opit työn vaiheet. Kinnasneuloja on mahdollista lainata ja myös ostaa opettajalta. Kurssi sopii aloittelijoille. Info lähetetään ennen kurssin alkua.

Kudonta

Opetellaan perustiedot kankaan kudonnasta sekä syvennetään tietoja ja taitoja kudonnan alueella. Mahdollisuus kokeilla damastipuita. Kurssilla tehdään myös muita käsitöitä kurssilaisten toivomusten mukaan. Kudonnan opettajana toimii Johanna Pihlajaviita. Kudontakurssit kuuluvat opintopassiin (max. 2 kudontakurssia passilla) lukuunottamatta 151316 Kudontaa kesällä -kurssia.

151304 Käsityöt ja kudonta, Hellanmaa

Hellanmaan kudontatila
Ma 18.00–20.15 72 t 77 €
7.9.–23.11.2026, 11.1.–19.4.2027

151306 Kudonnan tiistain iltapäiväryhmä

Jokilaakso, Sööstetti
Ti 14.00–16.15 72 t 77 €
8.9.–24.11.2026, 12.1.–20.4.2027

151308 Kudonta ja käsityöt, Tiistenjoki

Jyväskylä
Ti 10.00–12.15 72 t 77 €
8.9.–24.11.2026, 12.1.–20.4.2027

151310 Kudonnan keskiviikon päiväryhmä

Jokilaakso, Sööstetti
Ke 13.30–15.45 72 t 77 €
9.9.–25.11.2026, 13.1.–21.4.2027

151312 Kudonnan keskiviikon iltaryhmä

Jokilaakso, Sööstetti
Ke 18.00–20.15 72 t 77 €
9.9.–25.11.2026, 13.1.–21.4.2027

151316 Kudontaa kesällä

Jokilaakso, Sööstetti
Ma ja to 18.00–21.00
20.5.–21.6.2027 36 t 53 €
Opintoseteliavustus.



Johanna Pihlajaviita

Yli 40 vuotta opistolla opettanut Johanna ottaa jokaisen oppilaan vastaan yhtä sydämellisesti ja opettaa kädentaitojen salat aivan A:sta alkaen. Johannan kurssilla toteutetaan rohkeasti oppilaiden omia toiveita leppoisassa ilmapiirissä.

151014 Kudontaa nauhapirralla ja sylikangaspuilla

Kauhajärven koulu
Tuija Juppo
Ke 18.00–20.15 18 t 40 €
20.1.–24.2.2027

Kurssi sisältyy opintopassiin. Kurssilla tutustutaan perinteiseen pirtanauhan kutomiseen sekä sylikangaspuihin ja niillä kutomiseen. Nauhapirralla voit valmistaa esim. kansallispuvun vöitä, laukun kahvoja ja hihnoja sekä avainnauhoja kun taas sylikangaspuilla voit kutoa esim. kaulaliinan tai kaitaliinan ja kokeilla myös Saori kudontaa. Infokirje lähetetään ennen kurssia.

Hanki
opintopassi
175 €
s. 5

153002 Kahvipussit uusiokäyttöön

Kulttuurikeskus Vanha Pauku,
tekstiilityöluokka
Välikorpi Annikki
7.9.–10.10.2026 28 t 46 €
Kurssi sisältyy opintopassiin.
Kurssilla opit punomaan kahvipussikopan hakaketjutekniikalla. Aiempaa kokemusta punomisesta ei tarvita. Opettajalta saat tarvittavan määrän kahvipusseja, tai voit hyödyntää itsekeräämiäsi pusseja. Tarvikelista lähetetään ennen kurssia.
Info: ma 7.9.2026 klo 18.00–18.45
Kurssi: pe 25.9.2026 klo 18–21
la 26.9. klo 10–16.30
su 27.9. klo 10–15.45
la 10.10. klo 10–16.30



153008 Kirja kuin koru

Kulttuurikeskus Vanha Pauku,
tekstiilityöluokka
Suvi Simey
La ja su 10.00–16.30
20.–21.3.2027 16 t 40 €
Kurssi sisältyy opintopassiin.
Kurssilla opit tekemään pikkuruusia kirjoja erilaisiksi korusiksi tai vaikkapa jääkaappimagneeteiksi. Kirjojen sivuiksi käy kierrätyskirjojen sivut tai vaikka valkoinen kopio-paperi. Kansiin käytetään ohutta pahvia ja päällystämiseen koristepapereita, kankaita tai kirjansidontakluuttia. Soveltuu aloitteleville kirjansitojille ja pidemmälle ehtineille. Tarvikelista lähetetään ennen kurssia. Kaikkea tarvittavaa voi myös lainata tai ostaa opettajalta.



153006 Kirjansidontaa tähkäpistosidoksella

Kulttuurikeskus Vanha Pauku,
kuvataiteen luokka
Suvi Simey
Pe 18.00–21.00, La ja su 10.00–16.30
25.–27.9.2026 20 t 40 €
Kurssi sisältyy opintopassiin.
Kurssilla opit näyttävän kirjansidontamallin nimeltään tähkäpistosidos. Siinä kirjan selkään muodostuu tähkämäinen kuvio sivujen kiinnitysompeleista. Soveltuu aloitteleville kirjansitojille ja pidemmälle ehtineille. Tarvikelista lähetetään ennen kurssia. Kaikkea tarvittavaa voi myös lainata tai ostaa opettajalta.



153004 Hopeakorukurssi

Kulttuurikeskus Vanha Pauku,
työpajatila

Christine Jalio

La 11.00–17.30 72 t 77 €

12.9.–5.12.2026, 23.1.–8.5.2027

Kurssi sisältyy opintopassiin.

Voit punoa ketjuja, tehdä riipuksia, rannekoruja ja sormuksia. Voit opetella emalointia, kivenistutusta ja niittaamista. Opit juottamaan, sahaamaan ja viimeistelemään hopeaa, messinkiä, pronssia ja kuparia. Voit vaikka tuunata vanhat korut uusiksi tai käyttää materiaalina vanhoja esineitä. Materiaaleja saa aluksi ostaa opettajalta, yhteiskäyttötarvikkeista 5 € maksu. Syksy: 12.9., 3.10., 7.11., 5.12.2026. Kevät: 23.1., 20.2., 13.3., 10.4., 8.5.2027

153012 Astiakorut ja lasikorut

Keskuskoulu, sisäänkäynti C-ovesta

Teija Takala

Pe 17.00–20.00,

La ja su 10.00–16.30

20 t 40 €

11.–13.6.2027

Valmista vanhoista rikkoutuneista astioista upeita koruja niin arkeen kuin juhlaan. Voit tehdä myös lasikoruja sulatustekniikalla sekä pienimuotoisia mosaiikitöitä. Tarvikkeita voi ostaa opettajalta.



153010 Väriä luonnosta, kasvivärijäyksen kurssi

20 t 40 €

1.6.–11.7.2027

Tutustutaan kasvivärijäyksen lumoavaan maailmaan. Kurssilla värjätään yhdessä neule- ja kudontalankoja erilaisilla luonnosta kerätyillä kasveilla.

Info ti 1.6. klo 18.00–18.45 Tiistenjoen kudontatilassa.

Kurssi on pe 9.7. klo 18–21, la 10.7. klo 10.00–16.30 ja su 11.7. klo 10.00–15.45 Tiistenjoen seurakuntatalon saunarannassa.

152002 Moottorisahaveisto

Myllymäentie 4, Tiistenjoki

Peekan laavu

Juha Käkelä

La ja su 10.00–16.30

29.–30.8.2026

16 t 50 €

Veistetään omista tuoreista puutukeista karhuja ja muita hahmoja oman kiinnostuksen mukaan. Opettajan opastuksella käydään veiston alkeet läpi aina veistopölkyn valinnasta mahdolliseen pintakäsittelyyn. Opettaja auttaa haluttaessa työn ongelmakohtissa. Rohkeasti mukaan sekä naiset että miehet!

710201 Moottorisahan huolto

Tiistenjoen koulun puutyötila

Johanna Salla-Uitto

Ke 17.00–19.15 3 t 17 €

10.3.2027

Kaipaako moottorisahasi huoltoa ennen kesän metsätöitä? Tällä kurssilla opit pitämään moottorisahan turvallisena, toimintavarmana ja tehokkaana. Tehdään pieni huolto: tarkistetaan, puhdistetaan, opetellaan terän ja laipan vaihdot sekä ketjun oikea kireys. Lisäksi saat käytännön taidot terän teroitukseen.

152006 Metallitöiden kurssi naisille

Suomen Hiomopalvelun tiloissa,
Kuusikontie 12.

Timo Antelo

La ja su 10.00–16.30 16 t 50 €

14.–15.11.2026

Hei, nainen! Haluaisitko kokeilla hitausta? Tule valmistamaan esim. ulkotuliteline, kynttilänjalka, pieni kukkapöytä, hiilihanko tai vaikkapa makkaratikkuja. Opettaja on yhteydessä ennen kurssin alkua materiaalin hankintaa varten. Materiaalikustannus ei sisälly kurssimaksuun. Ilmoittaudu viimeistään 27.10.

Puutyö ja entisöinti

Kurssilla valmistetaan omaan käyttöön uusia tuotteita puusta sekä kunnostetaan vanhoja huonekaluja ja käyttöesineitä. Tarvitsemansa työkohtaiset materiaalit opiskelija hankkii itse. Kurssi sopii sekä aloittelijoille että pitempään puutöitä tehneille. Opettajana Heikki Palojärvi. Puutyö ja entisöintikurssit kokoontuvat Jokilaakson matkailupuutarhassa sijaistevassa Saurun kiinteistössä. Puutyökurssit kuuluvat opintopassiin (max. 2 puutyökurssia passilla) lukuunottamatta 152112 Puutyöt ja entisöinti -kesäkurssia.

152100 Puutyöt ja entisöinti maanantaipäivä

Ma 12.00–15.00 88 t 82 €
21.9.–23.11.2026, 11.1.–19.4.2027

152102 Puutyöt ja entisöinti tiistaipäivä

Ti 12.00–15.00 88 t 82 €
22.9.–24.11.2026, 12.1.–20.4.2027

152104 Puutyöt ja entisöinti tiistai-ilta

Ti 17.00–20.00 88 t 82 €
22.9.–24.11.2026, 12.1.–20.4.2027

152106 Puutyöt ja entisöinti torstaipäivä

To 12.00–15.00 88 t 82 €
24.9.–26.11.2026, 14.1.–22.4.2027

152112 Puutyöt ja entisöinti kesäkurssi

Jokilaakso, Sauru
Heikki Palojärvi
Ti 17.00–20.00
28 t 46 €
4.5.–15.6.2027



*Puuseppämestari Heikki innostuu nähdes-
sään, kun oppilas uskaltaa kokeilla ja suun-
nitella jotain aivan uutta. Heikin kurseilla
opitaan rohkeasti yhdessä vinkkejä vaiht-
taen ja etsitään parhaat menetelmät jokai-
seen puutyöhön.*

152004 Puukkokurssi

Keskuskoulu, teknisen työn tila,
sisäänkäynti H-ovesta
Timo Antelo

Ma 18.00–21.00 52 t 61 €
7.9.–16.11.2026, 18.1.–19.4.2027

Kurssi sisältyy opintopassiin.
Kurssilla valmistetaan yksilöllisiä puukkoja ja kahvoja eri materiaaleista erilaisiin valmistuksiin. Voit myös valmistaa taittopuukon. Lestat ja tupet tehdään myös alusta asti itse. Kahvat voi koristella erilaisin heloin tai sorkouputuksin. Materiaalia voi ostaa opettajalta. Itse joutuu hankkimaan jonkin verran työkaluja. Syksy: 7.9., 21.9., 5.10., 19.10., 2.11., 16.11.2026. Kevät 18.1., 1.2., 15.2., 8.3., 22.3., 5.4., 19.4.2027

KIELET

220102 Suomi 1, suomen kielen alkeiskurssi

Kulttuurikeskus Vanha Paukku, luentoluokka

Heta Nieminen

Ma 16.30–18.00 48 t 21 €

7.9.–25.11.2026, 11.1.–19.4.2027

Kurssi sisältyy opintopassiin.

Opintoseteliavustus

Perustason kurssi. Opettelemme suomen kielen alkeita, sanastoa ja kielioppia. Harjoittelemmme monipuolisesti arjen kielen käyttöä: puhumista, kuuntelua, kirjoittamista ja lukemista. Kurssimaksua on alennettu opintoseteliavustuksella.



220200 Häng med! 1 ruotsin peruskurssi

Kulttuurikeskus Vanha Paukku, kieliluokka

Sari Sillanpää

To 17.00–18.30 18 t 40 €

1.10.–3.12.2026

Opintoseteliavustus.

Kurssi sisältyy opintopassiin.

Opit tai kertaat ruotsin kielen perusasiat leppoisaa tahtiin. Sopii ruotsin alkeita opiskelulle tai esim. ruostuneen peruskouluruotsin kertaukseen. Opit kertomaan Suomesta ruotsiksi. Opit perheeseen, lähiympäristöön ja matkustamiseen liittyvät asiat. Oppikirjana Nevalainen; Tamminen-Parre; Votkin: Häng med! 1.



220104 Suomi 2, suomen kielen jatkokurssi

Kulttuurikeskus Vanha Paukku, luentoluokka

Heta Nieminen

Ke 18.00–19.30 48 t 21 €

9.9.–25.11.2026, 13.1.–21.4.2027

Kurssi sisältyy opintopassiin.

Opintoseteliavustus

Tällä perustason kurssilla jatkamme 'Suomen mestari 1' oppikirjan kappaleesta 4. Myös edistyneemmät opiskelijat voivat tulla mukaan tälle kurssille harjoittelemaan lisää. Oppikirja: Gehring & Heinzmann: Suomen mestari 1, Uudistettu painos 2020. Kurssimaksua on alennettu opintoseteliavustuksella.



220302 Englannin keskustelukurssi: English Today, B1-C1

Kulttuurikeskus Vanha Paukku, luentoluokka

Heta Nieminen

Ma 18.00–19.30 48 t 61 €

7.9.–23.11.2026, 11.1.–19.4.2027

Kurssi sisältyy opintopassiin.

Sinulle, joka haluat jutella englanniksi tai kaipaat rohkeutta englannin kielellä puhumiseen. Tässä rennossa ja rohkaisevassa ryhmässä taito alkaa karttumaan jo muita kuunnellessa! Harjoittelemmme aktiivista suullista englannin kielen käyttöä kannustavassa ilmapiirissä. Opimme yhdessä uusia sanoja ja ilmaisuja sekä tarvittaessa niiden ääntämistä.



muista ilmoittautua viimeistään viisi päivää ennen kurssin alkamista

Meillä käy myös ePassi, Edenred, Smartum.

Maksa työsuhde-eduilla kurssin alussa. Ota yhteyttä toimistolle.

Maksaminen eduilla ei ole mahdollista enää laskutuksen jälkeen.

220304 Englannin kertauskurssi / Englanti 2, A1-A2

Kulttuurikeskus Vanha Paukku,
luentoluokka

Heta Nieminen

Ke 16.30–18.00 48 t 61 €

9.9.–25.11.2026, 13.1.–21.4.2027

Opintoseteliavustus.

Kurssi sisältyy opintopassiin.

Opiskele englantia ja palauta mieleen englannin kielen alkeet. Kurssin rennossa ja rohkaisevassa ilmapiirissä opit lisää englannin perusteita ja harjoittelet monipuolisesti arjen kielen käyttöä. Kurssikirjana on Everyday English 2 (Holopainen, Silventoinen).



Heta Nieminen

Hetan kielikursseilla opiskellaan myönteisessä, rohkaisevassa ja iloisessa ilmapiirissä, joka antaa roppakaupalla positiivista energiaa arkeen. Heta toivottaa kaikki kielten opiskelusta kiinnostuneet lämpimästi tervetulleiksi oppimaan yhdessä!

220306 Englanti 5, B1

Kulttuurikeskus Vanha Paukku,
luentoluokka

Heta Nieminen

Ma 14.30–16.00 48 t 61 €

7.9.–23.11.2026, 11.1.–19.4.2027

Kurssi sisältyy opintopassiin.

Englannin kielen perusrakenteet hallitseville. Etenemme aiemmin opittua kerraten ja harjoitteleminen puhumista, kuuntelemista, kirjoittamista ja lukemista. Tässä kannustavassa ryhmässä kohennamme erityisesti keskustelutaitoja. Tämä kurssi tarjoaa ihan teellisen ympäristön englannin teoriasta suulliseen ilmaisuun siirtymisessä. Kurssikirja: Everyday English 5 (Holopainen, Silventoinen). Kurssi jatkuu oppikirjan kappaleesta 5.



220402 Saksan alkeisjatkan verkossa

Verkossa

Anneli Niemistö

14.1.–1.4.2027 20 t 40 €

Kurssi sisältyy opintopassiin.

Opintoseteliavustus.

Jatketaan saksan kielen opiskelua Freut mich 1 kirjan parissa joka on suunnattu opiskelijoille, matkailijoille ja työelämän saksaa tarvitseville.



220400 Saksan alkeet verkossa

Verkossa

Anneli Niemistö

10.9.–19.11.2026

20 t 40 €

Kurssi sisältyy opintopassiin.

Opintoseteliavustus.

Saksan kielen verkkokurssi sopii sekä vasta-alkajille että kertaajille. Käsittelemme kurssikirjan ja verkkomateriaalin avulla arkielämän puhetilanteita ja matkailuun liittyvää sanastoa sekä peruskielioppia. Kouluttaja puhuu saksaa äidinkielenään ja on asunut Saksassa 20 vuotta. Kurssilla saat ensikäden tietoa myös saksalaisesta kulttuurista.



220404 Rammstein-saksaa verkossa

Verkossa

Anneli Niemistö

7.4.–9.6.2027 20 t 40 €

Kurssi sisältyy opintopassiin. Saksalainen Rammstein-bändi on suosittu ympäri maailmaa. Verkkokurssilla pääset tutkimaan Rammsteinin kappaleita. Mitä sanat oikein tarkoittavat? Opit myös saksan kielen perusrakenteita ja tutustut kieliooppiin.

Kurssi ei edellytä aikaisempaa saksan kielen osaamista!



220700 Espanjaa edistyneille

Kulttuurikeskus Vanha Paukku,
luentoluokka

Teppo Kosonen

Ti 17.15–18.45 48 t 61 €

8.9.–24.11.2026, 12.1.–20.4.2027

Kurssi sisältyy opintopassiin.

Espanjaa jo useamman vuoden opiskelleille. Syvennämme osaamista ja rohkaistumme myös puhumaan espanjaa tekemällä suullisia harjoituksia käytännönläheisissä arjen tilanteissa. Lisäksi tutustumme radioon ja televisioon Espanjassa sekä Perun Inkavaltakuntaan. Oppikirjana käytetään Buenas Migas 3 -kirjaa (ennen vuotta 2026 julkaisua painosta) kappaleesta 6 alkaen.



Kuva Pexels

220702 Espanjan jatkokurssi

Kulttuurikeskus Vanha Paukku,
luentoluokka

Teppo Kosonen

Ti 18.45–20.15 48 t 61 €

8.9.–24.11.2026, 12.1.–20.4.2027

Kurssi sisältyy opintopassiin.

Espanjaa noin kaksi vuotta opiskelleille. Kurssi on jatkoa viime lukuvuoden alkeiden jatkokurssille, mutta kurssille ovat tervetulleita myös uudet opiskelijat, joilla espanjan perusteet ovat jo hallussa. Kurssilla jatkamme Buenas Migas 1 -kirjan kappaleesta 11 kirjan loppuun ja siirrymme sen jälkeen Buenas Migas 2 -kirjaan. Tavoitteena on syventää kielitaitoa monipuolisesti – erityisesti puhumista ja käytännön viestintätilanteita harjoitellen.



220802 Italian kertaus ja jatkokurssi A1/A2

Kulttuurikeskus

Vanha Paukku, kieliluokka

Andrea Burci

Ke 17.00–18.30 48 t 61 €

9.9.–25.11.2026, 13.1.–21.4.2027

Kurssi sisältyy opintopassiin.

Tule kertaamaan perusteita jos olet jo viime vuonna tai joskus osallistunut alkeiskurssille. Tavoitteena kommunikaatiokyky yksinkertaisissa tilanteissa. Video- ja muun materiaalin avulla tutustut Italian viehättävään kulttuuriin, paikkakuntiin, yhteiskuntaan ja taiteeseen. Oppikirja Si Parte! 1 tai vastaava.



