

TORSTAI 8.8.

Nouxfestin tapahtumapassi sisältää kaikki harrastuskokeilut, esitykset, iltaohjelmat ja pääosan kursseista ja muista ohjatuista aktiviteeteista sekä paikan omalle teltalle tapahtuman telttaleirissä. Laajasta ohjelmasta voit poimia omat suosikkisi – kaikkea et millään ehdi!

LUE LISÄÄ JA HANKI LIPPU OSOITTEESSA
WWW.NOUXFEST.FI



SEURAA @NOUXFEST



	ULKOAVA	ALAMÄKIPYÖRÄILY	AVOVESIUINTI JA SWIMRUN	GRAVELPYÖRÄILY	JOOGA JA METSÄKOKEMUKSET	KIIPEILY	LUONTO	MAASTOPYÖRÄILY	MELONTA	POLKUJUOKSU	RETKET	RETKITAIDOT	SUUNNISTUS	TALVILAJIT
08:00 – 09:00	08:30–08:50 Aamujooga 20min.				08:30–08:50 Aamujooga									
09:00 – 10:00		09:00–11:00 Ohjattu Alamäkipyöräkokeilu				09:00–11:00 Ohjattu kiipeilykokeilu	09:00–11:00 Kansallispuiston reittien kunnostusta		09:00–11:00 Melontaretki Nuuksion Piikajärvi					
10:00 – 11:00								10:00–12:00 Maastopyörän tekniikkataitoja aloittelijoille	10:00–11:00 Melontakokeilu Nuuksion Piikajärvi					
11:00 – 12:00									11:00–12:00 Melontakokeilu Nuuksion Piikajärvi	11:00–12:30 Polkureippailu kävellen		11:00–13:00 Nuotioruoka		11:00 Lumiturvallisuustyöpaja
12:00 – 13:00	12:00–13:00 Luontoon ja liikkumaan kansallispuistoihin / Haltia					12:00–14:00 Ohjattu kalliolaskeutuminen								12:00 Lumiturvallisuustyöpaja
13:00 – 14:00	13:00–15:00 Kumppanien esityksiä, ohjelma tarkentuu	13:00–15:00 Ohjattu Alamäkipyöräkokeilu		13:00–15:00 Keskitason gravel-pyörälenkki 2h			13:00–15:00 Kansallispuiston reittien kunnostusta	13:00–15:00 Aloittelijan MTB-lenkki	13:00–14:00 Melontakokeilu Nuuksion Piikajärvi					
14:00 – 15:00	14:45 Helkama								14:00–15:00 Melontakokeilu Nuuksion Piikajärvi					
15:00 – 16:00	15:00–16:00 Peltsin Luonto / Mikko Peltsi Peltola	15:00–17:00 Ohjattu Alamäkipyöräkokeilu				15:00–17:00 Ohjattu kalliolaskeutuminen				15:00–16:30 Nuuksion flow-lenkki harrastajille		15:00 Maastoensiapu	15:00–17:00 Kuntoliijan / polkujuoksijan suunnistuspreppaus	
16:00 – 17:00	16:00–17:00 Ulkojooga / Yogaia				16:00–17:00 Ulkojooga			15:30–17:30 Keskitason MTB-lenkki	15:00–18:00 Melonta- retki Nuuksion Piikajärvi					
17:00 – 18:00	17:00–17:30 Avajaiset				17:30–17:50 Palauttelu				17:00–20:00 Packraft-retki Kattilajärvi					17:00 Lumiturvallisuustyöpaja
18:00 – 19:00	17:30–17:50 Palauttelu													18:00 Lumiturvallisuustyöpaja
18:00 – 19:00	18:00–19:30 Haltia-foorumi / Metsähallitus													
19:00 – 20:00	19:30–23:00		19:00–20:00 Avovesiuinti 2-3km 1h											
20:00 – 21:00	Iltaohjelma tapahtumalavalla, juontaa Mikko Peltsi Peltola										20:00–23:00 Löydä retki-seuraa – iltanuotio	20:00–23:00 Naisten nuotiopiiri	20:00–08:00 Teltasta toimistoon yöretki	
21:00 – 22:00	- Luontokuvaaja Ossi Saarinen, Ilveksen jätilillä													
22:00 – 23:00	- Lähiretket, Marko Takanen													
23:00 – 24:00	- Musiikkivieras Kasmir													
	- Nouxfestin lyhytelokuvakisan satoa													

KÄY MILLOIN HALUAT	10:00–18:00 Haltian näyttelyt avoinna	09:00–18:00 Omatoinen alamäkipyöräkokeilu			09:00–19:00 Matsätempurata koko perheelle		09:00–21:00 Suomen Luonnon luontopolku	10:00–18:00 Erikoispyörät käytössä	13:00–17:00 SUP-lautailu tunnin välein (Haukkalampi)	15:00–18:00 Packraft-kokelupiste saunarannassa	09:00–19:00 Polkujuoksureitti avoinna omille lenkeille		15:00–19:30 Kevytretkeilijän leiri ja varusteet	09:00–17:00 Suunnistuksen kokeilurata omaan tahtiin	
--------------------	--	--	--	--	--	--	---	---------------------------------------	---	---	---	--	--	--	--

PERJANTAI 9.8.

