

Jäsentiedote
2/2016



www.suomenlatu.org/jarvenpaanlatu/

Hallitus ja toimihenkilöt 2016

Puheenjohtaja – turvallisuusasiat – kansainvälinen toiminta	Kaj Natri	kaj.natri@kolumbus.fi 050 435 1872
Varapuheenjohtaja – sieniretket	Timo Lehtinen	timolehtinen351@gmail.com 040 732 0469
Sihteeri – tiedotus, kotisivut	Auli Saloranta	auli.saloranta@saunalahti.fi 0400 409 052
Jäsen – lumikenkäily	Heikki Laaksonen	heikki.laaksonen.hjl@gmail.com 045 235 7338
Jäsen – rahastonhoitaja	Anne Koskinen	aikoskinen@elisanet.fi 0400 692 260
Jäsen – lasten ja nuorten toiminta sekä perheliikunta	Saija Eronen	saija.eronen@hotmail.fi jarvenpaanmetsamorrit@hotmail.fi 041 465 2420
Jäsen – matkaluistelu	Pekka Lindfors	lindfors_pekka@hotmail.com 040 515 3435
Jäsen – pyöräily	Ilkka Arola	arola.ilkka@gmail.com 0400 549 620
Jäsen – jäsenyysasiat	Marita Turunen	marita.turunen@kolumbus.fi 0400 404 561
Varajäsen – talviuinti – tiedottaja	Anne Uotinen	anne.uotinen@gmail.com 041 522 0344
Varajäsen – retkeily – hiihto	Arja Sallinen	arska60@gmail.com 040 561 6086

Muita toimihenkilöitä:

– Rahastonhoitaja <i>Laskutusosoite:</i> Postikatu 11 A 19 04400 Järvenpää	Anne Koskinen	aikoskinen@elisanet.fi 0400 692 260
– Retkeily – Hiihto	Matti Salo	matti.salo@kotikone.fi 045 158 2009
– Sauvakävely	Ulla Helander Kyllikki Forsten	ulla.helander@kolumbus.fi forsten.kyllikki@kolumbus.fi
– Muumihiihtokoulu	Hanne Kajasviita	kajasviita@hotmail.com 050 354 1392
– Ikäihmisten liikuttaminen	Kati Hemmi	katriina.hemmi@gmail.com 050 539 2935
– Lentopallo	Heidi Patrikainen	heke79@hotmail.com 040 741 3415
– Pesäpallo	Jonna Huhta	jarmo.huhta@kolumbus.fi 0500 695 449
– Geokätköily	Timo Repo	timo.repo@fi.ibm.com 040 543 0597
– Maastopyöräily	Jani Kääriäinen	jani.kaariainen@kotikone.fi 044 366 6369
– Kalustovastaava	Pertti Ottman	pertti.ottman@outlook.com 0400 417 883

PIENEN SINISEN HETKEN TOTUUS

Elettiin onnellisen nuoruuteni kevättä 1963, erästä sen lauantaista. Niin kuin jo silloin tapani oli, aamulenkki oli tehty, keskipäivän askareet hoidettu ja iltapäivä oli aluillaan. Odottavin mielin astelin äitini valintamyymälään Vuorikatu 25:een Lahdessa. Tarkoitukseni oli pyytää rahaa voidakseni lupausteni mukaisesti viedä silloisen tyttöstäväni elokuvaan illalla.

Syystä tai toisesta, ehkäpä liikkeessä oli ollut liikaa kiirettä, sain kielteisen päätöksen anomukseeni. Toistuvista pyynnöistäni huolimatta äitini ratkaisu pysyi muuttumattomana. Masentuneena, apein mielin, osittain sanoin ja elein esiintynein kiukunpurkauksin poistuin myymälästä, ja lähdin taivaltamaan alamäkeen kohti Vuorikadun alkupäätä, jossa tyttöstäväni asui.

En ehtinyt kulkea kuin muutamia kymmeniä metrejä, kun seuraavassa kulmauksessa sijainneen vaateustehtaan kohdalla huomasin, miten tuulenpuuska kuljetti vinhaa vauhtia jotain pientä rypistynyttä paperipalaa päin jalkojani. Tunnekuohussani päätin tallata sen päälle, minä myös toteutin.

Tuskin tallaamiskäskey oli kulkeutunut hermoratoja myöten jalkoihin ja toteutunut käytännöksi, kun seuraava mielikuva iski tajuntaani: sehän on vitosen seteli. Uskomatonta, mutta totta – viiden markan seteli se myös oli, juuri sellainen rahasumma, jonka tarvitsin saadakseni elokuvaaliput illaksi. Lucky me, happy fellow – ajattelin onnesta pakahtuneena.