Kuva Pexels

220804 Italian jatko Gruppo Storico

Kulttuurikeskus

Vanha Paukku, kieliluokka

Andrea Burci

Ke 18.30–20.00 48 t 61 €

9.9.–25.11.2026, 13.1.–21.4.2027

Kurssi sisältyy opintopassiin.

Tule jatkamaan italian opiskelua! Jatkokurssille ovat tervetulleita entiset ja uudet opiskelijat. Sopii kaikille, jotka ovat harrastaneet italiaa jonkin verran ja osaavat esimerkiksi menneitä aikamuotoja tai muita rakenteita. Runsaasti kulttuuria videon avulla. Kurssi- kirjja: Bella Vista 2 Sanoma Pro.



TIETOTEKNIikka

340100 Luennon seuraaminen etäyhteydellä - perehdytys Zoom-sovelluksen käyttöön

Kulttuurikeskus Vanha Paukku, luentoluokka



Anna-Kaarina Perko

Ke 2.9.2026 12.00–14.00 ja 17.00–19.00

5 t **Opintoteliavustus**. Maksuton kurssi Kurssilla otamme Zoom-sovelluksen peruskäytön haltuun rauhallisessa tahdissa, jotta voit jatkossa osallistua etäluennoille sujuvasti kotoa käsin. Käymme läpi sovelluksen lataamisen, luennoille liittymisen sekä mikrofonin ja kameran hallinnan. Aiempaa kokemusta videoneuvotteluista ei tarvita. Tule paikan päälle, niin laitetaan yhdessä laitteet ja ohjelmat opiskelukuntoon! Koulutuksia on kaksi, päivällä klo 12.00–14.00 ja illalla klo 17.00–19.00. Osallistu jompaan kumpaan.



Anna-Kaarina Perko

Anna-Kaarinan matkassa sukellaan valokuvauksen, kuvankäsittelyn ja digitaitojen maailmaan innostavalla otteella. Hänen kursseillaan ja kerhoissaan jokainen pääsee kokemaan onnistumisen elämyksiä sekä luovaa tekemisen iloa ikään katsomatta

340106 Digikerho senioreille

Kulttuurikeskus Vanha Paukku, Studio

Anna-Kaarina Perko

Ke 12.00–13.45 12 t

21.10.–18.11.2026

Eläkeläisille/senioreille maksuton **Opintoteliavustus**

Kokoonnutaan pienryhmässä ratkomaan osallistujien digihaasteita yhdessä. Harjoitellaan tietokoneen ja älypuhelimien peruskäyttöä leppoisasti ja yksi asia kerrallaan. Jokaisella kokoontumiskerralla sovitaan yhdessä seuraavan kerran aihe. Tutustutaan tekoälyyn ja digitaalisten sovellusten sekä palveluiden käyttöön.



340104 Tekoäly hyötykäyttöön

Kulttuurikeskus Vanha Paukku, Studio

Antti Kalervo Ussa

Ma 17.30–19.00 6 t 24 €

14.–28.9.2026

Tekoäly muuttaa vauhdilla tapaamme työskennellä ja hallita tietoa, tarjoten uusia mahdollisuuksia arjen ja työn tehostamiseen. Tällä kurssilla tutustumme suosituimpiin tekoälytyökaluihin ja niiden käytännön sovelluskohteisiin. Opit laatimaan vaikuttavia kehoitteita, joiden avulla tekoäly avustaa esimerkiksi tekstien tuottamisessa, ideoinnissa ja monimutkaisten asioiden selvittämisessä. Käsittelemme myös tekoälyn turvallista ja eettistä käyttöä, jotta voit hyödyntää uutta teknologiaa luotettavasti ja tietoturvasestisesti.

340110 Excel taulukko-laskennan perusteet

Kulttuurikeskus Vanha Pauku, Studio
Antti Kalervo Ussa
Ma 17.30–19.00 6 t 24 €
19.10.–2.11.2026

Tämä kurssi tarjoaa kattavat perustiedot Excelin käytöstä. Aloitamme täysin alkeista ja opimme luomaan ja muotoilemaan työkirjoja ja taulukoita sekä käyttämään laskentakaavoja ja Excelin tehokkaita taulukko-funktioita. Lisäksi opit hyödyntämään automaattista täydennystä, suojaamaan taulukoita sekä linkittämään tietoja taulukoiden välillä. Kurssilla käsitellään myös erilaisten kaavioiden luominen taulukon tiedoista ja tehdään soveltavia harjoitustehtäviä.

340103 Digitaitoja työelämään ja työhakuun

Kulttuurikeskus Vanha Pauku, Studio
Anna-Kaarina Perko
Ti ja to 9.30–11.45 30 t 53 €
8.9.–8.10.2026

Kurssi sisältyy opintopassiin. Antaa opiskelijalle valmiudet hallita itse työnhaun ja oman asioinnin digitaalisia työkaluja ja prosesseja. Koulutuksen tavoitteena on tietokoneen ja/tai älypuhelimien käyttötaidot, joiden avulla opiskelija kykenee viestimään sähköpostitse, tuottamaan hakuasiakirjoja tekstinkäsittelyohjelmalla, hyödyntämään sähköisiä työnhakuporttaaleja sekä osallistumaan videovälitteisiin työhaastatteluihin.

340102 Tietotekniikan digiklinikka

Kulttuurikeskus Vanha Pauku, monitoimitila
Anna-Kaarina Perko
Yksilöohjaus 23 €/oppitunti
8.9.–24.11.2026 **Opintoseteliavustus**

Digiklinikalta saat henkilökohtaista apua ja ohjausta tietokoneen, tabletin tai älypuhelimien käyttämiseen. Sovi ohjauspäivä ja -aika Anna-Kaarinan kanssa puh. 044 438 4549. Mahdollisuus myös pienryhmäopiskeluun: kokoa ryhmä (max 3 hlöä/ryhmä), jolloin kurssimaksu jaetaan opiskelijoiden kesken.



340112 Excel taulukko-laskennan jatkokurssi

Kulttuurikeskus Vanha Pauku, Studio
Antti Kalervo Ussa
Ma 17.30–19.00 6 t 24 €
11.–25.1.2027

Tällä kurssilla opit käsittelemään laajoja tietoaineistoja Excelin avulla. Yhdistämme taulukoita funktioiden avulla ja luomme tiedoista yhteenvedoja taulukkotoimintojen, kuten välisummien, lajittelun ja suodatus-ten avulla. Opit myös hyödyntämään tehokkaita pivot-taulukoita tiedon analysointiin. Lisäksi käsittelemme Excelin käteviä analyysityökaluja mm. tavoitteenhakua ja arvotaulukon käyttöä sekä teemme soveltavia harjoituksia.

340114 Lightroom Classic perusteet, verkkokurssi

Verkossa
Paavo Hamunen
7.–18.1.2027 12 t 30 €

Kurssi sisältyy opintopassiin. Lightroom Classic perusteet, kuvien arkistointi ja säätötyökalujen käyttökoulutus-ta neljän illan koulutuksena. Käydään läpi Lightroom tietokantaohjelman perusasiat ja miten ohjelma eroaa perinteisistä kuvansäätöohjelmista kuten Photoshopista. Koostuu to 7.1., ti 12.1., to 14.1., ma 18.1.

340118 Digitaitojen päivitys

Kulttuurikeskus Vanha Pauku, Studio
Kari Silla
Ke 18.00–19.30 20 t 40 €
27.1.–14.4.2027

Kurssi sisältyy opintopassiin.

Opintoseteliavustus.

Hiotaan ruosteiset digitaidot arjen auttajiksi. Tavoitellaan varmuutta ja uskallusta omien asioiden hoitamiseen digitaalisesti. Harjoitellaan tietokoneen ja älypuhelimien käyttöä arkisessa elämässä. Palautellaan mieleen työelämässä ehkä jo käytössä olleita, mutta unohtuneita digitaaitoja. Kurssin tarkempi sisältö laaditaan ensimmäisellä kerralla yhdessä osallistujien toiveiden mukaan. Kurssille osallistuvalla olisi hyvä olla jo vähän tietokoneen käyttötaitoja.



MUU KOULUTUS

810400 Väri- ja tyylianalyysi

Studio ja kieliluokka

Armi Ahovaara

To 17.30–20.30, La 10.00–16.30

10.–24.9.2026 16 t 57€

Haluatko oppia mitkä värit sopivat juuri sinulle parhaiten? Entä mitkä värit ovat niitä joita määrittää oma sisäinen tyyli persoonallisuutesi? Kurssin aikana tutustutaan omaan tyylipersoonaan ja määritetään oma pukeutumisvärikartta joka koostuu tyylipersoonastasi ja henkilökohtaisista väreistäsi. Kootaan henkilökohtainen värikartta perus- ja korostusväreistä. Lisäksi kokeillaan mitkä väriyhdistelmät ovat parhaat sinun persoonallesi.

820212 Järjestyksenvalvojan peruskurssi, kevät

Kulttuurikeskus Vanha Paukku,

luentoluokka

Mauri Kerola

Pe 17.30–21.00,

La ja su 9.00–16.30

60 t 102 €

22.1.–7.2.2027

Kurssin hyväksytysti suorittanut pystyy toimimaan järjestyksenvalvojana tavanomaisissa tilaisuuksissa sekä hoitamaan lain mukaan järjestyksenvalvojalle kuuluvat tehtävät. Kurssi sisältää teoriaa, käytännön harjoituksia sekä loppukokeen.

810402 Tyylikurssi naisille

Kulttuurikeskus Vanha Paukku, Studio

Armi Ahovaara

Ke 17.30–20.30 24 t 46 €

21.10.–25.11.2026

Kurssin tavoitteena on löytää oma henkilökohtainen pukeutumistyyli ja valita itselle sopivat värit, kuosit ja muodot. Menetelmää hyödyntäen voit karsia kaapistasi epäoleellisen pois ja vähentää turhien hankintojen kuormaa. Asusteita hyödyntämällä moninkertaistat vaatekaappisi sisällön!



820260 Ensihuollon kurssi

Kulttuurikeskus Vanha Paukku,

luentoluokka

Aana Vainio

La 9.00–16.00 8 t 29 €

13.2.2027

Ensihuolto on ihmisen perustarpeista huolehtimista onnettomuuden tai muun kriisin jälkeen. Vapepan ensihuolto-osajat tukevat sosiaali- ja pelastusviranomaisia esimerkiksi tulipalon tai muun onnettomuuden uhrien auttamisessa.

Järjestyksenvalvojan kertauskurssi

Järjestyksenvalvojan kertauskoulutus on edellytyksenä jv-kortin voimassa pitämiselle. Kertauskoulutus on kahdeksan oppitunnin pituinen. Kertauskoulutukseen kannattaa hakeutua vanhentuvan jv-kortin voimassaoloaikana. Kokoonuu Vanhan Paukun luentoluokassa. Opettajana Mauri Kerola.

820208 Järjestyksenvalvojan kertauskurssi, syksy

La 9.00–16.30 8 t 40 €

3.10.2026

820210 Järjestyksenvalvojan kertauskurssi, kevät

La 9.00–16.30 8 t 40 €

24.4.2027

LIIKUNTA

LIIKUNTAKURSSIT

● KEVYT TASO

Kevyttä liikuntaa ja kehonhuoltoa.

Soveltuvuus: Sopii aloitteleville, palautumiseen sekä rauhallista liikettä kaipaaville.

● KESKIRASKAS TASO

Nostaa sykettä jonkin verran ja vahvistaa lihaskuntoa.

Soveltuvuus: Sopii useimmille kuntoilijoille.

● RASKAS TASO

Reipasta liikuntaa. Haastetaan kehoa tehokkailla lihaskuntoharjoituksilla.

Soveltuvuus: Sopii kuntoilijoille, jotka kaipaavat tehokasta ja haastavaa harjoitusta.

Päiväjumppa

Jumppa toteutetaan kuntopiirinä oman kehon painolla ja eri välineitä hyödyntäen. Liikkeitä myös lattiatasossa. Tunti sisältää alkulämmittelyn, lihaskuntoliikkeitä ja lyhyen loppuvenytelyn. Mukaan pieni pyyhe, vesipullo ja jumppamatto. Kokoontuu Nuorisotalon salissa. Opettajana Sari Mantere. **Opintoseteliavustus.**



830100 Päiväjumppa ●

Ma 13.30–14.15 6 t 24 €
7.9.–19.10.2026

830101 Päiväjumppa, kevät ●

Ma 13.30–14.15 6 t 24 €
11.1.–22.2.2027
Ei kokoonnu viikolla 3 (18.1.)

Keppijumppa ●

Parantaa kehonhallintaa ja tasapainoa, vahvistaa lihaksia sekä lisää selkärangan ja nivelten liikkuvuutta. Tunti koostuu sykettä kohottavasta alkuverryttelystä, lihaskunto- ja kehonhallintaosuudesta sekä liikkuvuusharjoitteista/loppuvenytyksistä. Ota mukaan oma jumppamatto. Kokoontuu urheilutalon salissa. Opettajana Tuulikki Vesala. Kurssi sisältyy opintopassiin.

830102 Keppijumppa, syksy

Ma 17.30–18.30 11 t 30 €
7.9.–23.11.2026

830103 Keppijumppa, kevät

Ma 17.30–18.30 13 t 30 €
4.1.–19.4.2027

Vahva Keho ● / ●

Koko kehon lihaskuntojumppa. Tunnilla tehdään musiikin tahdissa helppoja askelsarjoja ja monipuolisia lihaskuntoliikkeitä kehonpainolla sekä kuminauhaa apuna käyttäen. Lopuksi venytellään. Mukaan jumppamatto, vesipullo ja hikipyyhe. Kokoontuu keskuskoulun salissa, sisäänkäynti A-ovesta. Opettajana Henna Haapa-aho. Kurssi sisältyy opintopassiin.

830104 Vahva Keho, syksy

Ma 18.05–19.05 15 t 40 €
7.9.–23.11.2026

830106 Vahva Keho, kevät

Ma 18.05–19.05 17 t 40 €
11.1.–19.4.2027

Kuntojumppa ●

Monipuolinen lihaskuntojumppa oman kehon painolla, välineitä hyödyntäen sekä kuntopiirityyppisesti. Tunti sisältää alkulämmittelyt, lihaskuntoliikkeet ja loppuvenyttelyt. Sopii kaikenikäisille naisille ja miehille. Opettajana Sari Mantere. Kurssi sisältyy opintopassiin.

830110 Kuntojumppa, Tiistenjoki

Tiistenjoen koulu

Ti 18.00–18.45 24 t 46 €

8.9.–1.12.2026, 12.1.–13.4.2027

830112 Kuntojumppa, Lakaluoma

Lakaluoman kylätalo

Ti 19.00–19.45 24 t 46 €

8.9.–1.12.2026, 12.1.–13.4.2027

830114 Kahvakuula ● / ●

Keskuskoulun sali, sisäänkäynti A-ovesta
Vesa Perasto

Ke 17.00–18.00 32 t 53 €

9.9.–25.11.2026, 13.1.–21.4.2027

Kurssi sisältyy opintopassiin

Kahvakuulalla voimaa ja kuntoa koko keholle! Hanki voimaa, kestävyyttä ja parempi kehonhallinta tehokkailla kahvakuulaharjoitteilla! Saat monipuolista, koko kehoa haastavaa treeniä. Kurssi sopii kaikentasoisille liikkujille.

830120 Muokkaus, Haapakoski ●

Haapakosken koulu

Susanna Nurmi

Ke 18.00–19.00 32 t 53 €

9.9.–25.11.2026, 13.1.–21.4.2027

Kurssi sisältyy opintopassiin

Lihaskuntopainotteinen tunti. Jumppa alkaa helpolla alkulämmittelyllä, jota seuraavat monipuoliset lihaskuntoliikkeet. Liikkeissä käytetään pääsääntöisesti vastuksena kehon omaa painoa. Jumpan lopuksi venytellään.

830130 Lauantain kuntojumppa, naiset ●

Keskuskoulun sali, sisäänkäynti A-ovesta
Susanna Nurmi, Silja Knuutti ja
Anne Syrjäjä

La 15.00–15.45 24 t 46 €

12.9.–28.11.2026, 16.1.–24.4.2027

Kurssi sisältyy opintopassiin. Helppoa ja tehokasta jumppaa, joka koostuu alkulämmittelystä, lihaskunto-osuudesta ja loppuvenyttelystä. Monipuolista jumppaa kaikenikäisille.

830121 Terveysliikunta, miehet ●

Simpsio, Taivaanpankko saunatilat
Kauko Nikkari

Ke 18.00–18.45 20 t 46 €

2.9.–11.11.2026, 13.1.–24.3.2027

Opintoseteliavustus.

Kurssi sisältyy opintopassiin.

Monipuolista liikuntaa.

**Tehotreeni** ●

Nopeatempoista treeniä jossa jokainen haastaa itseään oman kunnan mukaan. Tunti koostuu lämmittelystä, kehonpainolla tehtävistä lihaskuntoharjoitteista ja venyttelystä. Tunnilta syke nousee, rasva palaa ja hapenotto kyky paranee. Harjoitteluliikkeet kehittävät voiman ohella kehon koordinaatiota, tasapainoa ja liikkuvuutta. Mukaan jumppamatto, vesipullo ja hikipyyhe. Kokoontuu keskuskoulun salissa, sisäänkäynti A-ovesta. Opettajana Henna Haapa-aho. Kurssi sisältyy opintopassiin.

830116 Tehotreeni, syksy

Ke 18.05–19.05 15 t 40 €

9.9.–25.11.2026

830118 Tehotreeni, kevät

Ke 18.05–19.05 17 t 40 €

13.1.–21.4.2027

Voimatanko- ja fitnessbag ●

Käytetään kahta eri välinettä vaihdellen. Fitnessbag on toiminnallinen koko kropan treeniväline, joka on hyvin monipuolinen ja tehokas. Sillä harjoittelu kehittää lihasvoimaa, kestävyyttä, tasapainoa ja koordinaatiota. Treeni kehittää keskivartalon tukea. Liikkeissä aktivoituvat myös syvät tukilihakset. Lisäksi kovatempoinen treeni haastaa hengitys- ja verenkiertoelimiä. Tangon avulla saadaan turvallisesti haastettua kehoa mm. erilaisiin painonnostosta tuttuihin vetoihin, tempauksiin ja nostoihin. Kokoontuu urheilutalon painosalilla. Opettajana Tuulikki Vesala. Kurssi sisältyy opintopassiin.

830126 Voimatanko- ja fitnessbag, syksy

To 17.15–18.15 15 t 40 €
10.9.–26.11.2026

830128 Voimatanko- ja fitnessbag, kevät

To 17.15–18.15 17 t 40 €
14.1.–22.4.2027

830122 Vesijumppa ●

Virkistysuimala Sateenkaari
Norma Mäkynen

Ke 18.45–19.30 9.9.–25.11.2026, 13.1.–21.4.2027 24 t 46 €

Kurssi sisältyy opintopassiin.

Vaihtelevaa ja monipuolista vesiliikuntaa musiikin tahdissa. Tunneilla hyödynnetään veden vastusta, omaa kehoa sekä erilaisia välineitä. Vesiliikunta rentouttaa, lisää lihasvoimaa, on lempeä nivelille ja sopii kaikille, joille vesi elementtinä on sopiva.



Aikuisten uimakoulu ●

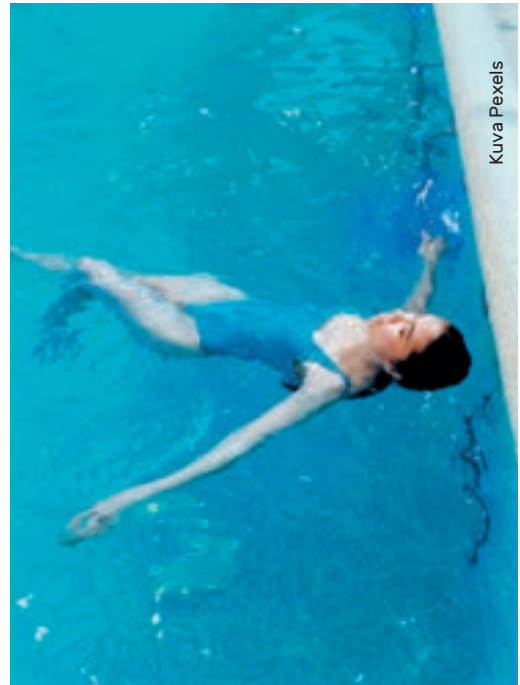
Aikuisten uintitekniikkakurssi on tarkoitettu uimataitoisille aikuisille. Uintitekniikkakurssin tavoitteet ja sisältö tarkentuvat osallistujien omien tavoitteiden ja toiveiden mukaisiksi. Kurssilla opetellaan uimaan oikealla uintitekniikalla vapaauintia, selkäuintia ja rintauintia. Kurssilla keskitytään myös oikeanlaiseen uintiasentoon ja hengitystekniikkaan. Kokoontuu 6 kertaa Virkistysuimala Sateenkaarella, jonne lipun maksaa kurssilainen itse. Opettajana Virpi Mustonen.