Nouxfestin tapahtumapassi sisältää kaikki harrastuskokeilut, esitykset, iltaohjelmat ja pääosan kursseista ja muista ohjatuista aktiviteeteista sekä paikan omalle teltalle tapahtuman telttaleirissä. Laajasta ohjelmasta voit poimia omat suosikkisi – kaikkea et millään ehdi!

LUE LISÄÄ JA HANKI LIPPU OSOITTEESSA
WWW.NOUXFEST.FI



SEURAA @NOUXFEST



	ULKOLAVA		ALAMÄKIPYÖRÄILY	AVOVESIUINTI JA SWIMRUN	GRAVEL-PYÖRÄILY	JOOGA JA RENTOUTUMINEN	KIIPEILY	LUONTO	MAASTOPYÖRÄILY	MELONTA	POLKUJUOKSU		RETKEILY	RETKITAIDOT	ROGAINING	SUUNNISTUS	VALOKUVAUS	TALVILAJIT	
08:00 – 09:00						08:30–08:50 Aamujooga													
09:00 – 10:00			09:00–11:00 Ohjattu Alamäkipyöräkokeilu	09:00–10:30 Swimrun 5-7km			09:00–11:00 Ohjattu kallio- laskeutuminen	09:00–11:00 Kansallispuiston reittien kunnostusta	09:00–11:00 Aloittelijan MTB- lenkki	09:00–11:00 Melontaretki Nuuksion Pitkäjärvi	10:00–11:00 Melontakokeilu Nuuksion Pitkäjärvi	09:00 Polkureippailu kävelen	09:00 Polkuherkut aloittelijoille	09:00–10:30 Jack Wolfskin reppujen ja kenkien testiretki					
10:00 – 11:00				11:00–12:00 Avovesiuinti aloittelijoille						11:00–12:00 Melontakokeilu Nuuksion Pitkäjärvi									
11:00 – 12:00														11:00 Nuotioruoka	11:00 Kevytretkeilijän leiri ja varusteet		11:00–13:00 Retkeilijän suunnistustaitojen kertaus ja kohennus	11:00–13:00 Ota parempia reissukuvia	11:00 Lumiturvallisuus- työpaja
12:00 – 13:00	12:00-13:00	Retkeile ja liiku Nuuksion kansallispuistossa / Haltia					12:00–14:00 Ohjattu kallio- laskeutuminen											12:00 Lumiturvallisuus- työpaja	
13:00 – 14:00	13:00–16:00	Kumppanien esityksiä ja harrastustietoa, ohjelma tarkentuu vielä	13:00–15:00 Ohjattu Alamäkipyöräkokeilu		13:00–15:00 Naisten gravel- pyörälenkki			13:00–15:00 Kansallispuiston reittien kunnostusta	13:00–15:00 Maastopyörän tekniikkataitoja aloittelijoille	13:00–14:00 Melontakokeilu Nuuksion Pitkäjärvi		13:00–14:30 Nuuksion flow-lenkki harrastajille							
14:00 – 15:00										14:00-15:00 Melontakokeilu Nuuksion Pitkäjärvi									
15:00 – 16:00	15:00-15:15	Helkama	15:00–17:00 Ohjattu Alamäkipyöräkokeilu				15:00–17:00 Ohjattu kiipeilykokeilu	15:00 Keski-tason MTB- lenkki	15:00	15:00		15:00–16:30 Polkujuoksun tekniikkatreeni					15:00–17:00 Kuntailijan / polkujuoksijan suunnistuspreppaus		
16:00 – 17:00	16:00–16:30	Navigointisovellukset retki- ja lenkkikäytössä / Outdooractive		16:00–17:00 Avovesiuinti 2-3km		16:00, 17:00 Jooga hetki sinulle, joka ei joogaa				Melonta-retki Nuuksion Pitkäjärvi				16:00 Maastoensiapu	16:00 Kevytretkeilijän leiri ja varusteet	16:00–17:30 Rogaining- kokeilu			
17:00 – 18:00	16:30-17:30	Paskajuttu – retkeily ja hygienia / @luontohaaste		17:00–19:30		17:40 Palauttelu					17:00	17:00–20:00						17:00 Lumiturvallisuus- työpaja	
18:00 – 19:00	17:40–18:00	Palauttelu		Folkhälsan- swimrun-kokeilu							Packraft-retki Kattilajärvi	Nuuksion Tonni mäkijuoksukisa Nuuksio Bikepark						18:00 Lumiturvallisuus- työpaja	
19:00 – 20:00	18:00–19:00	Kumppanien esityksiä																	
20:00 – 21:00	19:00–23:00	Iltaohjelma tapahtumalavalla Teemana talvi		19:30–21:30 Swimrun 8-10km										19:30-21:30 Laulua ja kohtaamisia iltanuoriolla					
21:00 – 22:00		- Naparetkeilijä Poppis Suomela - Vapaalaskija Jan-Erik Blomberg - Nouxfest-lyhytelokuvia - Musiikkivieraat: Anna Vee ja Nuuksion oma Oskari Halsti eli OH?																	
22:00 – 23:00		- Lisäksi tarinaa talviretkeliystä ja Nuuksion Tonnin palkintojenjako																	
23:00 – 24:00																			

