



KUNTOSALI JA LIIKUNTA

Liikunta ja kuntoilu Haikon Kartanossa

Haikosta löytyy tekemistä ja hyviä ulkoilumaastoja eri vuodenaikoihin. Tee kävelylenkki Kartanon upeassa 14 hehtaarin puistossa ja nauti upeista merenrantamaisemista.

HAIKON KUNTOSALI, KUNTOTESTIT JA LIIKUNTATUNNIT

Nosta kuntoa kuntosalin juoksumatolla ja muilla kuntosalin tehokkailla laitteilla tai valitse ohjattu liikuntatunti jumppasalilla. Majoittuville hotellivieraille kuntosalin käyttö sisältyy huoneen hintaan. Tutustu [kuntosalin aukioloaikoihin tästä](#).

[Lisätietoa liikuntatunneista ja paikkavaraukset tästä](#)

Tervetuloa kuntosalille myös lähialueelta. [Katso kuntosalihinnat](#)

Kuntokartoitukset antavat tietoa omasta kunnosta ja ohjeita oman kunnan ja elintapojen parantamiseen. Kuntokartoitukset sopivat kaikille 18-70-vuotiaille kuntoilua tai elämäntaparemonttia suunnitteleville ja omasta hyvinvoinnista kiinnostuneille. Kuntokartoituksen avulla voit selvittää oman kuntosasi lähtötason ja seurata kunnan kehittymistä jatkotesteillä. Tutustu [kuntotesteihin ja PT-palveluihin](#).

Maksutavat: Liikuntapalveluiden maksuun käyvät kaikki liikuntasetelit, E-passi, Smartum Pay sekä Edenred-maksukortti. Huom! Kylpylähoitoja ja hierontaa ei voi maksaa näillä maksutavoilla.

ULKOILUMAHDOLLISUUDET HAIKOSSA JA LÄHIALUEILLA

Kauniina kesäpäivänä voit pyöräillä Vanhaan Porvooseen vai tutustutko lähimaastoon sauvakävellen? Heitä koripalloa tai pelaa porukalla sählyä Haikko Areenan ministadionilla. Kartanon puistossa voit pelata yksin tai yhdessä myös puistopelejä kuten multigolf, frisbeegolf, petankki, ym. Polkupyöriä, kävelysauvoja ja puistopelivälineitä on vuokrattavissa kylpylähotellista. Katso [peliväline-](#) ja [pyörävuokrat](#). Lopuksi rentoudut Kylpylän allasosaston lämpimissä poreissa ja saunoissa.

Tutustu [Haikon alueen karttaan](#).

Talvilomalla löydät hyvät, valaistut hiihtoladut parin minuutin päässä Haikon portista. Vain 10 min ajomatkan päässä Haikosta laskettelurinteet. Lue lisää [lomavinkeistä Porvoossa](#).

[Edelfeltin jalanjäljillä -pyöräily/kävelyreitti](#) kulkee Haikon Kartanon mailta aina Porvoon keskustaan. Näe Albert Edelfeltin kuuluisimpien maalausten maalauspaikat mm. Leikkiviä poikia rannalla!

RYHMILLE YHDESSÄ TEKEMISTÄ

Haikosta löytyy paljon erilaisia [ohjelmia ryhmille](#). Liikuntaa ja elämysohjelmia sisällä ja ulkona, maalla ja merellä.

Valitse Sinulle sopivinta ajankulua. Täällä riittää tekemistä, ulkoilua ja liikuntaa.

Kuvagalleria