830134 Aikuisten uimakoulu: tekniikkaryhmä syksy

Ti 19.45–20.30 6 t 24 €
8.9.–20.10.2026

830136 Aikuisten uimakoulu: tekniikkaryhmä, kevät

Ti 19.45–20.30 6 t 24 €
12.1.–16.2.2027



Kuva Pexels

OTA KOPPI 2026–2027

830124 Kiinteytys, Ruha ●

Ruhan koulu
Silja Knuuttila
To 18.30–19.30 32 t 53 €
10.9.–26.11.2026, 14.1.–22.4.2027
Kurssi sisältyy opintopassiin
Helppoa, mutta tehokasta jumppaa. Alkulämmittely, tehokkaan lihaskunto-osuus ja rentouttavat loppuvenyttelyt. Keskitytään erityisesti coren vahvistamiseen, vyötärön ja pakarän muokkaamiseen sekä ylävartalon kiinteytykseen. Sopii kaikenikäisille ja erilaisille kuntoilijoille jotka ovat kiinnostuneita lihasten muokkaamisesta ja yleiskunnon parantamisesta. Jumppapatja ja juomapullo mukaan.

830139 Frisbeegolf ●

Patruuna-areena ja
Simpсион frisbeegolf rata
Tuomas Luoma
Ma 18.00–20.00, Ti 18.00–20.00,
Su 16.00–18.00 8 t 17 €
7.–13.9.2026
Koko perheen harrastus, jossa yhdistyy liikunta, luonnossa liikkuminen ja itsensä haastaminen. Kurssi järjestetään yhdessä Lapua Frisbeegolfclubin kanssa. Kurssi on suunnattu kaiken ikäisille. Alaikärajaa ilman kurssille osallistuvaa huoltajaa on 12v. Koontuu Ma 11.5. ja ti 12.5. Patruuna-areenalla klo 18.00–20.00. Su 17.5. klo 16.00–18.00 Simpsioilla.

Aivo- ja tasapainojumppa ●

Kaipaatko vaihtelua perinteiseen jumppaan ja haluat pitää huolta samalla kertaa niin kehostasi kuin muististasi? Tällä kursilla harjoitellaan hauskesti ja tehokkaasti pareittain kiertävän kuntopiirin muodossa. Tunnilla yhdistetään turvalliset tasapaino- ja koordinaatioharjoitukset helpoihin aivopähkinöihin, sanaleikkeihin ja muistitehtäviin. Kaksoistehäväharjoittelu on parasta lääkettä aivoille: se kehittää työmuistia, parantaa keskittymiskykyä ja tuo varmuutta arjen liikkumiseen. Sopii erinomaisesti ikääntyville ja kaikille, joilla ei ole vakavia liikkumisrajoitteita. Koostuu Vanhan Paikun Työkälutehtaan tanssisalissa. Opettajana Pirjo Penttilä. Kurssi sisältyy opintopassiin. **Opintoseteliavustus.** Kurssi on maksuton senioreille ja eläkeläisille.



830148 Aivo- ja tasapainojumppa, syksy

Ma 13.30–14.30 7 t 24 €
26.10.–23.11.2026

830150 Aivo- ja tasapainojumppa, kevät

Ma 13.30–14.30 7 t 24 €
8.3.–12.4.2027

Circuit ●

Harjoitellaan monipuolisesti koko kehoa. Liikkeet vaihtelevat ja kuormittavat tasapainoisesti eri lihasryhmiä, ja harjoitteita päivitetään aika ajoin, jotta treeni pysyy mielekkäänä ja motivoivana. Harjoittelussa hyödynnetään muun muassa kehonpainoa, kuminauhoja sekä kahvakuulaa, joten treeni on sekä tehokasta että vaihtelevaa. Ota mukaan oma jumppamatto ja kahvakuula/käsipaino. Opettajana Ilari Huttula. Kurssi sisältyy opintopassiin.

830144 Circuit, syksy

Keskuskoulun sali, sisäänkäynti A-ovesta
Ke 19.15–20.15 15 t 40 €
9.9.–25.11.2026

830140 Circuit Hellanmaa, syksy

Hellanmaan koulu
Ke 16.35–17.35 15 t 40 €
9.9.–25.11.2026

830146 Circuit, kevät

Keskuskoulun sali, sisäänkäynti A-ovesta
Ke 19.15–20.15 17 t 40 €
13.1.–21.4.2027

830142 Circuit Hellanmaa, kevät

Hellanmaan koulu
Ke 16.35–17.35 17 t 40 €
13.1.–21.4.2027

Melonta ●

Retki tehdään vakailla kaksin melottavilla intiaanikanooteilla. Mukaan voi tulla yksin, kaksin tai isollakin porukalla. Aiempaa kokemusta ei tarvita. Rannalla ennen lähtöä on ensin perehdytys melontaan ja lisää neuvoja saa retken edetessä. Melontaliivit ovat valmiina odotamassa. Pue päälle säänmukainen lämmin vaatetus, käsineet ja päähine, jalkaan mieluiten kumisaappaat. Omat eväät. Kanootit ja melontaliivit kuuluvat kurssin hintaan. Opettajana Kauko Huhtaluhta.

Ruskamelonta Lapuanjoella

Kokoontuminen urheilukentän kohdalla Lapuanjoen rannalla (rautatiesillan vieressä). Mahdollista on myös meloa omatoimisesti Lapuanjoella. Ilmoittautuminen viimeistään 20.9. mennessä.

830170 Ruskamelonta Lapuanjoella, aamu

La 10.00–13.00 4 t 33 €
26.9.2026

830172 Ruskamelonta Lapuanjoella, päivä

La 14.00–17.00 4 t 33 €
26.9.2026

830174 Ruskamelonta Lapuanjoella Haapakosken tienoilla

Haapakosken nuorisoseura
La 14.00–17.00 4 t 33 €
3.10.2026
Kokoontuminen Haapakosken Nuorisoseuran pihalla. Ilmoittautuminen viimeistään 27.9. mennessä.

830180 Kevätmelonta Lapuanjoella Haapakosken tienoilla

Haapakosken nuorisoseura
Kauko Huhtaluhta
Su 14.00–17.00 4 t 33 €
23.5.2027
Kokoontuminen Haapakosken Nuorisoseuran pihalla. Ilmoittautuminen viimeistään 16.5. mennessä.

Kevätmelonta

Kokoontuminen Rannantie 24 kohdalla kaupungin venerannassa. Mahdollista on myös meloa omatoimisesti Lapuanjoella. Ilmoittautuminen viimeistään 16.5. mennessä.

830176 Kevätmelonta Lapuanjoella, aamu

La 10.00–13.00 4 t 33 €
22.5.2027

830178 Kevätmelonta Lapuanjoella, päivä

La 14.00–17.00 4 t 33 €
22.5.2027

Kuntosaliharjoittelun perusteet ●

Tämä kurssi tarjoaa kattavan johdatuksen kuntosaliharjoittelun perusteisiin sekä oikeaoppiseen liikkeen suoritustekniikkaan. Kurssi sopii sekä aloittelijoille että jo jonkin verran harjoitelleille perusterveille aikuisille, jotka haluavat vahvistaa osaamistaan ja kehittää turvallista harjoittelua. Kurssi sisältää neljä 90 minuutin tapaamiskertaa, joista jokaisella keskitytään eri lihasryhmiin ja liikekokonaisuuksiin. Lukion kuntosali. Opettajana Ilari Huttula.

830322 Kuntosaliharjoittelun perusteet A

Pe 18.30–20.00 8 t 24 €
11.9.–2.10.2026

830324 Kuntosaliharjoittelun perusteet B

Pe 18.30–20.00 8 t 24 €
9.10.–6.11.2026

Kuntosaliryhmä kaikenkuntoisille

● / ● (oman tason mukaan)

Turvallista ja ohjattua lihasvoimaharjoittelua kuntosalilaitteilla. Laitteet ja tekniikat käydään läpi, joten aiempaa osaamista ei tarvitse olla. Tunti koostuu alkulämmittelystä, lihaskunto-osuudesta ja loppuvenyttelystä. Sopii vasta-alkajille, kuntosaliharjoitteluun palaaville ja konkareille, lihaskuntoa ja kiinteytystä haluaville, painonpudottajille, kunnan kohottajille ja kuntoutujille. Lukion kuntosali. Opettajana Sari Mantere. Kurssi sisältyy opintopassiin.

830300 Kuntosaliryhmä kaikenkuntoisille, A

Ma 16.30–17.30 32 t 53 €
7.9.–30.11.2026, 11.1.–12.4.2027

830302 Kuntosaliryhmä kaikenkuntoisille, B

Ma 17.30–18.30 32 t 53 €
7.9.–30.11.2026, 11.1.–12.4.2027

830304 Kuntosaliryhmä kaikenkuntoisille, C

Ma 18.30–19.30 32 t 53 €
7.9.–30.11.2026, 11.1.–12.4.2027



Sarin asiantuntevassa ohjauksessa kuntojummat ja kuntosalitunnit mukautuvat jokaisen liikkujan omaan tahtiin ja kuntotason. Hänen tunneilleen ovat lämpimästi tervetulleita aivan kaikki – täällä liikutaan yhdessä ja nautitaan onnistumisen ilosta!"

Kuntosaliryhmä keskiviikko ● / ● (oman tason mukaan)

Ohjattua lihasvoimaharjoittelua kuntosalilaitteilla sekä välineillä. Koostuu alkulämmittelystä, lihaskunto-osuudesta ja loppuvenyttelystä. Mieli ja keho virkistyy ja ryhmän kannustava ilmapiiri innostaa. Tunti sopii niin naisille kuin miehille, jotka haluavat parantaa lihaskuntoaan ja löytää liikunnan ilon. Lukion kuntosali. Opettajana Norma Mäkynen. Kurssi sisältyy opintopassiin.

830312 Kuntosaliryhmä keskiviikko A

Ke 16.00–17.00 32 t 53 €
9.9.–25.11.2026, 13.1.–21.4.2027

830314 Kuntosaliryhmä keskiviikko B

Ke 17.00–18.00 32 t 53 €
9.9.–25.11.2026, 13.1.–21.4.2027



*maksa kurssimaksusi liikunta- tai kulttuurieduilla ottamalla yhteyttä opiston toimistoon kurssin alussa
- maksuvälineinä käyvät ePassi, Edenred ja Smartum liikunta- ja kulttuuriedut.*

Kuntosalikurssi ●

Koko kehon tehokasta harjoittelua, monipuolista, ohjattua harjoittelua koko keholle. Harjoittelu toteutetaan kuntopiirityyppisesti, mutta etenemme yksi liike kerrallaan keskittyen oikeaan suoritustekniikkaan. Treenataan tasapainoisesti koko kehoa, ja saat henkilökohtaista ohjausta liikkeiden suorittamiseen. Kurssi sopii kaikille perusterveille aikuisille, jotka haluavat kehittää lihaskuntoaan, oppia oikeita suoritustekniikoita ja lisätä hyvinvointiaan rennossa ja kannustavassa ilmapiirissä. Kokoontuu lukion kuntosalilla. Opettajana Ilari Huttula. Kurssi sisältyy opintopassiin.

830318 Kuntosalikurssi, syksy

Ke 18.00–19.00 15 t 40 €
9.9.–25.11.2026

830320 Kuntosalikurssi, kevät

Ke 18.00–19.00 17 t 40 €
13.1.–21.4.2027

Kehonhuolto & rentoutus ●

Rauhallinen mutta tehokas kehonhuoltotunti, jossa keskitytään kehon liikkuvuuteen ja kehonhallintaan, aktivoidaan tukilihaksia ja parannetaan kehon kokonaisvaltaista toimivuutta. Sisältää erilaisia dynaamisia sekä staattisia liikkeitä. Sopii kaiken tasoisille liikkujille palauttavaksi ja kehoa huoltavaksi harjoitukseksi. Harjoitteet tehdään ilman kenkiä. Pitkä-hihainen ja/tai villi mukaan sekä alusta ja vesipullo mukaan. Kokoontuu keskuskoulun salissa, sisäänkäynti A-ovesta. Opettajana Henna Haapa-aho. Kurssi sisältyy opintopassiin.

831100 Kehonhuolto & rentoutus, syksy

Ma 19.15–20.15 15 t 40 €
7.9.–23.11.2026

831102 Kehonhuolto & rentoutus, kevät

Ma 19.15–20.15 17 t 40 €
11.1.–19.4.2027

831106 Physiopilates, alkeis/keskitaso ●

Keskuskoulun pienliikuntatila, sisäänkäynti A-ovesta
Anna-Maria Mäenpänen
Ti 18.20–19.05 24 t 46 €
8.9.–24.11.2026, 12.1.–20.4.2027

Henkilöille joille ei ole aiemmin kokemusta tai vähän harrastaneille. Harjoituksissa aloitetaan alkeistason liikkeistä, edeten vaativimpiin harjoituksiin. Tunnilla käytetään välineitä (opettajan omat) mm. pienet pehmo- ja fasciapallot, kuminauhut sekä rullat. Ota mukaasi lämmin vaatetus, villasukat, matto ja pieni käsipyyhe.

831104 Physiopilates, jatkotaso ●

Keskuskoulun pienliikuntatila, sisäänkäynti A-ovesta
Anna-Maria Mäenpänen
Ti 17.30–18.15 24 t 46 €
8.9.–24.11.2026, 12.1.–20.4.2027

Henkilöille jotka ovat käyneet alkeiskurssin. Harjoituksissa edetään haastavampiin liikkeisiin. Tunnilla käytetään välineitä (opettajan omat) mm. pienet pehmo- ja fasciapallot, kuminauhut sekä rullat. Liikkeissä pyritään hakemaan enemmän jatkumoa eli liikkeiden virtavuutta. Ota mukaasi lämmin vaatetus, villasukat, jumppamatto ja pieni käsipyyhe.



*kurssin alkamisesta ei tiedoteta.
vain peruuntumisesta tulee tekstiviesti*

831108 Naisten venyttely ●

Liuhtarin koulu, sisäänkäynti G-ovesta
Anu Kortesoja

To 16.30–17.15 24 t 46 €

10.9.–26.11.2026, 14.1.–22.4.2027

Kurssi sisältyy opintopassiin.

Rentouttavaa venyttelyä kokonaisvaltaisesti koko kropalle. Erilaisilla venyttelyliikkeillä palauttaen lihaksia lepopituuteen, parantaen nivelten liikkuvuutta sekä lihasten verenkiertoa. Voit ottaa oman jumppapatjan mukaan. Venyttelyt tehdään pääosin lattiatasossa.

**831112 Fascia kehonhuolto/
core verkkokurssi, syksy** ●

Verkossa

Arja Sikkilä

Ma 16.30–17.15

11 t 30 €

7.9.–23.11.2026

Tavoitteena on edistää tuki- ja liikuntaelimestön hyvinvointia. Kurssilla tehdään aktiivista ja dynaamista liikkuvuusharjoittelua sekä tasapaino- ja liikehallintaharjoituksia. Tunnit pidetään reaaliaikaisesti Zoom-alustalla ja linkki sovellukseen lähetetään sähköpostitse kaksi päivää ennen kurssin alkua. Huom! Kurssi sopii myös vuorotyötä tekeville. Jokaisesta tunnista jää tallenne, joka on katsottavissa viikon ajan.



Kuva Pexels

831110 Miesten venyttely ●

Liuhtarin koulu, sisäänkäynti G-ovesta
Anu Kortesoja

To 17.25–18.10 24 t 46 €

10.9.–26.11.2026, 14.1.–22.4.2027

Kurssi sisältyy opintopassiin.

Rentouttavaa venyttelyä kokonaisvaltaisesti koko kropalle. Erilaisilla venyttelyliikkeillä palauttaen lihaksia lepopituuteen, parantaen nivelten liikkuvuutta sekä lihasten verenkiertoa. Voit ottaa oman jumppapatjan mukaan. Venyttelyt tehdään pääosin lattiatasossa.

**831114 FasciaMethod Power®
verkkokurssi, kevät** ●

Verkossa

Arja Sikkilä

Ma 16.15–17.15

17 t 40 €

11.1.–19.4.2027

FasciaMethod Power on toiminnallista voima-, liikkuvuus- ja kehonhallintaharjoittelua. Tavoitteena on vahvistaa lihaksia, jotka tukevat niveliamme ja koko kehoamme. Harjoitamme kehonhallintaa, tasapainoa ja liikkuvuutta aktiivisilla toiminnallisilla liikkuvuusharjoitteilla. Menetelmä on suomalaisten fysioterapeuttien kehittämä. Tunnit pidetään reaaliaikaisesti Zoom-alustalla ja linkki sovellukseen lähetetään sähköpostitse kaksi päivää ennen kurssin alkua. Huom! Kurssi sopii myös vuorotyötä tekeville. Jokaisesta tunnista jää tallenne, joka on katsottavissa viikon ajan.

**831115 FasciaMethod Power®
jatko, verkkokurssi** ●

Verkossa

Arja Sikkilä

Ma 16.15–17.15

8 t 24 €

26.4.–31.5.2027

Lihaskunnosta ja liikkuvuudesta on tärkeää huolehtia myös kesäaikaan. Tule mukaan kesäkurssille, joka on jatkoa keväällä aloitetulle kurssille. Tunnit pidetään reaaliaikaisesti Zoom-alustalla. Jokaisesta tunnista tallenne viikon ajaksi.

831120 Jooga, alkeisryhmä ●

Keskuskoulun pienliikuntatila,
sisäänkäynti A-ovesta
Kaija-Leena Mäenpää
Ma 17.00–18.30 48 t 61 €
7.9.–23.11.2026, 11.1.–19.4.2027
Kurssi on tarkoitettu joogasta kiinnostuneille aloittelijoille. Jooga on kokonaisvaltaista itsehoitoa, jossa rauhallisten fyysisten harjoitusten avulla hoidetaan lempeästi kehoa, kehitetään hengityksen laatua, parannetaan rentoutumista ja keskittymiskykyä. Ota mukaan lämmin joustava vaatetus ja ohut alusta.



831122 Joogaa syventäen ●

Keskuskoulun pienliikuntatila,
sisäänkäynti A-ovesta
Kaija-Leena Mäenpää
Ma 18.45–20.15 48 t 61 €
7.9.–23.11.2026, 11.1.–19.4.2027
Sopii kaikille jo ennestään jooganneille. Fyysinen harjoitus on keskeinen menetelmä joka etenee pinnalliselta tasolta hyvin hienovaraiselle tasolle. Harjoituksessa mieli on kiinnitetty seuraamaan luonnollista hengitystä ja aistimaan kehon tuntemuksia. Tämä johtaa syvempään läsnäoloon. Ota mukaan lämmin vaatetus ja ohut alusta.

Jooga on Kaija-Leenalle elämäntapa, josta hän on jakanut iloa ja onnellisuutta oppilailleen jo 16 vuoden ajan. Hänen ryhmissään opitaan rentoutumaan, hengittämään syvään ja löydetään eväitä sisäiseen rauhaan.

Päiväjoogat ●

Jooga antaa tarmoa alkavaan päivään. Auttaa pääsemään eroon aamukankeudesta voidellen ja vetreyttäen lempeästi niveliä ja notkistaen selkärankaa. Parantaa hengityksen laatua, opettaa rentoutumista ja keskittymistä. Kurssi sopii kaikenikäisille, ennestään jooganneille sekä vasta-alkajille. Ota mukaan lämmin joustava vaatetus ja ohut alusta. Kokoontuu Vanhan Paukun liikuntaluokassa. Opettajana Kaija-Leena Mäenpää.