KÄY MILLOIN HALUAT	10:00–18:00 Haltian näyttelyt avoinna	09:00–18:00 Omatoiminen alamäkipyöräkokeilu			09:00–19:00 Metsätämpurata koko perheelle		09:00–21:00 Suomen Luonnon luontopolku	09:00–17:00 Erikoispyörät käytössä	13:00–17:00 SUP-lautailu tunnin välein (Haukkalampi)	15:00–18:00 Packraft-kokeilupiste saunarannassa	09:00–19:00 Polkujuoksureitti avoinna omille lenkeille	19:00 – 09:00 Yön yli juoksuvaellus	19:00 – 09:00 Riippumattoretki		09:00–17:00 Suunnistuksen kokeilurata omaan tahtiin		
--------------------	--	--	--	--	--	--	---	---------------------------------------	---	--	---	--	-----------------------------------	--	--	--	--

LAUANTAI 10.8.

Nouxfestin tapahtumapassi sisältää kaikki harrastuskokeilut, esitykset, iltaohjelmat ja pääosan kurseista ja muista ohjatuista aktiviteeteista sekä paikan omalle teltalle tapahtuman telttaleirissä. Laajasta ohjelmasta voit poimia omat suosikkisi – kaikkea et millään ehdi!

LUE LISÄÄ JA HANKI LIPPU OSOITTEESSA
WWW.NOUXFEST.FI



SEURAA @NOUXFEST



	ULKOLAVA		ALAMÄKIPYÖRÄILY	AVOVESIUINTI JA SWIMRUN	GRAVEL-PYÖRÄILY	JOOGA JA RENTOUTUMINEN	KIIPEILY	LUONTO	MAASTOPYÖRÄILY		MELONTA		POLKUJUOKSU		RETKEILY	RETKITAIDOT			ROGAINING	SUUNNISTUS	VALOKUVAUS	TALVILAJIT
08:00 – 09:00						08:30 Aamujooga																
09:00 – 10:00					09:00–11:00 Aloittelijoiden gravel-pyörälenkki		09:00–11:00 Johdatus vuorikiipeilyyn	09:00–11:00 Lasten jousiammunta ja köysirata lapsille (molemmat 1h)	09:00–11:00 Metsä palaa Life2Taiga -maastoretki	09:00 Keski-tason MTB-lenkki 2h	09:00 Pyöräkokeilu lapsille	09:00–11:00 Melontaretki Nuuksion Pitkäjärvi	09:00–12:00 Packraft-retki Kattilajärvi		09:00 Polkureipillä kävelen	09:00 Polkuherkut aloittelijoille	09:00–11:00 Maastoensiapu	09:00–11:00 Retkikeittimien käyttö			09:00–11:00 Ota parempia reissukuvia	
10:00 – 11:00			10:00–17:30									10:00 - 11:00 ja 11:00-12:00 Melontakokeilu Nuuksion Pitkäjärvi			11:00–12:30 Polkujuoksun tekniikkatreeni		11:00–12:00 Retkellevän kävely ja kulku jalan	11:00–13:00 Retkiruoka	11:00–13:00 Syötävää luonnosta -retki			11:00 Lumiturvallisuus-työpaja
11:00 – 12:00				11:00–12:30 Avovesiuinti 3-5km kokeneille					11:00–13:00 Pyöränhuoltotyöpaja													12:00 Lumiturvallisuus-työpaja
12:00 – 13:00	12:00-13:00 Pyörävaeltajan neljä vuodenaikaa/ @fillaripäiväkirja	Funduro Cup				12:00 Metsäjumppa koko perheelle												12:00–14:00 Kevytretkeilijän leiri ja varusteet				