Jokaisella kertomuksella on sanomansa, niin tälläkin. Vielä runsaan 50 vuoden jälkeen voin saada silloisen hyvänolontunteeni esille muistikuvana. Joku pienikin hyvä: ele, sana, tapahtuma tai teko voi tuottaa vastaavanlaisen elämyksen kenelle hyvänsä meistä. Aina sen ei suinkaan tarvitse liittyä rahaan, vaan alullepainevana voimana voi olla kanssaihminen, siis



sinä tai minä, eikä se maksa meille kummallekaan mitään.

Tähän ajatukseen kiteytyy koko latulaisuuden sisin olemus, sen toiminnan arvot. Me puhumme keskuudessamme voimakkaasti yhteisöllisyydestä tarkoittaen juuri tätä, ja hyvä näin. Kulkiessamme kohti itsenäisyytemme sadatta vuotta, on hyvä säilyttää ja antaa sijaa näille arvoille. Suodaan ystäväallinen tervehdys tai hymy vastaantulijalle laduilla, poluilla ja kaduilla, osoitetaan rohkaiseva kannustus sitä tarvitseville, ojennetaan auttava kätemme autettaville, kohdataan kanssaihmisemme huomioonottavin sanoin ja toimitaan siten että yhteenkuuluvaisuuden tunne lisääntyy entisestään. Eivät elämisen perusarvoinakin toimivat teot sen vaikeimpia ole - helposti jokaisen toteutettavissa, eikö?

Keskikesän auringonodottelun myötä mielialani on taas kerran niin positiivinen, että saatoin vihdoinkin paljastaa yllä kertamani totuuden. Mutta kuten huomaat, tuo sininen hetki kulkee yhä mielikuvissani. Jos se silloin ilahdutti ja toi helpotuksen hetkeen, niin siten pienet oikea-aikaiset hetket toimivat edelleen, uskokaa pois, kokeilkaa vaikka.

*Hyvää kesää teille kaikille.
Kajtsu*

Talviuimarit rikkoivat ennätyksen

Talviuintikausi syksy 2015 - kevät 2016 on ollut Järvenpään Ladulle suuri menestys. Talviuimareiden määrä on ollut suurempi kuin koskaan aikaisemmin.

Avantouinnin SM-kisat järjestettiin Lohjan Kisakalliolla 29.1- 31.1.2016. Järvenpäästä talviuimareita osallistui kisaan neljä. Lämmin kiitos osallistujille aktiivisuudesta ja oma-aloitteisuudesta. Tulevana kautena visiomme on, että Savonlinnassa järjestettäviin kisoihin saisimme Järvenpään Ladulta tuplattia osallistujamäärän.

Vanhankylänniemen kartanolla järjestettiin 7.2.2016 tietävästi Etelä-Suomen ensimmäiset hankiuintikilpailut. Hauskaan ja leikkimieliseen kisaan osallistui kolme uimaria talviuimareistamme. Tapahtuman erikoisuus ja suomalaisten hulluus ylitti mantereiden välisen uutiskynnyksen ja kilpailu kiinnosti aina New Yorkia myöten. - "Ovatko ihmiset juoneet vodkaa? Itse en menisi speedoissa tuonne. Täytyy olla hullu, että menee tekemään tuollaista lumessa", Brooklynissa asuva 52-vuotias Errol ihmetteli.

Tuus järvelle -tapahtuma järjestettiin 14.2.2016. Tuus järvelle -tapahtumapäivänä talviuinnista kiinnostuneet pääsivät kokeilemaan maksutta harrastusta. Tapahtumapäivänä Vanhankylänniemessä kävijämäärä kaksinkertaisui tavalliseen sunnuntaihin verrattuna. Uimareita kävi tuona päivänä huikeat 110. Erityisen iloinen olen siitä, että tapahtumapäivänä talviuintia kävi kokeilemassa kahdeksan eri kansallisuutta. Edustettuina olivat seuraavat maat: Saksa, Belgia, Hollanti, Japani, Meksiko, Slovakia, Venäjä ja tietysti Suomi.

Talviuinnin suosion taustalla on selkeästi vaikuttanut Järvenpään Ladun talviuimareiden keskuudessa vallitseva tiivis yhteishenki sekä monipuolinen ja aktiivinen läsnäolo mediassa. Uudet talviuimarit ovatkin antaneet meille useaan otteeseen palautetta siitä, kuinka hyvältä heistä on tuntunut tulla Vanhankylänniemeen uimaan ja saunomaan, kun heidät on otettu vastaan lämpimästi kuin uusi perheenjäsen. Järvenpään talviuimareissa on mukava ilmapiiri ja siellä on sympiss jengi.

Talviuinnin parissa Järvenpään Ladulla toimii tällä hetkellä hieman yli kaksikymmentä vapaaehtoista. Lämmin kiitos teille kaikille vapaaehtoisille toimijoille, jotka olette mahdollistaneet tämän harrastuksen meille kaikille.

Oikein ihanaa kevättä teille kaikille.

Anne Uotinen
Talviuintivastaava

Seuraava talviuintikausi on 15.10.2016 – 15.4.2017.