831124 Jooga, tiistai, aamupäivä

Ti 9.30–11.00 48 t 61 €
8.9.–24.11.2026, 12.1.–20.4.2027

831128 Jooga, keskiviikko, aamupäivä

Ke 9.30–11.00 48 t 61 €
9.9.–25.11.2026, 13.1.–21.4.2027

831126 Jooga, tiistai, keskipäivä

Ti 11.30–13.00 48 t 61 €
8.9.–24.11.2026, 12.1.–20.4.2027

831132 Jooga, torstaiamu

To 9.30–11.00 48 t 61 €
10.9.–26.11.2026, 14.1.–22.4.2027

831130 Tuolijooga ●

Kulttuurikeskus Vanha Pauku,
liikuntaluokka

Kaija-Leena Mäenpää

Ke 11.45–12.45 32 t 53 €

9.9.–25.11.2026, 13.1.–21.4.2027

Opintoseteliavustus.

Tuolijooga perustuu hathajoogan liikkeisiin ja hengitykseen. Liikkeet tehdään tuolilla istuen. Harjoitus ylläpitää kehon liikkuvuutta, venyttää ja vahvistaa lihaksia, rauhoittaa mieltä, edistään näin terveyttä ja hyvää oloa. Tuolijooga soveltuu kaikille ikään tai kuntotasoon katsomatta.



831136 Rauhoittava joulujooga ●

Keskuskoulun pienliikuntatila,
sisäänkäynti A-ovesta

Kaija-Leena Mäenpää

Ma 18.00–19.30 6 t 24 €

30.11.–14.12.2026

Joulukuun joogahetket tuovat rauhaa joulukuun joulukuun keskelle. Rentoudutaan ja keskitytään kuuntelemaan omaa itseä, niin mieltä kuin kehoa. Joulujooga sopii vasta-alkajille ja ennestään jooganneille. Ota mukaan lämmin joustava vaatetus ja ohut alusta.

831134 Äijäjooga ●

Keskuskoulun pienliikuntatila,
sisäänkäynti A-ovesta

Kaija-Leena Mäenpää

Pe 17.30–19.00 48 t 61 €

11.9.–27.11.2026, 15.1.–23.4.2027

Äijäjooga sopii kaikenikäisille miehille. Rauhallisten fyysisten harjoitusten avulla hoidetaan kehoa, kehitetään hengityksen laatua, parannetaan keskittymiskykyä ja rentoutumisen taitoa. Ota mukaan lämmin joustava vaatetus ja ohut alusta.

831138 Kesäjooga, maanantai-ilta ●

Keskuskoulun pienliikuntatila,
sisäänkäynti A-ovesta

Kaija-Leena Mäenpää

Ma 18.00–19.30 14 t 40 €

3.5.–14.6.2027

Lisätään selkärangan liikkuvuutta, avataan hartioita ja rintakehää, lievitetään jännityksiä. Samalla myös mieli rauhoittuu ja voidaan jättää päivän mieltä askarruttavat asiat taakse. Jooga sopii kaikille ikään ja kuntoon katsomatta. Mukaan lämmin joustava vaatetus ja ohut alusta.

831142 Tutustuminen Yin joogaan ●

Kulttuurikeskus Vanha Pauku,
liikuntaluokka

Rehtori Mari Takamaa

To 17.00–18.30 7 t 24 €

29.10.–10.12.2026

Löydä rauha ja tilaa kehoosi tällä palauttavalla lyhytkurssilla. Yin-jooga on passiivinen ja meditatiivinen harjoitus, jossa viivytään asennoissa useita minutteja kerrallaan. Harjoitus kohdistuu lihasten sijaan sidekudoksiin, fascioihin ja niveliin, auttaen avaamaan kehon jännitystiloloja ja rauhoittamaan hermostoa. Kurssi ei vaadi aiempaa kokemusta joogasta. Varaudu lämpimillä, joustavilla vaatteilla. Ota mukaasi villi tai huopa loppurentoutusta varten sekä oma joogabolsteri (opistolta on lainattavissa muutamia bolstereita, jos sinulla ei ole omaa)

831140 Kesäjooga, tiistaiaamu ●

Kulttuurikeskus Vanha Pauku,
liikuntaluokka

Kaija-Leena Mäenpää

Ti 9.30–11.00 14 t 40 €

4.5.–15.6.2027

Jooga antaa tarmoa alkavaan päivään. Auttaa pääsemään eroon aamukankeudesta voidellen ja vetreyttäen lempeästi niveliä ja notkistaen selkärankaan. Parantaa hengityksen laatua, opettaa rentoutumista ja keskittymistä. Kurssi sopii kaikenikäisille, ennestään jooganneille sekä vasta-alkajille. Ota mukaan lämmin joustava vaatetus ja ohut alusta.

831190 Puistojoogaa Hirvijoen elopäivänä ●

Hirvijoen nuorisoseura
Mari Takamaa

La 8.8.2026 klo 10.00–11.00 1 t
Hirvijoen elopäivänä puistojoogataan! Joo-
ga sopii kaikille. Se notkistaa ja rentouttaa.
Ota oma jumppamatto mukaan. Hirvijoki on
tämän vuoden kulttuurin kummikylä. Toteu-
tetaan yhteistyössä Lapuan kulttuuripalve-
luiden kanssa. Maksuton kurssi.



Kuva Pexels

Myofaskia yin ●

Yhdistää yinjoogan rauhalliset, pitkät asennot ja myofaskiaalisen käsittelyn vapauttamaan kehon kireyksiä ja parantamaan liikkuvuutta. Tunnilla hyödynnetään lempeää painetta, palloa sekä hengitystä, jotta fascian elastisuus ja palautuminen tehostuvat. Kurssi sopii erinomaisesti istumatyötä tekeville, urheilijoille ja kaikille, jotka kaipaavat stressin lievitystä ja kokonaisvaltaista rentoutumista. Vanha Pauku, Työkalutehtaan tanssisali. Opettajana Lena Eklund.

831144 Myofaskia yin, syksy

La 15.00–16.30 12 t 30 €
12.9.–31.10.2026
Ei kokoonnu 10.10. eikä 17.10.

831145 Myofaskia yin, kevät

La 15.00–16.30 12 t 30 €
16.1.–27.2.2027
Ei kokoonnu 20.2.

Kickboxing ●

Tehokas ja hauska treenimuoto yhdistellen iskuja nyrkkeilystä ja potkuja karatesta. Monipuolisia kuntoharjoitteita sekä tekniikkaa pareittain, yksin ja ryhmässä. Hanskat, jalkasuojat ja käsisiteet kuuluvat lasten ja nuorten kurssien maksuun. Aikuiset maksavat 10 € välineistä opettajalle. Kurssi sopii vasta-alkajille sekä edistyneemmille harrastajille. Kokoontuu urheilutalon painisalilla. Kurssin ohjaaja Jarkko Jussila on lajin 3x maailmanmestari.

831220 Kickboxing lapset 7–11 v., syksy

Ke 18.00–18.45 11 t 47 €
2.9.–25.11.2026
(ei kokoonnu 14.10. eikä 21.10.)

831222 Kickboxing lapset 7–11 v., kevät

Ke 18.00–18.45 11 t 47 €
24.3.–2.6.2027

831224 Kickboxing nuoret 12–17 v., syksy

Ke 18.45–19.30 11 t 47 €
2.9.–25.11.2026
(ei kokoonnu 14.10. eikä 21.10.)

831226 Kickboxing nuoret 12–17 v., kevät

Ke 18.45–19.30 11 t 47 €
24.3.–2.6.2027

831228 Kickboxing aikuiset, syksy

Ke 19.30–20.30 15 t 46 €
2.9.–25.11.2026
(ei kokoonnu 14.10. eikä 21.10.)

831230 Kickboxing aikuiset, kevät

Ke 19.30–20.30 15 t 46 €
24.3.–2.6.2027

Barre ●

Hyödyntää liikkeissä balettitankoa ja sisältää yksinkertaisia baletin perusliikkeitä, jotka kehittävät ryhtiä, tasapainoa ja kehonhallintaa. Barre-tunti on erinomainen vastapaino toimistoarjelle ja loistava lisä esimerkiksi aikuisbaletin oheisharjoitteluksi. Et tarvitse balettaustausta osallistuaksesi. Vanha Paukku, Työkalutehtaan tanssisali. Opettajana Lena Eklund.

831146 Barre A, syksy

La 12.30–13.30 8 t 24 €
12.9.–31.10.2026
Ei kokoonnu 10.10. eikä 17.10.

831148 Barre B, syksy

La 13.45–14.45 8 t 24 €
12.9.–31.10.2026
Ei kokoonnu 10.10. eikä 17.10.

831147 Barre A, kevät

La 12.30–13.30 8 t 24 €
16.1.–27.2.2027
Ei kokoonnu 20.2.

831149 Barre B, kevät

La 13.45–14.45 8 t 24 €
16.1.–27.2.2027
Ei kokoonnu 20.2.

Liikuntaleikkikoulu

Liikkarissa saat hyppiä, temppuilla, juosta, pelailla, leikkiä, palloilla ja tehdä muuta kivaa yhdessä! Liikkari on monipuolinen, tavoitteellinen ja hauska alle peruskoulukäisille suunniteltu liikunnan perustaitoja kehittävä liikuntaharrastus, jossa lapsi oppii oman kehon tuntemista ja hallintaa, ymmärtämään käsitteitä, ryhmässä toimimista sekä tunnetaitoja lapsen ikä- ja kehitysvaiheet huomioiden. Säiden salliessa pyrimme hyödyntämään monipuolisesti lähialueen ulkoliikuntamahdollisuuksia. Huom. 3-4-vuotiaiden ensimmäinen tunti on poikkeuksellisesti yhteistunti oman aikuisen kanssa. Opettajana Riina Ala-Panula.

831202 Liikuntaleikkikoulu 3-4 -vuotiaille, Liuhtari

Liuhtarin koulu, sisäänkäynti G-ovesta
Ma 16.30–17.15 24 t 46 €
7.9.–23.11.2026, 11.1.–19.4.2027

831204 Liikuntaleikkikoulu 5-6 -vuotiaille, Liuhtari

Liuhtarin koulu, sisäänkäynti G-ovesta
Ma 17.15–18.00 24 t 46 €
7.9.–23.11.2026, 11.1.–19.4.2027

831206 Liikuntaleikkikoulu 3-4 -vuotiaille, Ritavuori

Ritavuoren koulu, C-sali,
sisäänkäynti C-ovesta
Ti 16.45–17.30 24 t 46 €
8.9.–24.11.2026, 12.1.–20.4.2027

831208 Liikuntaleikkikoulu 5-6 -vuotiaille, Ritavuori, A-ryhmä

Ritavuoren koulu, C-sali,
sisäänkäynti C-ovesta
Ti 17.30–18.15 24 t 46 €
8.9.–24.11.2026, 12.1.–20.4.2027

831210 Liikuntaleikkikoulu 5-6 -vuotiaille, Ritavuori, B-ryhmä

Ritavuoren koulu, C-sali,
sisäänkäynti C-ovesta
Ti 18.15–19.00 24 t 46 €
8.9.–24.11.2026, 12.1.–20.4.2027

TANSSI

160000 Tanssia & Tehoa: Kansalaisopiston starttipäivä

Kulttuurikeskus Vanha Paukku, Työkalutehtaan tanssisali
Lena Eklund, Annukka Joensuu, Piia Murtomäki, Minja Rantala

La 29.8.2026 klo 11.00–13.30

Aloitetaan kansalaisopiston syyskausi tanssien uudessa tilassamme, työkalutehtaan tanssisalissa! Tässä ilmaistapahtumassa pääset kokeilemaan viittä eri lajia matalalla kynnyksellä. Tapahtuma toimii nonstop-periaatteella, eli jokainen laji kestää 30 minuuttia. Voit osallistua vain yhteen suosikkilajiisi tai haastaa itsesi ja pysyä mukana koko 2,5 tunnin ajan. Mukaan tarvitset vain rennot liikuntavaatteet, sisäkengät sekä vesipullon. Maksuton kurssi.

PÄIVÄN NONSTOP-OHJELMA:

- | | |
|---------------|--|
| 11.00 – 11.30 | Zumba – Varmaa iloa ja vauhdikkaita rytmejä! |
| 11.30 – 12.00 | Baletti – Kaunista liikekieltä ja tanssin taikaa. |
| 12.00 – 12.30 | Afrodance – Energistä ja rytmikästä tanssia. |
| 12.30 – 13.00 | Barre – Tehoa, ryhtiä ja poltetta lihaksiin baletin treenimenetelmiä hyödyntäen. |
| 13.00 – 13.30 | Myofascia Yin -rentoutus – Syvärentouttava ja kehon kireyksiä avaava. |



Afrodance

Energinen tunti, jossa tanssiliikkeet tulee afrobrasilialaisesta tanssista lainaten rumpurytmien soidessa. Rytmikkäät liikkeet aktivoi koko vartaloa. Välillä lempeää hidasta tempoa vaihdellen vauhdikkaaseen menoon. Kuntoa kohotetaan ja hikeä saadaan pintaan hausalla tavalla. Liikkeiden tehoa voi itse säätää sopivaksi ja siten tunti sopii hyvin kaikenkuntoisille. Jalkaan suositellaan jumppatossut. Tunti sisältää alkulämmittelyt ja loppuvenyttelyt. Koostuu lukion peilialissa. Opettajana Annukka Joensuu.

160010 Afrodance, syksy

Ti 17.30–18.30 15 t 40 €
22.9.–8.12.2026

160012 Afrodance, kevät

Ti 17.30–18.30 17 t 40 €
12.1.–20.4.2027

RetroDance

Tarjoaa energisen ja inspiroivan tavan tanssiliikuntaan. Tunnilla yhdistetään disco-, pop- ja klubivaikutteita selkeisiin koreografioihin, jotka sopivat kaikenkuntoisille tanssista innostuneille. Voit itse säädellä liikkeiden voimakkuutta. Retrodancessä kohotetaan kuntoa, koordinaatiota ja rytmitajua samalla kun pääset nauttimaan nostalgisista hittibiiteistä ja hyvästä fiiliksestä. Kokoontuu Kauhajärven koululla. Opettajana Annukka Joensuu.

160018 RetroDance, Kauhajärvi, syksy

Ke 18.00–19.00 15 t 40 €
23.9.–9.12.2026

160020 RetroDance, Kauhajärvi, kevät

Ke 18.00–19.00 17 t 40 €
13.1.–21.4.2027

160002 Balettia aikuisille, alkeet

Kulttuurikeskus Vanha Paukku,
Työkalutehtaan tanssisali
Minja Rantala

To 19.00–20.00

32 t 53 €

10.9.–19.11.2026, 14.1.–22.4.2027

Kurssi on tarkoitettu aikuisille ja nuorille, joilla ei ole aiempaa kokemusta baletin tanssimisesta. Aloitamme alkeista ja etenemme harjoitusten vaikeustasossa ryhmän toiveiden mukaan. Kehitämme ryhtiä, tasapainoa, kehonhallintaa ja liikkuvuutta.

160001 Balettia aikuisille, jatkoryhmä

Kulttuurikeskus Vanha Paukku,
Työkalutehtaan tanssisali
Minja Rantala

Ma 19.30–20.30

32 t 53 €

7.9.–23.11.2026, 11.1.–19.4.2027

Kurssi on tarkoitettu aikuisille ja nuorille, jotka ovat harrastaneet jo aiemmin balettia. Etenemme harjoitusten vaikeustasossa ryhmän toiveiden mukaan. Kehitämme ryhtiä, kehonhallintaa ja liikkuvuutta. Teemoina ovat myös tasapaino sekä liikkeen jatkuvuus ja tanssillisuus.

160006 Showjazz, perustaso

Kulttuurikeskus Vanha Paukku,
Työkalutehtaan tanssisali
Aura Lillbacka

Ma 15.30–16.30

40 t 61 €

31.8.–7.12.2026, 11.1.–10.5.2027

Showjazz-kurssi yhdistää perinteisen jazztanssin elementtejä sekä showtanssin monimuotoisen liikekielen. Kurssilla kehitetään rytmitajua, koordinaatiota, jazz-tekniikkaa ja se sopii aloittelijoille ja jonkin verran tanssineille, jotka haluavat syventää taitoja sekä nauttia tanssin ilosta. Ikäsuositus 10–15-vuotiaille. Showjazz on täydellinen tapa pitää hauskaa musiikin tahdissa! Kurssin voi hyväksilukea osaksi taidekoulun tanssin opintoja.



Minja Rantala

Minjan balettitunneilla pitkäjänteisyys ja kauneudentaju kohtaavat ilon, luovuuden ja tiiviin yhteisön. Tanssin ja liikkeen kehoa huoltavasta sekä ryhtiä kehittävstä vaikutuksesta pääsevät Minjan opissa nauttimaan niin lapset kuin aikuiset.

160008 Showjazz, jatkotaso

Kulttuurikeskus Vanha Paukku,
Työkalutehtaan tanssisali
Aura Lillbacka

Ma 16.30–18.00

60 t 68 €

31.8.–7.12.2026, 11.1.–10.5.2027

Showjazz-kurssi yhdistää perinteisen jazztanssin elementtejä sekä showtanssin monimuotoisen liikekielen. Kurssilla kehitetään rytmitajua, koordinaatiota, jazz-tekniikkaa, hyppyjä sekä piruetteja. Showjazz jatkotason kurssi sopii jo jonkin verran tanssineille. Showjazz on täydellinen tapa nauttia musiikin ja tanssin ilosta! Kurssi on suunnattu yli 16-vuotiaille. Kurssin voi hyväksilukea osaksi taidekoulun tanssin opintoja.

Latinofit

Jo perusliikkeet osaaville latinalaistanssitunti, sisältäen lihaskunto-osuuden ja kunnon venyttelyt. Tunneilla tulevat tutuksi mm. Samba, Cha Cha, Rumba, Paso Doble, Jive, Salsa, Reggaeton jne. Hiki tulee taatusti virtaamaan, kun tuliset rytmit vievät sinut latinalaistanssin kuumaan sykkeeseen. Kunto kohenee ja kilot karisee! Sopii ihan kaikille! Let's dance! Kokoontuu lukion peilisalissa. Opettajana Heidi Hirvelä.

160022 Latinofit, tanssitreeniä ilman paria, jatkoryhmä, syksy

To 17.00–18.00 15 t 40 €
10.9.–26.11.2026

160024 Latinofit, tanssitreeniä ilman paria, jatkoryhmä, kevät

To 17.00–18.00 17 t 40 €
14.1.–22.4.2027

Lavis

Suosittu, helppo ja hauska liikuntamuoto, joka perustuu lavatanssiaskeleiden ja jumpan välimuotoon. Tanssitaan yksin. Tunnilla opit lavatanssin perusteita ja hiki irtoaa taatusti. Tansseina mm. valssi, tango, humppa, jenkka, cha cha, salsa, jive, rumba ym. Todella tehokasta liikuntaa! Opettajana Heidi Hirvelä. Laviskurssi sisältyvät opintopassiin lukuunottamatta 160220 KesäLavis® Kauhajärvellä -kurssia.

160202 Lavis® -lavatanssi-jumppa, maanantai/aamu, syksy

Nuorisotalon sali
Ma 9.45–10.45 15 t 40 €
7.9.–23.11.2026

160210 Lavis® -lavatanssi-jumppa, torstai, syksy

Lukio, peilisali B035
To 16.15–17.00
11 t 30 €
10.9.–26.11.2026

160204 Lavis® -lavatanssi-jumppa, maanantai/aamu, kevät

Nuorisotalon sali
11.1.–26.4.2027 17 t 40 €
Ei kokoonnu 18.1.

160212 Lavis® -lavatanssi-jumppa, torstai, kevät

Lukio, peilisali B035
To 16.15–17.00
13 t 30 €
14.1.–22.4.2027

160206 Lavis® -lavatanssi-jumppa, maanantai/aamupäivä, syksy

Nuorisotalon sali
Ma 10.45–11.45 15 t 40 €
7.9.–23.11.2026

160208 Lavis® -lavatanssi-jumppa, maanantai/aamupäivä, kevät

Nuorisotalon sali
11.1.–26.4.2027 17 t 40 €
Ei kokoonnu 18.1.

160220 KesäLavis® - Kauhajärvellä

Kauhajärven koulu
Heidi Hirvelä
To 17.00–18.00
8 t 24 €
13.5.–17.6.2027
Tule mukaan tanssimaan lavatanssiaskeleiden ja jumpan välimuotoa!