13:00 – 14:00	13:00–13:30 Kumppaniesityksiä		13:30–14:00 Navigointisovellukset retki- ja lenkkikäytössä / Outdooractive	13:00–14:00 Avovesiuinti aloittelijoille	13:00–15:00 Keskitason gravel-pyörälenkki		13:00–15:00 Ohjattu kallio-laskeutuminen	13:00–15:00 Lasten jousiammunta ja köysirata lapsille (molemmat 1h)	13:00 Aloitteli-jan MTB-lenkki	13:00 Pyöräkokeilu lapsille	13:00–14:00 Melontakokeilu Nuuksion Pitkäjärvi	14:00-15:00 Melontakokeilu Nuuksion Pitkäjärvi	13:00–14:30 Nuuksion flow-lenkki harrastajalle			13:00–15:00 Retkikeittimien käyttö			13:00–14:30 Rogaining-kokeilu 1,5h	13:00–15:00 Kuntoilijan / polkujuoksijan suunnistuspreppaus	13:00–15:00 Ota parempia reissukuvia	
14:00 – 15:00	14:00–17:30 Kumppanien esityksiä ja harrastustietoa, ohjelma tarkentuu vielä																					
15:00 – 16:00			15:00–17:30 Folkhälsan-swimrun-kokeilu			15:30 Metsäjumppa koko perheelle	15:00–17:00 Ohjattu kiipeilykokeilu		15:00–17:00 Pyöränhuolto-työpaja	15:00–18:00	15:00–18:00	15:00–18:00 Melontaretki Nuuksion Pitkäjärvi	15:00–18:00 Packraft-retki Kattilajärvi		16:00–17:30 Tunkkaus – polkujuoksijan mäkitreenin perusteet		15:00–16:30 Jack Wolfskin -reppujen ja -kenkien festiretki Lotta Hintsan kanssa	15:00–17:00 Telttatyöpaja				
16:00 – 17:00			16:00 Swimrun 5-7km			16:00–17:30 Metsä-jooga ja rentoutuminen																
17:00 – 18:00	17:40–18:00 Palauttelu					17:40 Palauttelu												17:00–19:00 Telttatyöpaja	17:00–20:00 Kevytretkeilijän leiri ja varusteet			17:00 Lumiturvallisuus-työpaja
18:00 – 19:00	18:00–23:00																					18:00 Lumiturvallisuus-työpaja
19:00 – 20:00	Iltaohjelma tapahtumalavalla, juontaa Susanna Snellman																					
20:00 – 21:00	Polkusi vuorille / Janne Marin - 5 oppituntia vuorilta / Lotta Hintsan - Oman elämänsä Wuohi (GOAT) / Mikko Vermas			20:00–21:00 Avovesiuinti aloittelijoille																		
21:00 – 22:00	- Musiikkivieras Lasse Jaakonaho - Nouxfestin lyhytelokuvakisan palkintojenjako ja loppunäytös																					
22:00 – 23:00																						
23:00 – 24:00																						

KÄY MILLOIN HALUAT	10:00–18:00 Haltian näyttelyt avoinna	09:00–18:00 Omatoiminen alamäkipyörä-kokeilu	14:00–20:00 Bikepacking-leiri ja –varusteet	09:00–19:00 Metsätampurata koko perheelle		09:00–21:00 Suomen Luonnon luontopolku	09:00–17:00 Erikoispyörät käytössä	13:00–17:00 SUP-lautailu tunnin välein (Haukkalampi)	11:00–14:00 Packraft-kokeilu Saunaranta	09:00–19:00 Polkujuoksureitti avoinna omille lenkeille	19:00-09:00 Riippumattoretki			09:00–17:00 Suunnistuksen kokeilurata omaan tahtiin	
--------------------	--	---	--	--	--	---	---------------------------------------	---	--	---	---------------------------------	--	--	--	--

SUNNUNTAI 11.8.

Nouxfestin tapahtumapassi sisältää kaikki harrastuskokeilut, esitykset, iltaohjelmat ja pääosan kurseista ja muista ohjatuista aktiviteeteista sekä paikan omalle teltalle tapahtuman telttaleirissä. Laajasta ohjelmasta voit poimia omat suosikkisi – kaikkea et millään ehdit!