Heidin tunneilla tanssitaan pilke silmäkulmassa ja huumorilla. Heidin matalan kynnyksen kursseille olet lämpimästi tervetullut juuri sellaisena kuin olet – ilman aikaisempaa tanssitaustaa!”

160030 Lavatanssin perusteet vasta-alkajille, syksy

Liuhtarin koulu, sisäänkäynti G-ovesta
Margit Alt
Su 18.00–19.10 9 t 24 €
25.10.–29.11.2026

Aikaisempaa kokemusta et tarvitse, lähdemme liikkeelle aivan alkeista; opettelemme perusaskelen, muutamia kuvioita sekä erottamaan eri tanssilajien rytmin. Syksyn aikana tutustumme foksiin, fuskuun ja tangoon, mahdollisesti myös hitaaseen valssiin. Etenemme hitaasti ryhmän kehityksen huomioiden ja teemme paljon toistoja.

160032 Lavatanssin perusteet vasta-alkajille, kevät

Liuhtarin koulu, sisäänkäynti G-ovesta
Margit Alt
Su 18.00–19.10 19 t 40 €
17.1.–18.4.2027

Kevään aikana tutustumme mm. hitaaseen valssiin, buggiin, rumbaan, cha chaan, jiveen. Etenemme hitaasti ryhmän kehityksen huomioiden ja teemme paljon toistoja.

Allas-Lavis®

Allas-Lavis® mahdollistaa Laviksen harrastamisen myös niille, joilla kuivalla maalla liikkuminen on hankalaa. Osallistuja maksaa itse pääsylipun uimahalliin. Kokoontuu Vlr-kistysuimala Sateenkaarella. Opettajana Heidi Hirvelä. Kurssi sisältyy opintopassiin. Kurssimaksuun on mahdollista saada opintotseteliavustusta.

160214 Allas-Lavis®, syksy

Ke 9.15–10.00 11 t 30 €
9.9.–25.11.2026

160216 Allas-Lavis®, kevät

Ke 9.15–10.00 13 t 30 €
13.1.–21.4.2027

160034 Lavatanssin alkeisjatko, syksy

Liuhtarin koulu, sisäänkäynti G-ovesta
Margit Alt
Su 19.15–20.25 9 t 24 €
25.10.–29.11.2026

Jos sinulla on perusaskel hallussa ja eri tanssilajien rytmit ovat tuttuja, olet tervetullut tälle kurssille. Kurssilla luonnollisesti kertaamme myös perusasiat, kiinnitämme huomiota tanssiasentoon, vienti-seuraamiseen sekä opettelemme muutamia peruskuvioita. Lajit ovat samat kuin alkeiskurssilla (foksi, fusku, tango, mahdollisesti myös hidas valssi) eli voit jäädä suoraan jatkamaan tälle toiselle tunnille, jos siltä tuntuu. Laita päällesi vaatteet, joissa sinun on mukava liikkua, liukaspohjaiset kengät ja ota mukaan juomapullo sekä iloinen ja avoin mieli.

160036 Lavatanssin alkeisjatko, kevät

Liuhtarin koulu, sisäänkäynti G-ovesta
Margit Alt
Su 19.15–20.25 19 t 40 €
17.1.–18.4.2027

Katso Lavatanssin alkeisjatko, syksy kurssikuvauks. Lajeina Hidas valssi, bugg, rumba, cha cha, jive.

160040 Flamenco-lauantai

Nuorisotalon sali

Pia Seleste

La 19.9.2026 klo 12.00–16.00

5 t 24 €

Flamenco on liikekieleltään ja rytmikaaltaan yksi upeimmista ja kiehtovimmista tanssilajeista. Kurssille tarvittavat varusteiksi vesipullon ja vaatteet, joissa on mukava liikkua sekä flamencokengät tai kengät, joissa on tukeva 3–5cm korko. Kurssille voi kuitenkin tulla hyvin myös ilman kenkiä tutustumaan flamencon liikekieleen. Kurssi sopii sekä vasta-alokajille että aiemmin tanssineille.

Rivitanssi

Sopii aloittelijoille ja jo hieman tanssineille. Kohottaa kuntoa, parantaa koordinaatiota ja rytmittäjä. Harjoitellaan yksinkertaisia rivitanssikoreografioita, jotka mukautetaan ryhmän taitotason mukaan. Kokoontuu nuorisotalon salissa. Opettajana Heidi Hirvelä. [Opintoseteliavustus.](#)

**160026 Rivitanssi syksy**

To 18.15–19.00 11 t 30 €

10.9.–26.11.2026

160028 Rivitanssi kevät

To 18.15–19.00 13 t 30 €

14.1.–22.4.2027

Zumba

Helppoa, hauskaa ja energistä tanssitreeniä, jossa on vaikutteita mm. merenguesta, salsasta, cumbiasta ja reggaetonista. Tunnilla pääset takuulla irti arjesta. Aikaisempaa osaamista ei tarvita. Tervetuloa tanssimaan! Opettajana Piia Murtomäki.

160402 Zumba®, syksy

Keskuskoulun sali, sisäänkäynti A-ovesta

Ti 18.30–19.30 15 t 40 €

8.9.–24.11.2026

160408 Zumba®, Lakaluoma

Lakaluoman kylätalo

To 19.00–20.00 32 t 53 €

10.9.–26.11.2026, 14.1.–22.4.2027

160404 Zumba®, kevät

Keskuskoulun sali, sisäänkäynti A-ovesta

Ti 18.30–19.30 17 t 40 €

12.1.–20.4.2027

160410 PikkujouluZumba®

Nuorisotalon sali

Piia Murtomäki

Ti 18.30–19.30 4 t 17 €

1.–15.12.2026

160406 Zumba®, Tiistenjoki

Tiistenjoen koulu

To 17.30–18.30 32 t 53 €

10.9.–26.11.2026, 14.1.–22.4.2027

160412 Kesäinen Zumba®

Nuorisotalon sali

To 18.30–19.30 8 t 24 €

6.5.–17.6.2027

Tanssitaan Laurilanpuistossa ja sateen sattuessa nuorisotalon salissa.

Zumba Gold®

Liikumme tuttuja latino-rytmien merkeissä kevennetysti. Zumba Gold on low impact-tunti; tunnilla ei hypitä tai tehdä muuta niveliä rasittavaa. Sopii monenlaisille harrastajalle; niille, joilla on liikkumisen rajoituksia tai enemmän harrastavalle tämä toimii cool down-tuntina. Liikumme tunnilla tanssien ja fiilistellen, aiempaa tanssintaitoa ei vaadita. Kokoontuu lukion peilisalissa. Opettajana Maria Lammi. [Opintoseteliavustus.](#)

**160414 Zumba Gold®, syksy**

Ke 17.30–18.15 15 t 40 €

9.9.–25.11.2026

160416 Zumba Gold®, kevät

Ke 17.30–18.15 17 t 40 €

13.1.–21.4.2027

KOTITALOUS JA PUUTARHA

610302 Hygieniapassi haltuun, kevät

Kulttuurikeskus Vanha Paukku, kieliluokka
Aana Vainio

To 11.3.2027 klo 17.00–21.00

5 t 55 €

Kurssilla opitaan perusasiat elintarvikkeiden puhtaasta ja turvallisesta käsittelystä. Kurssin jälkeen osaamistesti. Kurssimaksu sisältää opetuksen lisäksi opiskelumateriaalin, osaamistestin sekä testin läpäisseille hygieniapassin ja -todistuksen. Testin uusintamahdollisuudesta sovitaan erikseen. Testitilaisuudessa osallistujan on todistettava henkilöisyytensä kuvallisella henkilöisyystodistuksella. Ilmoittaudu viimeistään 26.2.

710400 Perhokalastus

Kulttuurikeskus Vanha Paukku,
luentoluokka

Kari Perämäki

La 11.00–16.00 6 t 24 €

19.9.2026

Perhokalastusta kaikenikäisille aloittelijoille. Heitto, minkälaiset vavat, kelat ja siimat ym. Ensin käydään teoriaa läpi luokassa, sitten tehdään heittoharjoitus Lapuanjoella.

710404 Kerää ja käsittele syötäväksi tarkoitettuja sieniä, marjoja ja yrttejä luonnosta

Kulttuurikeskus Vanha Paukku, Studio
Aana Vainio

Ke 21.4.2027 klo 18.00–20.00

3 t 17 €

Opit huomioimaan keruutuotteiden poimimiseen liittyvät jokaisenoikeudet & -velvollisuudet ja lainsäädännön. Opit milloin, mistä ja miten luonnontuotteita kerätään. Saat tietoa keruutuotteiden käsittelystä, tuotteistamisesta ja myynnistä. Kestävän keruun menetelmät, keruutuotteiden esikäsittely ja muut laatutekijät.

810208 Miehet kokkailee syksyn satoa hyödyntäen

Yläkoulun opetuskeittiö

Tuomo Rinne

Ma 18.00–20.15 9 t 24 €

21.9.–5.10.2026

Teemme kotiruokatyylisiä ruokia käyttäen saatavilla olevaa kalaa, lihaa, kasviksia. Materiaalimaksu 10 € kerta maksetaan opettajalle käteiselä. Kokoontuu kolmena maanantaina 21.9., 28.9., 5.10.

Valmistetaan ruokaa sähköttä

Varaudu sähkökatkoihin ja opettele tekemään ruokaa sähköttä mm. avotulella ja retkikeittimellä. Teemme yhdessä eri tavoin 1–2 lämmintä pääruokaa ja jälkiruokaa. Laktoositon ja gluteeniton ruokavalio otetaan huomioon. Samalla kun syömme aikaansaannoksia, pohdimme oman kotivaran soveltuvuutta sähköttä kokkailuun. Opettajana Aana Vainio.

810210 Valmistetaan ruokaa sähköttä, syksy

Ränkimäen talomuseo

La 12.00–16.00 5 t 17 €

24.10.2026

810212 Valmistetaan ruokaa sähköttä, kevät

Wanha Karhunmäki

La 12.00–16.00 5 t 17 €

3.4.2027

810218 Kokkauskurssi miehille

Yläkoulun opetuskeittiö

Tuomo Rinne

La 14.00–16.30 13 t 30 €

10.4.–5.6.2027

Kurssi sisältyy opintopassiin

Teemme pienen alkuruoan, pääruoan ja kahvi/tee ja jotain pientä makeaa. Materiaalimaksu 10 € kerta maksetaan opettajalle käteisellä. Kokoontuu 10.4., 24.4., 15.5., 5.6.

810220 Fermentointi

Yläkoulun opetuskeittiö

Miiia Saukko

To 17.30–19.45 8 t 24 €

12.–26.11.2026

Oletko kiinnostunut oppimaan erilaisia tapoja säilöä kasvimaan satoa? Haluatko osata fermentoida kasviksia sekä valmistaa itse suolistolle terveellistä hapankaalta, kimchiä, salsaa, kefiiriä tai kombuchaa?

Palasaippuaa ja -shampoota

Tehdään palasaippuaa tai -shampoota perinteisellä menetelmällä. Perusraaka-aineina valmistuksessa käytetään kookosrasvaa, kuivatuista luonnonyrteistä tai kukista tehtyjä uut-teita sekä erilaisia kasviöljyjä ja lipeää. Saippua- /shampooaloja tehdään noin 2 x 300 g. Materiaalimaksu raaka-aineista 40 €. Tarvikelistan lähetetään. Osallistumisen alaikäraja 16 vuotta. Materiaalihankinnan vuoksi sitova ilmoittautuminen kaksi viikkoa ennen kurssia. Opettajana Aana Vainio.

810502 Palasaippuaa ja -shampoota

Yläkoulun opetuskeittiö

Ke 21.10.2026 klo 17.00–21.00 5 t 17 €

810504 Palasaippuaa ja -shampoota juhannukseksi

Kauhajärven koulu

Ma 25.1.2027 klo 17.00–21.00 5 t 17 €

710504 Mehiläistarhauksen alkeet

Kulttuurikeskus Vanha Paukku, monitoimitila

Tomi Suvanto

36 t 53 €

Kurssi antaa aloitteleville tarhaajille valmiudet mehiläistarhauksen aloittamiseen ja hoitamiseen. Kurssilla käsitellään mm. mehiläisen biologiaa ja yhteiskunnan toimintaa, tarhaajan varusteita, pesänhoitoa, hunajan käsittelyä sekä mehiläisten hyvinvointia. Opetus sisältää teoriaa ja käytännön työskentelyä tarhoilla. Saat selkeän ja käytännönläheisen johdatuksen mehiläishoidon perusteisiin. Kurssi kokoontuu kolme kertaa luokassa teoriaopintoja ja kuusi kertaa mehiläistarhalla: Vanhan Paukun monitoimitilassa lauantaisin klo 10.00–15.00:

13.3., 27.3., 17.4.2027

Käytännön harjoitus mehiläistarhalla lauantaisin klo 11.00–13.15:

5.6., 3.7., 17.7., 7.8., 28.8., 11.9.2027

HUOM! Tarhapäivissä on säävaraus. Sateen sattuessa päivää siirretään.



Kuva Wikipedia

TOIMINTAA PALVELUKODEISSA JA SENIORITALOISSA

YHTEISLAULU

Vietetään mukava hetki yhdessä tuttujen laulujen parissa. Yhteislaulu on rentouttavaa ja siitä saa mielen iloiseksi. Yhteislaulua ohjaa Mika Peltoniemi.

834000 Yhteislaulu, Niittykranni

To 11.30–12.15
10.9.–3.12.2026, 21.1.–15.4.2027
Parittomat viikot, joka toinen viikko.

834002 Yhteislaulu, Lepola

To 12.30–13.15
10.9.–3.12.2026, 21.1.–15.4.2027
Parittomat viikot, joka toinen viikko.

834004 Yhteislaulu, Hopearinne

To 13.30–14.15
10.9.–3.12.2026, 21.1.–15.4.2027
Parittomat viikot, joka toinen viikko.

834008 Yhteislaulu, Saarenpääkoti

To 11.30–12.15
3.9.–10.12.2026, 14.1.–8.4.2027
Parilliset viikot, joka toinen viikko.

834010 Yhteislaulu, Seppämestari

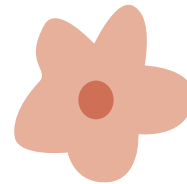
To 12.30–13.15
3.9.–10.12.2026, 14.1.–8.4.2027
Parilliset viikot, joka toinen viikko.

834012 Yhteislaulu, Jokilintu

To 13.30–14.15
3.9.–10.12.2026, 14.1.–8.4.2027
Parilliset viikot, joka toinen viikko.

834006 Yhteislaulu, Myllytupa

To 14.30–15.15
10.9.–10.12.2026, 14.1.–15.4.2027
Kokoontuu viikottain. Ei viikolla 47 eikä 48.



VIRELAVIS

Toteutetaan pääosin istuen ja/tai tuolia apuna käyttäen. Ohjaajana Heidi Hirvelä.

834016 Vanhusten Virelavis, senioritalo Saarenpääkoti

Ma 12.00–12.45
7.9.–23.11.2026, 11.1.–19.4.2027

834020 Vanhusten Virelavis, palvelukoti Jokilintu

Ke 13.30–15.30
9.9.–25.11.2026, 13.1.–21.4.2027

834018 Vanhusten Virelavis, senioritalo Seppämestari

Ma 13.00–13.45
7.9.–23.11.2026, 11.1.–19.4.2027

834022 Vanhusten Virelavis, palvelukoti Myllytupa

Ke 10.30–11.15
9.9.–25.11.2026, 13.1.–21.4.2027

834014 Vanhusten tuolijumppa, palvelukeskus Hopearinne

Palvelukeskus Hopearinne
Pirjo Penttilä
Ke 13.00–15.00
9.9.–25.11.2026,
13.1.–21.4.2027



140008 Iloa kuvan tekemisestä, toimintakeskus Jukantupa

Jukantupa
Minna Rajala
Ke 12.15–13.30 33 t 30 €
16.9.–25.11.2026, 13.1.–31.3.2027 **Opintoseteliavustus**



Tehdään kuvia piirtäen ja maalaten leikkimielisellä otteella. Inspiraationa työskentelyssä ovat omat kiinnostuksen kohteet, erilaiset kuvat, mallit, materiaalit ja kuvittelemalla löytyvä. Luova kuvallinen työskentely, itseilmaisu ja siinä kehittyminen tuo iloa arkeen ja merkityksellisyyden kokemusta elämään. Kurssi on tarkoitettu Jukantuvan toimintakeskuksessa vammaisten työtoimintaan osallistuville.

HARRASTAJAN MUISTILISTA

Ilmoittaudu viimeistään 5 päivää ennen kurssin alkua!

Peru ajoissa - 5 päivää ennen netissä tai toimistossa

Jos kurssi on täynnä, ilmoittaudu jonoon

hanki opintopassi 175 € s.5

Maksa kaikkokortilla tai työnantajaetuuksilla heti, kun kurssi alkaa

Kurssin alkamisesta ei tiedoteta erikseen - vain muutoksista ilmoitetaan tekstiviestillä.



LAPUAN TAIDEKOULU

Kulttuurikeskus Vanha Paukku

Vanhan Paukun tie 1, 62100 Lapua

Puh. 044 438 4533 tai 044 438 4531

Sähköposti: taidekoulu@lapua.fi

Nettisivut: www.lapua.fi/taidekoulu

TAITEEN PERUSOPETUS

KUVATAIDE, KÄSITYÖ, TANSSI, TEATTERI

Lapuan taidekoulu - tilaa luovuudelle ja onnistumisen ilolle

Lapuan taidekoulu on laadukas ja monitaiteinen taidekasvatuksen koti, joka tarjoaa lapsille ja nuorille opetusta kuvataiteessa, käsityössä, tanssissa ja teatterissa.

Opetus noudattaa taiteen perusopetuksen yleistä oppimäärää. Se on tavoitteellista ja etenee vaiheittain oppilaan iän mukaan. Opetussuunnitelma löytyy osoitteesta www.lapua.fi/taidekoulu.

Opinnot ja ilmoittautuminen

Kesto:

Oppitunnit ovat kerran viikossa. 500 tunnin oppimäärän suorittaminen kestää kuvataiteessa, käsityössä ja teatterissa 5–7 vuotta, baletissa 8–10 vuotta. Mukaan voi tulla, vaikka ei suorittaisi koko oppimäärää.

Uudet oppilaat:

Kaikki uudet harrastajat ovat tervetulleita! Voit ilmoittautua myös kesken lukuvuoden, ja vapaita paikkoja täytetään ilmoittautumisjärjestyksessä.

Kurssimaksuavustukset:

Heikentyneen taloudellisen tilanteen tai työttömyyden vuoksi alle 18-vuotiaan oppilaan huoltaja voi anoa kurssimaksuun enintään 50 % avustusta. Vapaamuotoinen hakemus tulee toimittaa kansalaisopiston rehtorille kirjeitse tai sähköpostitse 30.9. mennessä. Varhaisiän opinnot voi maksaa kaikukortilla.



VARHAISIÄN OPINNOT

Varhaisiän opinnoissa tutustutaan taidekoulussa opiskeluun ja harjoitellaan taiteenalojen perustaitoja. Taidetaikureissa opiskellaan kuvataidetta ja käsityötä, Satubaletissa ja Alkeisbaletissa tanssitaidetta. Työskentely on kokonaisvaltaista, toiminnallista ja elämyksellistä.

TAIDETAIKURIT

Varhaisiän opinnot valmentavat taiteen perusopetukseen ja ne on tarkoitettu 5-7 -vuotiaille. Opetusta annetaan 30-40 tuntia lukuvuodessa 1-2 oppituntia viikossa. Opinnot ovat poikkitaiteellista, mielikuvitukseen pohjautuvaa työskentelyä, jossa keskeisintä on leikki ja keksimisen ilo, sekä monipuolisten havaintojen tekeminen. Lapsi harjoittelee kuvataiteen ja käsityön ilmaisutapoja, jolloin hänen motoriset taitonsa, keskittymiskykynsä sekä ryhmässä toimimisen taitonsa kehittyvät. Opettajina Tuija Juppo ja Minna Rajala.

111001 Taidetaikurit A, 5-6 v.

Kulttuurikeskus Vanha Paukku,
kuvataiteen luokka
Pe 16.00–17.00 32 t 85 €
11.9.–27.11.2026, 15.1.–23.4.2027

111003 Taidetaikurit A, 7 v.

Kulttuurikeskus Vanha Paukku,
kuvataiteen luokka
Pe 17.30–18.45 40 t 85 €
11.9.–27.11.2026, 15.1.–23.4.2027

111002 Taidetaikurit B, 5-6 v.

Kulttuurikeskus Vanha Paukku,
askarteluluokka
Pe 16.15–17.15 32 t 85 €
11.9.–27.11.2026, 15.1.–23.4.2027

111004 Taidetaikurit B, 7 v.

Kulttuurikeskus Vanha Paukku,
askarteluluokka
Pe 17.45–19.00 40 t 85 €
11.9.–27.11.2026, 15.1.–23.4.2027

SATUBALETTI

Tervetuloa balettiin ja satujen maailmaan. Tunneilla harjoitellaan helppoja balettiharjoituksia leikin ja lapsen oman luovuuden kautta. Opettelemme ryhmässä toimimista, tutustumme kuuluisiin baletteihin ja kehitämme lapsen liikunnallisia ja tanssillisia perusvalmiuksia. Satubaletti on tarkoitettu vuonna 2021-2022 ja aiemmin syntyneille. Opettajana Emmi Latvala. Kokoontuu Kulttuurikeskus Vanhan Paukun liikuntaluokassa.

111007 Satubaletti Kanervat, 4v.

Ke 16.30–17.15 24 t 63 €
9.9.–25.11.2026, 13.1.–21.4.2027

111009 Satubaletti Vanamot, 5 v.

Ke 17.15–18.00 24 t 63 €
9.9.–25.11.2026, 13.1.–21.4.2027

111011 Alkeisbaletti Orvokit, 6 v.

Kulttuurikeskus Vanha Paukku,
liikuntaluokka
Minja Rantala, Emmi Latvala
Ma 17.00–17.45 24 t 63 €
7.9.–23.11.2026, 11.1.–19.4.2027
Tervetuloa oppimaan baletin alkeita! Tunneilla käytämme luovia ja leikinomaisia keinoja tutustuessamme uusiin asioihin ja liikkeisiin. Tanssiessa kehitämme tasapainoa, ponnistusvoimaa, koordinaatiokykyä ja ryhtiä. Eläydymme ja nautimme tanssin taiaista.

KUVATAITEEN YHTEISET OPINNOT (8–13 -vuotiaat)

Opinnot kehittävät visuaalisen havainnoinnin, ajattelun, ilmaisun, tulkinnan ja arvottamisen taitoja. Niissä tutkitaan kuvan kieltä ja opiskellaan mm. piirustusta, maalausta, grafiikkaa, keramiikka, muotoilua, kuvanveistoa, arkkitehtuuria ja valokuvausta. Kuvataiteen keinoin tutkitaan ihmisenä olemista, eri aikojen ja kulttuureiden taidetta sekä kulttuuriympäristöjä ja luontoa. Opintoihin sisältyy myös sarjakuva-, video- ja elokuva- taidetta sekä ympäristö-, yhteisö- ja performanssitaidetta. Tavoitteena on perustaitojen hankkiminen, taidesuhteen muotoutuminen sekä luovuuden ja ilmaisun tukeminen. Kokoontuu Kulttuurikeskus Vanhan Paukun kuvataiteen luokassa. Materiaalit sisältyvät lukuvuosimaksuun.

111101 Kuvataide 1 A, 8–9 v.

Minna Rajala
Ma 17.45–19.15 50 t 116 €
31.8.–23.11.2026, 11.1.–19.4.2027

111102 Kuvataide 1 B, 8–9 v.

Minna Rajala
Ke 18.15–19.45 50 t 116 €
2.9.–25.11.2026, 13.1.–28.4.2027

111103 Kuvataide 2, 9–10 v.

Minna Rajala
Ti 15.30–17.00 50 t 116 €
1.9.–24.11.2026, 12.1.–20.4.2027

111104 Kuvataide 3 A, 10–11 v.

Minna Rajala
Ma 16.00–17.30 50 t 116 €
31.8.–23.11.2026, 11.1.–19.4.2027

111105 Kuvataide 3 B, 9–10 v.

Minna Rajala, Minna Bengs
To 18.15–19.45 50 t 116 €
3.9.–26.11.2026, 14.1.–22.4.2027

111106 Kuvataide 4, 11–12 v.

Minna Bengs
To 15.30–18.00 75 t 159 €
3.9.–26.11.2026, 14.1.–22.4.2027

111108 Kuvataide 5, 12 v.

Minna Rajala
Ti 17.15–19.45 75 t 159 €
1.9.–24.11.2026, 12.1.–20.4.2027



111110 Lasten kuvataideleiri, 8–11 v.

Kulttuurikeskus Vanha Pauku,
kuvataiteen luokka
Minna Rajala

Ma-to 9.00–12.00 16 t 48 €
7.–10.6.2027

Leirillä piirrämme ja maalaamme teemana luonto. Tutkimme ympäristöä ja tutustumme erilaisiin materiaaleihin. Teemme kuvia myös oman kiinnostuksen pohjalta opetellen uusia ilmaisutapoja. Leiri on tarkoitettu kaikille 8–11-vuotiaille ja osallistumisen voi lukea hyväksi taidekoulun opintoihin. Kurssimaksu sisältää materiaalit.

KÄSITYÖN YHTEISET OPINNOT (8–13 -vuotiaat)

Käsityön yhteisissä opinnoissa tutustutaan monipuolisesti käsityön eri tekniikoihin ja opiskellaan mm. ompelua, kankaanpainantaa, kudontaa, huovutusta, keramiikkaa, lanka- ja puutöiden tekemistä. Opinnoissa tutustutaan eri materiaaleihin ja opetellaan käsityöprosessin hallintaa suunnittelusta viimeistelyyn. Tavoitteena on kehittää oppilaan luovuutta ja ongelmanratkaisutaitoja sekä kannustaa arvostamaan omaa ja toisten käsityötä. Materiaalit sisältyvät lukuvuosimaksuun. Opetusryhmät kokoontuvat Vanhan Paukun tekstiilityöluokassa. Opettajana Tuija Juppo.

111201 Käsityö 1, 8–9 v.

Ke 16.15–17.45 50 t 116 €
2.9.–25.11.2026, 13.1.–21.4.2027

111202 Käsityö 2-3, 9–11 v.

Ti 16.15–17.45 50 t 116 €
1.9.–24.11.2026, 12.1.–20.4.2027

111203 Käsityö 4-5, 11–13 v.

Ma 15.30–18.00 75 t 159 €
31.8.–23.11.2026, 11.1.–19.4.2027



VISUAALISTEN TAITEIDEN, KUVATAITEEN JA KÄSITYÖN TEEMAOPINNOT (13–18 -vuotiaat)

Lasten ja nuorten opinnoissa teemaopinnot aloitetaan pääsääntöisesti aikaisintaan 13-vuotiaina. Lukuvuonna 2026–2027 teemaopinnoissa opintojaan jatkavat visuaalisten taiteiden oppilaat opiskelevat monialaisesti kuvataidetta ja käsityötä. Oppilaat opiskelevat läpi vuoden samassa ryhmässä, mutta usean opettajan ohjauksessa. Ryhmän 100:n tunnin laajuiset opinnot sisältävät periodeina kolme opintokokonaisuutta. Niiden sisältöjä ovat mm. piirustus, taidehistoria, muoti- ja pukusuunnittelu, keramiikka, sarjakuva ja elokuva. Lukuvuoden teemana taidekoulussa on **Juhla** ja sitä lähestytään opinnoissa eri tavoin. Teemaopintojen puitteissa pyritään toteuttamaan myös näyttelyretkiä. Opettajina toimivat Minna Rajala, Tuija Juppo, Anna-Kaarina Perko ja Minna Bengs.

111501 Visuaalisten taiteiden, kuvataiteen ja käsityön teemaopinnot, ryhmä vihreät

Kulttuurikeskus Vanha Paukku,
kuvataiteen luokka
Ke 15.15–18.00 100 t 190 €
2.9.–16.12.2026, 13.1.–12.5.2027
Keskiviikon työpaja-ryhmä Vihreät on 13–14-vuotiaille.

111502 Visuaalisten taiteiden, kuvataiteen ja käsityön teemaopinnot, ryhmä siniset

Kulttuurikeskus Vanha Paukku,
kuvataiteen luokka
To 15.15–18.00 100 t 190 €
3.9.–17.12.2026, 7.1.–29.4.2027
Torstain työpaja-ryhmä Siniset on 14–20-vuotiaille.

TANSSITAITEEN YHTEISET OPINNOT

Tanssitaiteessa yhteisten opintojen tavoitteena on monipuolinen tanssitaiteen perustaitojen omaksuminen, tanssin ilon kokeminen ja tanssin harrastaminen pitkäjänteisesti. Esiintymiset kuuluvat kaikille ryhmille osaksi opintoja lukuvuoden aikana. Katso lähemmin taidekoulun nettisivulta esittely opinnoista. Opettajana Minja Rantala.

111301 Tanssitaide, baletti 1 Tuhkimot, n.7 v.

Kulttuurikeskus Vanha Paukku, liikuntaluokka
Minja Rantala, Emmi Latvala
Ma 16.00–17.00 40 t 85 €
31.8.–7.12.2026, 11.1.–10.5.2027

Ryhmä on jatkoa viime vuoden alkeisbaletti -ryhmälle. Balettiharjoituksissa edetään baletin 1- luokan harjoituksiin. Tanssitaiteen perusopetuksessa kehität tasapainoasi, ryhtiäsi ja notkeuttasi, oppien samalla tanssitaiteen perustaitoja iloisesti ja monipuolisesti. Tanssitaide 1 tason suorittaminen aloittaa taiteen perusopetuksen tanssitaiteen yhteiset opinnot.

111302 Tanssitaide, baletti 2 Lumikit

Kulttuurikeskus Vanha Paukku, Työkalutehtaan tanssisali
Minja Rantala, Emmi Latvala
Ke 16.00–17.00 40 t 85 €
2.9.–9.12.2026, 13.1.–12.5.2027

Ryhmä on jatkoa aiemmin balettia harrastaneille oppilaille, myös uudet n. 8-vuotiaat voivat tulla mukaan baletin harrastamisen pariin. Yhdessä oppien tunneilla nautitaan musiikin ja liikkeen estetiikasta, koetaan esiintymisen riemua ja harjoitellaan baletin tekniikkaa.

111303 Tanssitaide, baletti 2 Ruususet

Kulttuurikeskus Vanha Paukku, Työkalutehtaan tanssisali
Rantala Minja
Ti 16.30–17.30 40 t 85 €
1.9.–8.12.2026, 12.1.–11.5.2027
(Sisältö sama kuin Tanssitaide, baletti 2 Lumikit)

111305 Tanssitaide, baletti 3, n.9 v.

Kulttuurikeskus Vanha Paukku, Työkalutehtaan tanssisali
Minja Rantala, Emmi Latvala
To 16.30–17.30 40 t 85 €
3.9.–10.12.2026, 7.1.–13.5.2027

Ryhmä on jatkoa viime vuoden baletti 2 -ryhmille, myös uudet oppilaat voivat tulla mukaan baletin harrastamisen pariin. Balettiharjoituksissa edetään baletin 3- luokan harjoituksiin. Tunneilla nautitaan musiikin ja liikkeen estetiikasta, koetaan esiintymisen riemua ja harjoitellaan baletin tekniikkaa.

111308 Tanssitaide, baletti 4, 11–12 v.

Kulttuurikeskus Vanha Paukku, Työkalutehtaan tanssisali
Minja Rantala, Emmi Latvala
Ke 17.00–18.30 60 t 127 €
2.9.–9.12.2026, 13.1.–12.5.2027

Ryhmä on jatkoa viime vuoden baletti 3 -ryhmälle. Balettiharjoituksissa edetään baletin 4- luokan harjoituksiin ja kehitetään ilmaisua ja tanssillisuutta sekä voimaa ja vevyyttä.

111309 Tanssitaide, baletti 5, n.11 v.

Kulttuurikeskus Vanha Paukku, Työkalutehtaan tanssisali
Minja Rantala, Emmi Latvala
Ke 18.30–20.00 60 t 127 €
31.8.–9.12.2026, 13.1.–12.5.2027

Ryhmä on jatkoa viime vuoden baletti 4 -ryhmälle. Balettiharjoituksissa edetään baletin 5- luokan harjoituksiin ja aloitetaan kärkitossuharjoittelu. Tanssitaiteen perusopetuksessa kehität tasapainoasi, ryhtiäsi ja notkeuttasi, oppien samalla tanssitaiteen perustaitoja iloisesti ja monipuolisesti.

111312 Tanssitaide, baletti 6

Kulttuurikeskus Vanha Pauku, Työkalutehtaan tanssisali

Minja Rantala, Emmi Latvala

Ma 18.00–19.30 60 t 127 €

31.8.–7.12.2026, 11.1.–10.5.2027

Ryhmä on jatkoa viime vuoden baletti 5

-ryhmälle. Etenemme balettiharjoituksissa eteenpäin ryhmän tason mukaan ja kehitämme mm. kärkitossutekniikkaa, liikkuvuutta ja ilmaisun taitoa aiemman pohjalta. Katso lähemmin taidekoulun nettisivulta esittely opinnoista.

Showjazz-
kurssit sivulla 55
voi hyväksilukea osaksi
Lapuan taidekoulun
opintoja.

TANSSITAITEEN TEEMAOPINNOT

Opetusryhmät kokoontuvat Vanhan Paukun liikuntaluokassa. Opettajana Minja Rantala.

111507 Tanssitaide, Baletti 7-8

Kulttuurikeskus Vanha Pauku,

Työkalutehtaan tanssisali

Minja Rantala, Emmi Latvala

Ti 17.30–19.00 60 t 127 €

1.9.–1.12.2026, 12.1.–11.5.2027

Ryhmä on jatkoa taidekoulun viime vuoden ryhmille baletti 6 ja 7. Kurssi on osa oppilaiden syventäviä tanssin opintoja.

111508 Tanssitaide, Baletin jatko 1

Kulttuurikeskus Vanha Pauku,

Työkalutehtaan tanssisali

Minja Rantala, Emmi Latvala

To 17.30–19.00 60 t 127 €

3.9.–10.12.2026, 7.1.–13.5.2027

Ryhmä on jatkoa taidekoulun viime vuoden ryhmälle baletti 8. Kurssi on osa oppilaiden syventäviä tanssin opintoja.

111509 Tanssitaide, Baletin jatko 2

Kulttuurikeskus Vanha Pauku,

Työkalutehtaan tanssisali

Minja Rantala

Ti 19.00–20.30 60 t 127 €

1.9.–8.12.2026, 12.1.–11.5.2027

Ryhmä on on osa taidekoulun syventäviä opintoja ja jatkaa edellisen vuoden pohjalta. Balettiharjoituksissa kehitämme mm. kärkitossutekniikkaa, notkeutta ja liikkuvuutta sekä ilmaisun taitoa aiemman pohjalta.



TEATTERITAITEEN YHTEISET OPINNOT (8–16 -vuotiaat)

Teatteritaiteen opinnoissa ohjataan oppilasta kehittämään omaa ilmaisuaan rennossa ilmapiirissä. Kurssilla harjoitellaan vuorovaikutus- ja ryhmätaitoja. Oppitunneilla tehdään erilaisia ilmaisharjoituksia (mm. teatterileikkejä, improvisaatioita, pikkunäytelmiä) ja harjoitellaan mahdollisia esiintymistilanteita varten. Harjoitteiden ohella tutustutaan teatteritaiteen ja näyttämöilmaisun perusteisiin. Joka vuosi oppilaat saavat halutessaan esiintyä yleisölle vähintään yhdessä produktiossa. Opetusryhmät kokoontuvat Nuorisotalon salissa.

111401 Teatteritaide 2–3, 8–12 v.

Ke 16.00–17.30 50 t 95 €

2.9.–25.11.2026, 13.1.–21.4.2027

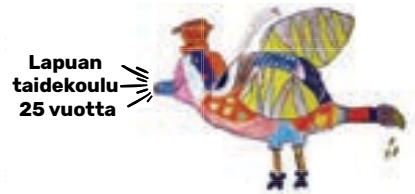
111402 Teatteritaide 4–5, 13–16 v.

Ke 17.30–20.00 75 t 143 €

2.9.–25.11.2026, 13.1.–21.4.2027

LAPUAN TAIDEKOULUN LUKUJÄRJESTYS 2026-2027

MAANANTAI	TIISTAI	KESKIVIIKKO	TORSTAI	PERJANTAI
Kuvataide 3 A 10-11 v. 16.00-17.30	Kuvataide 2 9-10 v. 15.30-17.00	Teemaopinnot Vihreät 15.15-18.00	Teemaopinnot Siniset 15.15-18.00	Taidetaikurit A 5-6 v. 16.00-17.00
Kuvataide 1 A 8-9 v. 17.45-19.15	Kuvataide 5 12 v. 17.15-19.45	Kuvataide 1 B 8-9 v. 18.15-19.45	Kuvataide 4 11-12 v. 15.30-18.00	Taidetaikurit A 7 v. 17.30-18.45
Käsityö 4-5 11-13 v. 15.30-18.00	Käsityö 2-3 9-11 v. 16.15-17.45	Käsityö 1 8-9 v. 16.15-17.45	Kuvataide 3 B 9-10 v. 18.15-19.45	Taidetaikurit B 5-6 v. 16.15-17.15
Tanssitaide Baletti 1 Tuhkimot n. 7 v. 16.00-17.00	Tanssitaide Baletti 2 Ruususet n. 8 v. 16.30-17.30	Tanssitaide Baletti 2 Lumikit n. 8 v. 16.00-17.00	Tanssitaide Baletti 3 n. 9 v. 16.30-17.30	Taidetaikurit B 7 v. 17.45-19.00
Alkeisbaletti Orvokit 6 v. 17.00-17.45	Tanssitaide Baletti 7-8 17.30-19.00	Satubaletti Kanervat 4 v. 16.30-17.15	Tanssitaide Baletin jatko 1 17.30-19.00	
Tanssitaide Baletti 6 18.00-19.30	Tanssitaide Baletin jatko 2 19.00-20.30	Tanssitaide Baletti 4 11-12 v. 17.00-18.30		
		Satubaletti Vanamot 5 v. 17.15-18.00		
		Tanssitaide Baletti 5 n. 11 v. 18.30-20.00		
		Teatteritaide 2-3 8-12 v. 16.00-17.30		
		Teatteritaide 4-5 13-16 v. 17.30-20.00		



Lapuan
taidekoulu
25 vuotta



LAPUAN MUSIIKKIOPISTO

- soiton juhlaa!

Lapuan musiikkiopisto tarjoaa korkeatasoista taiteen perusopetuksen musiikin opetusta. Soitto- ja lauluopintoihin, muskariin ja aikuisten yhteismusisointiin on jatkuva haku. Paikat täytetään ilmoittautumisjärjestyksessä. Ilmoittaudu mukaan nyt!

Ilmoittautuminen on helppoa!
Sähköiset lomakkeet löytyvät verkkosivuiltamme lapua.fi/musiikkiopisto

Musiikkiharrastuksen aloittaminen on vain klikkauksen päässä. Tervetuloa mukaan!

Lapsi nauttii musiikista - tule muskariin!

Muskari on osa musiikin alkupolkua. Muskarissa soitetaan, lauletaan, liikutaan, kuunnellaan ja leikitään musiikin ympärillä muita taiteenlajeja yhdistellen.

Perheryhmiin (0–3 v) osallistutaan yhdessä vanhemman kanssa. Musiikkileikki- ja/tai soitinryhmiin (4–6 v) sekä soitinkaruselliin (7–8 v) lapsi osallistuu itsenäisesti.

Ajantasainen lukujärjestys löytyy some- ja verkkosivuiltamme. Ilmoittaudu mukaan lapua.fi/musiikkiopisto

Soittotaito on tulevaisuuden pääomaa – opi uusi taito!

Opistossamme voi opiskella 22 eri soitintalua. Oppilaanamme käyt viikoittain yksilöopetuksessa soittotunnilla sekä musiikin hahmotusaineiden opetuksessa Nuottipajassa ja/tai Mupessa. Lisäksi pääset soittamaan orkesterissa, bändissä tai muussa yhteissoittoryhmässä.

Esiintyminen yhdessä ja yksin tuo iloa arkeen! Soittaminen kehittää keskittymiskykyä ja tukee kaikkea oppimista, kasvua ja kehitystä.