LUE LISÄÄ JA HANKI LIPPU OSOITTEESSA
WWW.NOUXFEST.FI



SEURAA @NOUXFEST  



	ULKOLAVA		ALAMÄKIPYÖRÄILY	AVOVESIUINTI JA SWIMRUN	GRAVEL-PYÖRÄILY	JOOGA JA RENTOUTUMINEN	KIIPEILY	LUONTO	MAASTOPYÖRÄILY		MELONTA			POLKUJUOKSU		RETKEILY	RETKITÄIDOT		ROGAINING	SUUNNISTUS	TALVILAJIT												
08:00 – 09:00						08:30 Aamujooga																											
09:00 – 10:00				08:45–09:45 Avovesiuinti 2-3km	09:00 Keski-tason gravel-pyörä-lenkki	09:00–11:00 Lasten jousiammunta ja köysirata lapsille (molemmat 1h)	09:00–11:00 Ohjattu kiipeilykokeilu	09:00–11:00 Metsä palaa Life2Taiga -maastoretki	09:00–11:00 Keskitason MTB-lenkki	09:00–11:00 Pyöräilykokeilu lapsille	09:00–11:00 Melontaretki Nuuksion Pitkäjärvi	09:00–12:00 Packraft-retki Kattilajärvi	10:00 Melontakokei-lu Nuuksion Pitkäjärvi	09:30–12:00 Nouxfest Trail	09:00 Polkureippailu kävelen	09:00–10:30 Jack Wolfskin -reppujen ja -kenkien testiretki	09:00–11:00 Telttatyöpaja		13:00–14:30 Rogaining-kokeilu														
10:00 – 11:00	10:00–11:00 Kumppanien esityksiä	10:00–15:00 Nuukσιο Open DH	10:00 Avovesiuinti aloittelijoille																														
11:00 – 12:00	11:00–12:00 Paskajuttu – retkeily ja hygienia / @luontohaaste																					11:00–13:00 Aloittelijan MTB-lenkki	11:00–13:00 Pyöränhuolto-työpaja							11:00–13:00 Retkiruoka	11:00–13:00 Retkikeittimien käyttö		11:00–13:00 Retkeilijän suunnistustaitojen kertaus ja kohennus
12:00 – 13:00	12:00–13:00 Pyörävaeltajan neljä vuodenaikaa/ @fillaripäiväkirja		12:00–14:00 Swimrun 8-10km	12:00 Metsäjumppa koko perheelle									11:30 Melontakokei-lu Nuuksion Pitkäjärvi							12:00 Lumiturvallisuus-työpaja													
13:00 – 14:00	13:00–14:00 Suomen pyörävaellusreitit / Krisse Vaano					13:00–15:30 SOWL-metsäkylpy – langaton yhteys luontoon	13:00–15:00 Ohjattu kallio-laskeutuminen	13:00–15:00 Lasten jousiammunta ja köysirata lapsille (molemmat 1h)	13:00–15:00 Pyöräilykokeilu lapsille		13:00–15:00 Melontaretki Nuuksion Pitkäjärvi	13:00–15:00 SUP-lautailu tunnin välein	13:00 Melontakokei-lu Nuuksion Pitkäjärvi	13:00 Nuukσιο polkuherkut aloittelijoille	13:00 Vaativan maaston polkulenkki																		
14:00 – 15:00	14:00–15:00 Randohiihdon ja vapaalaskun esittely / Tanelli Kantanen												14:30 Melontakokei-lu Nuuksion Pitkäjärvi																				
15:00 – 16:00	15:00–15:40 Kumppanien esityksiä																																
	15:40–16:00 Tapahtuman päätös																																
16:00 – 17:00																																	
17:00 – 18:00																																	
18:00 – 19:00																																	
19:00 – 20:00																																	
20:00 – 21:00																																	
21:00 – 22:00																																	
22:00 – 23:00																																	
23:00 – 24:00																																	

KÄY MILLOIN HALUAT	10:00–18:00 Haltian näyttelyt avoinna	09:00–15:00 Omatoinen alamäkipyörä-kokeilu		09:00–13:00 Bikepacking -leiri ja -varusteet	09:00–16:00 Metsätampurata koko perheelle		09:00–16:00 Suomen Luonnon luontopolku	09:00–15:00 Erikoispyörät käytössä		11:00–14:00 Packraft kokeilu	13:00–16:00 Polkujuoksureitti avoinna omille lenkeille				09:00–13:00 Suunnistuksen kokeilurata omaan tahtiin 4h	
--------------------	--	---	--	---	--	--	---	---------------------------------------	--	---------------------------------	---	--	--	--	---	--