Aikuisten yhteismusisointi

Kaipaatko yhteissoittoa ja aiemmin hankitun soittotaidon herättelyä? Musiikkiopistossa aikuisten yhteismusisointiin voi ilmoittautua mukaan kuka tahansa. Aikuisten orkesteri soittaa viihteellisempää sisältöä ammattipedagogien ohjauksessa, puhallinorkesterissa tarjolla on monipuolista puhallinmusiikkia. Nuotinlukutaito vaaditaan molempiin. Mukaan voi ilmoittautua jokainen kiinnostunut!

Haluatko tietää lisää?

Seuraa meitä somessa!
Lue lisää verkkosivuiltamme ja tule mukaan lapua.fi/musiikkiopisto

Vastaamme ja neuvomme miehellämme:

Rehtori
Riina Holkkola
p. 044 4384 540
riina.holkkola@lapua.fi

Toimistos sihteeri
Anu Anttila
p. 044 4384 541
anu.anttila@lapua.fi





-ruoki kulttuurinälkäsi- KULTTUURIKESKUS VANHA PAUKKU

KULTTUURIKESKUS VANHA PAUKKU

Kulttuuripäällikkö **Heli Talvitie**
+358 (0)4 438 4510

Kulttuurisihteeri **Tuula Ylisaari**
+358 (0)44 438 4584

Myyntisihteeri **Ruut Lehto**
+358 (0)44 438 4582

LAPUAN KAUPUNGIN INFOPISTE

Palvelusihteeri **Sanna Kallioniemi**
+358 (0)6 438 4111

Vahtimestari **Hanna Peltotupa**
+358 (0)44 438 4515

Kulttuurikeskuksen Infopisteessä KELA:n
asiointipiste ti 11–16, etäpiste klo 11–15

LAPUAN KAUPUNGIN MUSEOT

Intendentti **Ritva Pulkkinen**
+358 (0)44 438 4580

Amanuenssi **Mikko Valo**
+ 358 (0)44 438 4759

Museolehtori **Kirsi-Maria Tuomisto**
+358 (0)44 438 4477

www.vanhapaukku.fi

www.lapuantaidemuseo.fi

www.visitlapua.fi

etunimi.sukunimi@lapua.fi

visit@lapua.fi

PATRUUNAGALLERIA

Kulttuurikeskus Vanhassa Paukussa sijaitsevassa Patruunagalleriassa järjestetään vaihtuvia taide- ja valokuvanäyttelyitä.

Lapuan kaupungin kulttuuripalvelut valitsee Patruunagallerian näyttelyt hakemusten perusteella. Ammattitaiteilijoiden lisäksi galleriaa vuokrataan mahdollisuuksien mukaan myös harrastajataiteilijoille.

Patruunagalleria avoinna
ma–to 11–19, pe 11–17 ja la 11–15.
Vapaa pääsy.

Kulttuuripalvelut järjestää vaihtuvia näyttelyitä myös Palvelukeskus Hopearinteessä ja Seniorikeskus Saarenpääkodissa. Taiteilijat saavat palvelutalojen taidetilan korvauksetta käyttöönsä ja tiloja voivat tiedustella sekä ammattitaiteilijat että harrastajat.

Näyttelyt nähtävissä
www.lapua.fi/tapahtumat

Tiedustelut 044 4384 584

anna taiteen ja kulttuuri- historian koskettaa

Pyhälähden valokuvaamomuseo esittelee vuosina 1900–1980 toimineen perhevalokuvaamon historiaa, esineistöä ja kuva-arkistoa. Pyhälähden kuviin on tallentunut kansallisesti merkittäviä historiallisia tapahtumia ja maaseutuelämää arjesta juhlaan.

Lapuan patruunatehtaan museo talentaa ja esittelee yli satavuotiaan tehtaan työtä ja tapahtumia 1920-luvulta nykypäivään. Entisessä patruunatehtaan tehdassalissa sijaitseva perusnäyttely on uudistettu vuonna 2025.

LAPUAN TAIDEMUSEO

Lapuan taidemuseo juhlistaa kaksikymmentavuotista taivaltaan työn merkeissä esitellen monipuolisesti taidetta ja taiteilijoita. 1.10.2026 tulee 20 vuotta taidemuseon ensimmäisen näyttelyn avajaisista.

Lapuan taidemuseo on nykytaiteen museo, joka esittelee kolmesti vuodessa vaihtuvissa näyttelyissään kuvataidetta laaja-alaisesti. Erilaisiin teemoihin ja aihepiireihin keskittyvien vaihtuvien näyttelyiden lisäksi esitetään taidemuseon kokoelmista rakennettuja kokonaisuuksia. Lapuan taidemuseo tarjoaa monipuolista museo-opetusta kaikenikäisille ja -kokoisille ryhmille.

Tiedustelut 044 438 4477

Taidemuseossa palvelee museokauppa, jonka valikoimasta löytyy kirjoja, kortteja, koruja sekä matkamustoesineitä ja lahjatavaroita.

Tiedustelut 044 438 4520

**Avoinna ke–pe 11–17, la 11–15
Vapaa pääsy**



HELEMI on Lapuan historian ja kulttuuriperinnön sähköinen tietokanta. Lähde tutkimismatkalle osoitteessa lapuanhelemi.fi.

Lapuanliikkeen museo esittelee suomalaisen oikeistoradikalismien historiaa (1929–1944) lapuanliikkeen synnystä Isänmaallisen kansanliikkeen lakkauttamiseen.



LYIJYLANKAOSASTO

Lyijylankaosaston luova yhteisö sijaitsee joen puolella Lapuan Taidemuseon vieressä. Lyijäriltä voit vuokrata tilaa esim. taiteelliseen työskentelyyn.

VANHAN PAUKUN INFOPISTE ON MONIPUOLINEN PALVELUPISTE

Lapuan kaupungin neuvontapalvelut on keskitetty Kulttuurikeskus Vanhaan Paukuun. Palvelusihteeri palvelee kulttuurikeskuksen infopisteessä, jonka yhteydessä on myös kaupungin sähköinen ilmoitustaulu. Lapuan kaupungin matkailutoimistonakin toimivasta infopisteestä saat tietoa kulttuurikeskuksen ja kaupungin tapahtumista.

Infopisteestä voit tiedustella ja varata ryhmäopastuksia, Vanhan Paukun kokouspaketteja ja -tiloja sekä kaupunkiopastuksia. Lisäksi infopiste toimii Kelan asiointipisteenä ti 11–16.

Tiedustelut: 044 438 4582, visit@lapua.fi

Tilavaraukset netissä: lapua.tilamisu.fi



Seuraa lapualaisia tapahtumia kaupungin nettisivuilta
tai ilmoita omasi mukaan: www.lapua.fi/tapahtumat



Vanha Pauku kulttuuri- ja yrityskeskus
Lapuan Taidemuseo



kulttuurikeskusvanhapauku
lapuantaidemuseo





KIRJASTO

AUKIOLOAJAT JA YHTEYSTIEDOT

Lapualla kirjaston toimipisteitä ovat pääkirjasto, Tiistenjoen sivukirjasto ja kirjastoauto. Pääkirjasto sijaitsee Vanhan Paukun kulttuurikeskuksessa, Vanhan Paukun tie 1. Tiistenjoen sivukirjasto sijaitsee Tiisten alakoululla, Paavolantie 7. Kirjastoauto pysähtyy Lapuan jokaisella alakoululla, poislukien Tiistenjoki. Päiväkotien yhteydessä on pysäkki.

Pääkirjasto ja lehtilukusali ovat avoinna normaalisti ma-to klo 11–19 pe 11–17 la klo 11–15 (1.9.–30.4.) Omatoimikirjasto joka päivä kello 9–21. Omatoimikirjaston käyttö vaatii sopimuksen. Henkilökunta ohjeistaa palvelun käytössä – kysy lisätietoja. Aattopäivistä ja muista poikkeavista aukioloajoista ilmoitetaan erikseen. Puh. 044 438 4571 / lainaus kirjasto@lapua.fi

Tiistenjoen kirjasto on avoinna ma 11.30–19.00. Puh. 044 438 4577 Kirjastoauton aikataulu löytyy netistä. Reittien aikataulut vaihtelevat parillisina ja parittomina viikkoina. Puh. 044 438 4766 kirjastoauto@lapua.fi

KIRJASTO INTERNETISSÄ

Kotisivu <https://lapua.fi/kirjasto/> Eepos-kirjastojen yhteiseen verkkokirjastoon pääset täältä <https://eepos.finna.fi/> Oman kirjaston varaukset ovat ilmaisia, mutta seutuvarauksista perimme 2 €. Yhdellä kirjastokortilla voit lainata ja palauttaa 22 kunnan kirjastoaineistoja mihin tahansa Eepos-kirjastoon.

E-KIRJASTO, MUUT E-AINEISTOT JA DIGIOPASTUS

Kirjasto tarjoaa asiakkaille monenlaisia e-aineistoja, kuten e-kirjoja, e-äänikirjoja ja e-lehtiä.



Kuntien yhteisestä E-kirjastosta voit lainata e-kirjoja ja äänikirjoja suomeksi, ruotsiksi ja englanniksi, myös muilla kielillä. Lisäksi palvelussa on kotimaisia aikakauslehtiä. Palvelua pääsee käyttämään E-kirjasto-mobiili-sovelluksella ja selainkäyttöliittymällä. Palvelun tuottavat Kansalliskirjasto ja yleiset kirjastot yhteistyössä. Käy tutustumassa E-kirjastoon.

ePress sanomalehdet-palvelussa on monipuolinen valikoima suomalaisia sanomalehtiä kuten Ilkka-Pohjalainen, Helsingin sanomat, Aamulehti, Kaleva ja Turun sanomat. ePress-lehtipalvelut ovat käytettävissä vain kirjaston asiakastietokoneella.



Elokuvia voit katsoa Cineast-suoratoistopalvelussa. Palvelun käyttämiseen tarvitset kirjastokortin ja pin-koodin, samat joita käytetään Eepos-verkkokirjastossa. Lainauksen jälkeen elokuva on katsottavissa 48 tuntia. Laina palautuu automaattisesti. Voit lainata palvelusta enintään viisi elokuvaa kuukaudessa.

Musiikkia voit kuunnella Naxos Music Library- ja Naxos Music Jazz-palveluissa. Sointinopastuskursseja löydät Rockway -palve-

lusta. Vieraskielisiä äänikirjoja pääset kuuntelemaan Naxos Spoken Word Libraryssa. Kaikki yhteisen Eepos-kirjastokimpan e-aineistot löydät verkkokirjastosta osoitteesta <https://eepos.finna.fi/Content/eaineistot>

Kirjastosta voit varata ajan henkilökohtaiseen digiopastukseen, jolloin saat opastusta omien laitteiden käyttämisen pulmiin tai e-aineistojen käyttämiseen. Varaa aika ja ota oma laite mukaan, niin selvitellään ongelmia yhdessä!

LUKUPIIRIT

Kirjastossa toimii kaksi lukupiiriä tulevana lukuvuotena. Kirjaklubi ja Äijien lukupiiri jatkavat toimintaansa. Uudet jäsenet ovat tervetulleita lukupiireihin lukemaan ja keskustelemaan kiinnostavista kirjoista. Lukupiirien kokoontumisista ja luettavista kirjoista saa tietoa kirjastosta. Kirjaston henkilökunta auttaa lukupiirissä luettavien kirjojen hankkimisessa.

MUUTAKIN KUIN KIRJOJA

Kirjat muodostavat luonnollisesti suurimman osan kirjaston kokoelmasta, mutta kirjastosta voit löytää paljon muutakin. Musiikkiosastolla on levyjä laidasta laitaan kattaen monipuolisesti erilaisia musiikkigenrejä. Kirjastomme elokuvakokoelmasta löydät ajankohtaisia uutuuksia ja mielenkiintoisia menneiden vuosikymmenien klassikoita DVD- ja Blu-ray-muodossa. Konsolipelikokoelmasta löydät pelejä eri konsoleille kuten PS4, PS5, Wii, Wii U, Xbox One ja Nintendo Switch vanhempien konsoleiden pelejä tietenkään unohtamatta.

Kirjastossa on lainattavissa myös lautapelejä, kirjastokasseja, energiakulutusmittareita, roskapihtejä ja frisbeegolfkiekkoasettejä. Pääkirjastossa on langaton verkko (WLAN) ja käytettävissä asiakastietokoneita, lisäksi kopiointi, tulostus ja skannaaminen ovat mahdollista. Asiakkaat voivat varata kahta tutkijanhuonetta tutkimus- ja opiskelukäyttöön sekä äänieristettyä työskentelytilaa Boxia.

OTA KOPPI 2026–2027

Kammari-tilaa voi varata pienimuotoisiin taidenäyttelyihin tai työpajoihin.

Kysy lisää asiakaspalvelusta.

PALVELUT LUKEMIS- JA LIIKUNTA-ESTEISILLE JA SENIORIPISTE

Kirjastoon on hankittu erilaisia lukemista, kirjoittamista, keskittymistä ja oppimista tukevia apuvälineitä. Oppimisen apuvälineistä saat tukea arkeen, opintoihin ja työelämään.

Saavutettavuuskirjasto Celian kirjoja voivat käyttää kaikki, joille tavallisen kirjan lukeminen on lukivaikkeen, sairauden, vamman tai vastaavan syyn vuoksi vaikeaa. Celian asiakkaaksi voi liittyä kirjastossa tai koulussa.

Kirjastoon hankitaan selkokirjoja asiakaille, joille tavallisen tekstin lukeminen on vaikeaa tai jotka opiskelevat suomen kieltä. Selkokirjat ovat rakenteeltaan ja sanastoltaan helpompaa tekstiä.

Jos sairauden tai liikuntaesteen takia et pääse kirjastoon, voit pyytää kirjaston kotipalvelua tuomaan lukemista tai muuta kirjaston aineistoa. Kirjastonhoitajat pitävät palvelulaitoksissa lukutuokioita, kaverikoirat käyvät sovitusti kertoina vierailuilla ja lainattavia siirtokokoelmia vaihdetaan säännöllisesti. Kirjaston Senioripisteessä on ikäihmisille sopivia virikeaineistoja.

LAPSILLE JA KOULULAISILLE

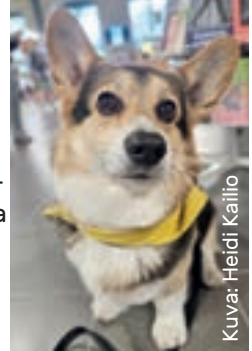
Satutuokioita kerran kuussa, joka kuun viimeinen torstai klo 9.30–10 kirjaston satunurkkauksessa. Tervetuloa satujen maagiseen maailmaan! Teemapäivinä on monenlaisia tapahtumia, tietovisoja, äänestyksiä ja näyttelyitä. Koululuokkien kirjastovierailuilla tutustutaan kirjastoon, opetetaan tiedonhakua ja kirjavinkkaillaan.

Lukukoirille on tarjolla 15 minuutin lukutuokioita, joten seuraa kirjaston ilmoittelusta milloin lukukoira on paikalla.

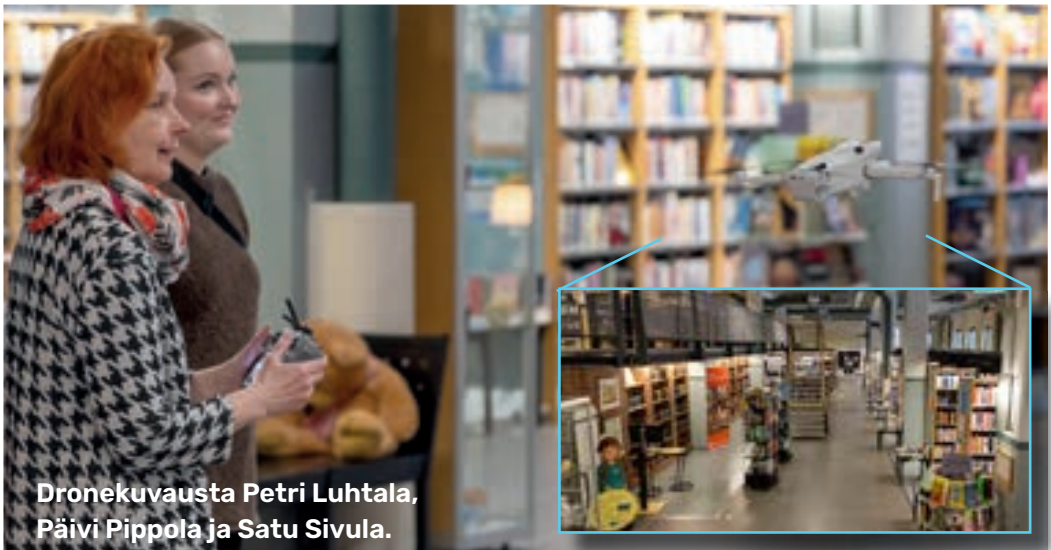
Kaikenikäisiä innostetaan kirjallisuuden ja tiedon pariin kirjailijavierailuilla, kirjavinkkauksilla, erilaisilla lukukampanjoilla, vaihtuvilla kirjanäyttelyillä ja yhteisten hankkeiden avulla.

Lapuan kaupunginkirjasto on toiminnut 30 vuotta Vanhassa Paukussa 20.10. Juhlavuosi näkyy jotenkin toiminnassa. Seuraa meitä somessa. Kirjasto – mukana kaikissa elämäntilanteissa ja monipuolinen lututaito osana arjen hallintaa.

Tervetuloa kirjastoon!



Kuva: Heidi Kallio



Dronekuvausta Petri Luhtala, Päivi Pippola ja Satu Sivula.

LIIKUNTAPALVELUT

YHTEYSTIEDOT

SISÄLIIKUNTAPAIKAT

www.lapua.fi

Sähköiseen tilavaraukseemme pääset liikuntapalveluiden nettisivulta.

Olemme myös facebookissa ja instagramissa

Urheilutalo & Virkistysuimala Sateenkaari, palvelupiste p. 044-4384 593
Urheilukatu 6, Lapua

E-mail:
etunimi.sukunimi@lapua.fi

Liikunta- ja nuorisotoimenpäällikkö Niko Savinainen
p. 044 4384 590

Erityisryhmien liikunnanohjaaja Anu Kortesoja,
p. 044 4384 595

Hyvinvointiohjaaja Heli Hyvärinen-Näykki,
p. 044 4384 569

Liikuntapaikkamestari Harri Näykki,
p. 044 4384 591

Liikuntapaikkojen hoitajat Janne Ervasti,
p. 044 4384 597
Jani Nurmenniemi
p. 044 4384 599

Patruuna-Areena Kustaa Tiitun Tie 12, Lapua

ULKOLIIKUNTAPAIKAT

Ulkoliikuntapaikkojen hoito (jäähalli, kentät, kuntoradat, hiihto- ja luistelalueet)

Liikuntapaikkamestari Seppo Pohjonen
p. 044 438 4716

Ulkoliikuntapaikkojen päivystysnumero
p. 050 471 2216
ulkoliikuntapaikat@lapua.fi

Kentänhoitajat Pasi Harju p. 050 524 2983
Tapio Hovila p. 044 4384 596

Jäähalli (käyntiosoite)
Kouluojankatu 5, Lapua

VIRKISTYSUIMALA SATEENKAARI

Urheilukatu 6, 62100 Lapua
sateenkaari@lapua.fi
Puh. 044 4384 593
www.lapua.fi

Uimahallimaksut:

aikuinen 6,50 €
eläkeläiset, invalidit, työttömät 4 €
opiskelijat, varusmiehet 4 €
lapset 6–17 v. 4.00 €
Saatavilla myös:
* Kertalippuja, kuukausikortteja ja vuosikortteja
Korttimaksu: 5 €

Ajantasainen hinnasto nettisivuillamme tai saatavilla palvelupisteeltä.

Huomioithan, että kertaliput, sarjaliput, kk-kortit ja vuosikortit eivät ole voimassa enää uudessa uimahallissa.

Maksavan aikuisen seurassa alle 6v. lapset maksutta.

Smartum, Epassi ja Edenred käyvät myös maksuvälineenä.

Avoinna: To 6.8. alkaen ma-pe: klo 8.00–21.00
la: klo 12.00–18.00
su: elokuun sunnuntait suljettu. 6.9. alkaen klo 12–18.
Tiistaisin avaamme klo 6.00 1.9. alkaen.
* palvelupiste suljetaan tuntia ennen aukioloajan päättymistä
* Poikkeavista aukioloajoista tiedotamme erikseen netti- ja facebook-sivuillemme ja ilmoitustaululla.

OHJATUT LIIKUNTARYHMÄT

Ryhmät alkavat ma 17.8.2026. Ryhmiin ei ole ennakoilmoittautumisia.

KAUSIMAKSUT : Jumppa 45 min = 25 €, KERTAMAKSU: 3.50 €/jumppa
KUNTOSALIMAKSU: Ohjattuihin kuntosaliryhmiin uimahallimaksulla (6.50 € tai 4.00 €) tai sarjalipulla/kuukausikortilla
Patruuna Areenan kuntosaliryhmiin 3.50 €/kerta. Sarjalippuja voit lunastaa uimahallin palvelupisteestä.

VESILIIKUNTARYHMÄT: Uimahallimaksu, voit osallistua yhteen ohjattuun vesiliikuntaryhmään. Ei ennakoilmoittautumisia!
Lisätietoja: <https://lapua.fi/kulttuuri-vaapa-aika-ja-matkailu/liikuntapalvelut/ohjattu-liikunta/>
Erityisryhmien liikunnanohjaajat
Anu Kortesoja p. 044 4384 595
Heli Hyvärinen-Näykki p. 044 4384 569
Palvelupiste p. 044 438 4593

LIIKUNTARYHMIEN LUKUJÄRJESTYS SYKSY 2026–KEVÄT 2027

Maanantai	Tiistai	Keskiviikko	Torstai	Perjantai
	Kuntosali 60+ 9 -9.50			Kuntosali 60+ 9 – 9.50
Kuntosali naiset ja miehet Patruuna-Areena 10 – 10.50	Kuntosali 60+ 10.15 – 11.05		Kuntosali naiset ja miehet Patruuna-Areena 10 – 10.50	Kuntosali 60+ 10.15 – 11.05
Ikääntyvien kevyt jumppa 11 - 11.45	Vesivoimistelu 11.30 – 12.00		Ikääntyvien kuntojumppa 11.00 – 11.45	Vesivoimistelu 11.30 – 12.00
	Kauhajärvi Tuolijumppa 10 – 10.45		Kevyt Tuolijumppa Urheilutalon sali 12 – 12.45	
Soveltavan aikuisen liikuntaryhmä Saarenpäänkoti ks. 13 – 13.45 Ilmoittautuminen Anulle!			Vesivyojumppa 13 – 13.30	
Vesivoimistelu 14.30 – 15.00	Kuntosali naiset ja miehet klo 14 – 14.50		Vesivoimistelu kevyt 14.30 – 15.00	
	Tiistenjoki Tuolijumppa 14.30 – 15.15	Omaishoitajien/ hoidettavien liikuntaryhmä Saarenpäänkoti ks. 14.30 – 15.30 Ilmoittautuminen Anulle!	Hellanmaan Tuolijumppa 14.15 – 15.00	
Vesivyojumppa 16.15 – 16.45			Miesten vesijumppa 15.30 – 16.00	

Aloitus 17.8.2026 alkaen.

Uimahalli	Tuolijumppat	Kuntosali	Painisali	Liikuntasali	Patruuna-areena	Saarenpäänkoti ks
-----------	--------------	-----------	-----------	--------------	-----------------	-------------------

Lisätietoja: Anu Kortesoja p. 044 4384595, anu.kortesoja@lapua.fi

Heli Hyvärinen-Näykki p.044 4384 569

Palvelupiste p. 044 4384 593

VERTAISOHJAAJIEN OHJAAMAT RYHMÄT

Liikuntaryhmä +65 Patruuna Areenalla

Ryhmä kokoontuu parillisten viikkojen tiistaisin klo 12 -13 Patruuna Areenalla. Maksuton ryhmä.

Syksyn 2026 kokoontumiskerrat: 15.9.,29.9., 13.10.,27.10.,10.11.,24.11. ja 8.12.

Tunnin alussa kävellään omaan tahtiin tekonurmella tai juoksuradalla. Mukaan voit ottaa liikkumisen apuvälineen tarvittaessa. Kävelyn jälkeen on eritasoisia, vertaisohjaajien ohjaamia jumppia. Yksi jumpista on tuolijumppa. Näiden lisäksi kävelyfutis ryhmä. Mukaan tarvitset liikkumiseen sopivan vaa-



tetuksen (hallissa on vähän viileämpi) ja lenkkarit. Tervetuloa mukavaan yhteiseen liikkumishetkeen!

Ikiliikkujat Kävelyyvuoro

parittomien viikkojen tiistaisin klo 12 - 13. Kaikille avoin, maksuton vuoro. Aloitus 8.9. eteenpäin.

Voit tulla kävelemään tekonurmelle omaan sopivaan tahtiin yksin tai yhdessä ystävien kanssa.

Vire-lavis kokoontuu joka toinen keskiviikko (parillisten viikkojen) klo 11.00–12.00 Lapuan nuorisotalon salissa. Maksuton ryhmä. Syyskausi alkaa 2.9.2026

- Vire-lavis pohjautuu Lavis-lavatanssi-jumppaan ja on siitä sovellettu versio henkilöille, joilla on sairauden, vamman tai muun syyn vuoksi toimintakyvyn rajoituksia. Vire-lavis toteutetaan pääosin istuen ja/tai tuolia apuna käyttäen. Maksuton ryhmä.

LÄHTISITKÖ MUKAAN ELINTAPOHJAUKSEEN?

Haluatko oppia ja onnistua huolehtimaan omasta hyvinvoinnista, terveydestä ja jaksamisestasi? Onko sinulla jo joitain haasteita näillä osa-alueilla?

Elintapaohjaus voi olla ratkaisu tähän!

Kyseessä on yksilöllinen, asiakkaan omat tavoitteet, voimavarat ja arvomaailman sekä elämäntilanteen kokonaisvaltaisesti huomioiva maksuton tuki. Keskeisiä teemoja ovat ravitsemus, liikkuminen, uni ja palautuminen. Ohjausta on saatavilla kaikille

lapualaisille kaikki ikäryhmät huomioiden.

Jos kiinnostuit niin voit lukea lisää: Elintapaohjaus - Lapuan kaupunki
Voit myös ottaa yhteyttä suoraan minuun: heli.hyvärinen-näytki@lapua.fi
p. 044 4384 569

KUNTOILUN MONIOTTELU

Kuntoilun moniottelussa on kuusi eri liikuntalajia, johon jokainen lapualainen voi osallistua.

Moniottelun lajit ja ajankohdat:

Tammi-helmikuu: hiihto
Huhtikuu: kuntoporraskävely
Toukokuu: pyöräily
Elokuu: frisbeegolf
Syyskuu: vaellus
Marraskuu: uinti

Kuntoilun moniottelussa palkitaan vuoden lopussa

kaikki vähintään kahteen lajiin osallistuneet:

Kultataso: neljä osasuoritusta tai enemmän

Hopeataso: kolme osasuoritusta

Pronssitaso: kaksi osasuoritusta. Lisäksi kaikkien osallistuneiden kesken arvotaan palkintoja

Lisätietoja löydät nettisivuiltamme: <https://lapua.fi/kulttuuri-vapaa-aika-ja-matkailu/liikuntapalvelut/liikuntakampanjat/>



ISÄ-LAPSI -LIIKUNTARYHMÄ

Isä-lapsi -liikuntaryhmä

Isien ja alle kouluikäisten lasten yhteinen liikuntaryhmä jatkaa toimintaansa sunnuntaisin Alanurmon koululla klo 16–17.

Kerhossa liikutaan, touhutaan ja leikitään lapsen iän ja yhteisen tarpeen mukaan! Osallistuminen on maksutonta!

Ryhmä kokoontuu ensimmäisen kerran su 16.8. Erillistä ilmoittautumista ei tarvita! Tervetuloa mukaan!

Perheliikuntavuoro

lauantaisin klo 8.30–10.00 Patruuna Areenalla. Vuorolla voitte perheenä omatoimisesti liikkua, leikkiä ja pelailla. Areenalta löytyy laatioita, joissa on liikuntavälineitä



perheiden käyttöön vuoron ajaksi.

Palautathan välineet käytön jälkeen väline-laatikoihin.

Vuoro alkaa la 19.9. alkaen. Tarkistathan aina ennen vuoron alkua mahdolliset aikataulumuutokset lapua.tilamisu.fi

LAPUAN KAUPUNGIN LIIKUNTAKORTIT

Lapualaisilla ikääntyneillä ja erityisryhmiin kuuluvilla henkilöillä on mahdollisuus saada käyttöönsä uintija kuntosalikortti. Kortti myönnetään ainoastaan Lapuan kaupungin asukkaille ikäperusteisesti tai erillisestä anomuksesta diagnoosin tai omaishoidon perusteella:

IKÄPERUSTEISESTI:

Ikää 75 vuotta tai enemmän

- o kortti on maksuton. Voimassa 2 vuotta.
- o oikeuttaa osallistumaan ohjattuihin ryhmiin ennen klo 16. Myös Saarenpäänkoti ja Patruuna
- o jumpat klo 16 jälkeen 3,50€/kerta
- o omatoiminen uinti ja kuntosalilla käynti ilmaista kellonajasta riippumatta.
- o ikä todistettava lunastamisen yhteydessä. Kortti on henkilökohtainen.

Ikää 65 vuotta tai enemmän.

- o kortti on maksullinen. Ladattava ohjattu (90€/kausi) tai omatoiminen (70€/kausi) kortti
- o voimassa kevätkausi / syyskausi
- o ikä todistettava lunastamisen yhteydessä. Kortti on henkilökohtainen

OHJATTU LIIKUNTAKORTTI

- o hinta 90€ /kausi
- o oikeuttaa osallistumaan ohjattuihin ryhmiin ennen klo 16. Myös Saarenpäänkoti ja Patruuna (ohjatut jumpat)
- o jumpat klo 16 jälkeen 3.50€/kerta
- o omatoiminen uinti ja kuntosalilla käynti ilmaista kellonajasta riippumatta.

OMATOIMINEN LIIKUNTAKORTTI

- o hinta 70€ /kausi
 - o omatoimisella kortilla voi käydä uimassa ja kuntosalilla kerran päivässä hallin aukioloaikojen puitteissa. Voimassa urheilutalon kuntosalilla sekä uimahallissa
 - o ei oikeuta ohjattuihin ryhmiin osallistumista
- ### TERVEYSPERUSTEISESTI:
- o hakemuksella myönnettävä kortti. Kortti on maksullinen.
 - o voimassaoloaika 1/2 vuotta ostohetkestä.
 - o ladattava ohjattu (90€/ 1/2 vuotta) tai omatoiminen (70€/ 1/2 vuotta) kortti
 - o Omatoiminen 0–15 v. 35 €/6 kk.
 - o viranhaltijapäätös esitettävä korttia lunastettaessa. Yhdellä hakemuksella voi lunastaa kortin 2 kertaa. Hakemus on voimassa (1) yhden vuoden.

OMAISHOITAJAT:

- o hakemuksella myönnettävä kortti
- o kortti on maksuton ja henkilökohtainen
- o viranhaltijapäätös esitettävä korttia lunastettaessa

Tiedustelut:

Urheilutalon palvelupiste, sateenkaari@lapua.fi, 044 4384 593
Lapuan kaupunki / liikuntatoimi
Palvelupiste/Virkistysuimala Sateenkaari
Urheilukatu 6, 62100 Lapua
Puh. 044 4384 593
sateenkaari@lapua.fi

NUORISOPALVELUT

NUORISOTALO

sijaitsee Lapuan keskustassa, Asemakadun ja Oskarinkadun kulmassa. Nuorisotalolla sijaitsevat Nuorisotoimisto, Nuorisotilat ja 4H-yhdistys. Nuorisotaloa on myös mahdollista vuokrata erilaisiin tilaisuuksiin, tapahtumiin ja ryhmien kokoontumisiin.



NUORISOTOIMISTO

löytyy Nuorisotalon Oskarinkadun puoleisessa päädyssä toisessa kerroksessa. Osoite: Oskarinkatu 11, Lapua.

NUORISOTILA sijaitsee Nuorisotalon alakerrassa, sisäänkäynti Asemakadun puolelta pääovesta. Aukioloajat kaupungin sivuilla ja somekanavillamme.

ETSIVÄ NUORISOTYÖ

Etsivän nuorisotyön tarkoituksena on auttaa nuoria löytämään opiskelu- ja työpaikkoja, tarjota tukea elämänhallinnassa sekä omien asioiden hoitamisessa. Etsivän nuorisotyön palvelut on tarkoitettu 15–29-vuotiaille nuorille, joiden kotikuntana on Lapua, ja ne ovat nuorelle vapaaehtoista ja maksutonta. Käyntiosoite: Valtuustontie 1, Lapua



KOULUNUORISOTYÖ

Koulunuorisotyöntekijä tukee ja kannustaa nuoria, on turvallinen aikuinen koulun arjessa ala- ja yläkoululla sekä toisella asteella, ja toimii yhteistyössä opetus- ja oppilashuollon henkilöstön kanssa. Koulunuorisotyöntekijä tukee nuorten kasvua ja hyvinvointia sekä pyrkii lisäämään koulun yhteisöllisyyttä. Tehtäviin kuuluu lisäksi kouluviihtyvyyden parantaminen, kiusaamisen ehkäisy ja välituntitoiminta.

HIRVIJÄRVEN LEIRITALO

Lapuan kaupungin omistama leiritalo ja leirialue sijaitsee 21 km päässä Lapuan keskustasta Lapuan ja Nurmon rajalla, Hirvijärven tekoaltaan rannalla. Osoite Hirvijärventie 1380.

Leiritalo on yhdistysten, yhteisöjen ja yksityisten käytössä vuokraa vastaan. Leiritalossa on makuupaikat 10 hengelle. Ruokailutilaan sopii n. 60 henkeä.



OTA KOPPI 2026–2027

LIKENNEPUISTO sijaitsee Koveron alueella, Latosaaren tanssikeskusta vastapäätä, osoite Mettäkuja 3. Se on tarkoitettu alle 12-vuotiaille lapsille. Liikennepuistossa ohjaajat neuvovat ja opastavat lapsia liikennesäännöistä sekä jakavat ajovuorot.



SKEITTIPAikka sijaitsee Liikennepuiston läheisyydessä. Skeittipaikka on kaikkien skeittausta, rullaluistelua ja bmx-pyöräilyä harrastavien käytössä. Samalta alueelta löytyy myös palloilukenttä sekä beach volley-kentät.

NUORISOVALTUUSTO Nuorisovaltuuston tavoitteena on toimia nuorten äänitorvena ja saada nuorten mielipiteitä ja ajatuksia esille ja pyrkiä viemään nuorille tärkeitä asioita eteenpäin. Nuorisovaltuusto haluaa kiinnittää erityistä huomiota lapualaisten nuorten hyvinvointiin ja elinoloihin. Tavoitteidensa toteuttamiseksi nuorisovaltuusto järjestää toimintaa nuorille ja pyrkiä osaltaan edistämään nuorisolain toteutumista. Kaupungin eri lautakuntiin on nimetty nuorisovaltuustosta edustajat, jotka osallistuvat kokouksiin läsnäolo- ja puheoikeudella.



Nuorisovaltuuston sähköpostiosoite: nuorisovaltuusto@lapua.fi

nuorisovaltuuston ohjaaja: hyvinvointikoordinaattori Riina Turja, riina.turja@lapua.fi

KANSAINVÄLINEN TOIMINTA Lapsille ja nuorille on tarjolla monenlaista kansainvälistä vapaa-ajan toimintaa. Kansainvälisiä kokemuksia ja uusia ystäviä voi hankkia sekä ulkomailla että Suomessa. 13–30 -vuotiaat nuoret voivat osallistua nuorisovaihtoihin, vapaaehtoistyöhön ja kansainvälisille leireille Erasmus+ -ohjelman kautta. Lisätietoja nuorisotoimistosta.

TARKEMPAA TIETOA nuorisotoiminnasta ja esimerkiksi Nuorisotalon ja Leiritalon vuokraushinnoista löytyy Lapuan kaupungin nettisivuilta osoitteesta lapua.fi >kulttuuri ja vapaa-aika > nuorisopalvelut. Nuorisotyöntekijät ottavat vastaan ehdotuksia ja toiveita toiminnan kehittämiseksi puhelimitse ja sähköpostitse. Löydät meidät myös Facebookista, Instagramista ja Snapchatistä

NUORISOPALVELUJEN TYÖNTEKIJÄT:

Savinainen Niko, liikunta- ja nuorisotoimen päällikkö 044 438 4590,
niko.savinainen@lapua.fi

Taivalmaa Samuli,
nuorisosihteeri, 044 438 4586,
samuli.taivalmaa@lapua.fi

Lehto Jari, nuorisoohjaaja,
044 438 4581, jari.lehto@lapua.fi

Murtomäki Piia, etsivä nuorisotyöntekijä,
044 438 4587, piia.murtomaki@lapua.fi

Korkea-aho Jarkko,
etsivä nuorisotyöntekijä, 044 438 4588,
jarkko.korkea-aho@lapua.fi,

Tuliainen Heidi,
koulunuorisotyöntekijä,
044 438 4204, heidi.tuliainen@lapua.fi



Kaikukortti LAPUALLA

Kaikukortti – Kaikille kulttuuria

Kaikilla on oikeus kulttuuriin ja taiteisiin, vaikka oma rahatilanne olisikin tiukka. Ratkaisuksi tähän on kehitetty Kaikukortti.

Kaikukortilla pääset maksutta kulttuuri- ja liikuntaharrastuksiin ja tapahtumiin. Kortti on henkilökohtainen, eikä se maksa sinulle mitään.

Lapuaalla Kaikukorttia voit käyttää

- kansalaisopiston kursseilla
- taidekoulun varhaisiän opinnoissa
- musiikkiopiston varhaisiän opinnoissa ja ryhmäopetuksessa
- liikuntatoimen palveluissa
- kirjaston palveluissa

Kaikukortilla voit hankkia Lapuan Kaikukortti-tarjonnan lisäksi maksuttomia pääsylippuja ja kurssipaikkoja myös muiden Kaikukortti-alueiden tarjontaan. Lisätietoja: www.kaikukortti.fi/alueet.

Kuka voi saada Kaikukortin Lapualla?

Voit saada Kaikukortin, jos olet vähintään 16-vuotias, sinulla on heikko rahatilanne ja olet asiakkaana jossain seuraavista palveluista:

- aikuissosiaalityö
- etsivä nuorisotyö
- diakoniatyö
- Ohjaamo Lapua
- (Perhesosiaalityö)
- Ikäihmisten sosiaalipalvelut

Et tarvitse todistusta tuloistasi, jotta voit saada Kaikukortin. Pyydä kortti siitä palvelusta, jossa olet asiakkaana.

Lisätietoa Kaikukortista ja sen käyttämisestä Lapualla löydät osoitteesta www.lapua.fi/kaikukortti



999901 Kansalaisopiston opintopassi lukuvuodelle 2026–2027

Passi maksaa 175 euroa.

Passin lunastaneet voivat osallistua maksutta kaikille kursseille, joissa lukee, että kurssi sisältyy opintopassiin.

Jos olet lunastanut passin, toimisto kuittaa kurssimaksusi maksetuksi opintopassilla niiden kurssien osalta, jotka sisältyvät opintopassiin.

Kansalaisopistossa voit suorittaa osaamisperusteisia kursseja. Niistä voit halutessasi saada osaamisestasi virallisen opintopisteytetyn suorituserkinnän.

Opintopisteytetyn opintopolku.fi-rekisteriin viedyn kurssin voit hyväksilukea osaksi muita opintojasi. Hyväksiluvusta päättää jokainen oppilaitos itse.





Julkinen tiedote,
jaetaan kaikkiin
talouksiin



VIRTAA!

Runofestivaali 2026

- 16.00** **Non-stop runotyöpaja**
Wilkuna-seura
- 17.00** **Musiikkiesitys**
Läpitte tuulisen lakian
Lapuan Sekakuoro
- 17.10** **Läpitte tuulisen lakian -**
mistä tunnistaa
Etelä- Pohjanmaan murteen?
Leea Keto
- 18.00** **Laaksose Heli hyväntuuline**
Luonto- ja runohtoo
- 19.00** **Runokaraoke**
(Kaffibaari Makasiinin tiloissa)

Lauantaina
19.9.2026

<https://lapua.fi/virtaafestivaali>

Alajoki-sali
Kulttuurikeskus
Vanha Paukku
Vanhan Paukun Tie 1
62100 Lapua