Talviuinti jatkuu Vanhankylänniemen Kartanon avantouintipaikalla. Tiedotamme aukioloajoista, maksuista ym. kotisivuillamme, sekä paikallislehdissä syksyllä lähempänä kauden alkua.

Lisätietoja:

Anne, anne.uotinen@gmail.com
tai 041 522 0344

Onhan Aulilla sinun sähköpostiosoitteesi?

Jos ei, ilmoita, niin saat suoraan kotipostiisi tietoa tapahtumista.

Järvenpään Ladun maastopyöräilyn 1-vuotis synttärät

Vuosi sitten alkanut maastopyörätoiminta on ollut todella vilkasta ja mainospuheet siitä, että maastopyöräily olisi muka ympärivuotinen harrastus on sittenkin pitänyt paikkansa, koska keski-
viikkolenkkejä on ajettu läpi talven. Lisäksi on ajettu viikonloppuihin ajoittuvia pullakahvi/makkaralennekkeitä.

Koska allekirjoittanut on aina tykännyt numeroista, niin tähän on hyvä purkaa maastopyöräilyä numeroina. 6.4.2016 päivitetyn tilaston mukaan virallisilla ja ohjatuilla lenkeillä on ajettu:

- 105 lenkkiä
- 21.396 yhteiskilometriä
- 1945 yhteistä ajotuntia maastossa
- 1,65milj. kulutettua kaloria

Terveysten ja liikunnan lisäksi maastopyöräilyllä on myös talousvaikutuksia, koska uusia pyöriä on ostettu valtava määrä ja lisäksi kaikenlaisia ajovarusteita.

Keväällä 2016 allekirjoittanut vetää kaksi maastopyöräkurssia, toisen Järvenpään Ladulle ja toisen Keravan Ladulle. Lisäksi allekirjoittanut on perustanut myös oman fatbikevuokraus.com yrityksen, josta halukkaat saavat edullisesti läskipyörät vuokrattua ja pääsevät omatoimisesti retkeilemään ihan milloin tahansa. Myös opastettuja safareita on saatavilla ja esim. yritysten tyky-aktiviteettejä kysellään.

Maastopyöräbuumi onkin osittain kääntynyt läskipyöräbuumiksi, koska läski on varsin monikäyttöinen kulkine ja omakohtaisen kokemuksen perusteella kömpelöstä ulkonäöstään huolimatta hyvinkin maantiekelpoinen, ainakin yhden 100 km koeajon perusteella.

Tour De Tuusulanjärvi MTB järjestetään jo toistamiseen ja tänä vuonna se on valtakunnallisena YHDESSÄ PYÖRÄILLEN -päivänä, lähtö tapahtuu Vanhankylänniemestä. Tapahtumaan odotetaan, tai oikeastaan pelätään, osallistuvan n. 100 kuskia !

*Maastopyöräterveisin
Jani Kääriäinen*



Keskiviikkolenkit perinteisesti Paavonpolulta

Vanha Valtatie 66, Järvenpää, klo 18 ja tiedotus Järvenpään Ladun facebookissa.

Lisätietoja: jani.kaariainen@kotikone.fi tai 044 366 3696.

Lapin ruskaviikko

Järvenpään Latu järjestää perinteisen Lapin patikointiviikon syksyllä. Tällä kertaa kohteena on Posio 17.–24.9.2016

Majoitus on erämaahotelli Kirikeskuksessa uusituissa kahden hengen huoneissa. Upea näkymä järvelle ja rinteeseen lisäävät huoneiden mukavuutta.

Matkan hinta Ladun jäsenille on 540 euroa/henkilö, muille lisähinta 30 euroa.

Hintaan sisältyy matkat, keittolounas sekä meno- että paluumatkalla, majoitus liinavaatteineen sekä ns.Lapin täysihoito.

Varausmaksu 100 euroa on maksettava 1.8.2016 mennessä Järvenpään Ladun tilille FI78 8044 0710 2005 52. Viestiksi maksun saajalle Posio + oma nimesi. Loppumaksu on maksettava 1.9.2016 mennessä.

Kaikille matkan varanneille lähetetään elokuussa 2016 lisäinfoa matkasta. Katso Järvenpään Ladun matkaehdot sivulta15.

Lisätietoja ja ilmoittautumiset: Auli, auli.saloranta@saunalahti.fi tai 0400 409 052

Järvenpään latu ry pidättää oikeuden muutoksiin



Lapin hiihtoviikko 2017



Hiihtoretki Pallas-Yllästunturin kansallispuistoon Suomen parhaille laduille 11. – 18.3.2017.

Majoittuminen Hotelli Ylläsrinteessä kahden hengen huoneissa.

Hinta noin 700 euroa. Hinta sisältää kuljetuksen, keittolounaan mennessä tullen, Lapin täyshoitopaketin retkieväineen, perjantaina Lappi-illallisen, saunan ja kuntosalin käytön sekä vapaan pääsyn tansseihin.

Lisätietoja: Masa, matti.salo@kotikone.fi tai 045 158 2009

Katso Järvenpään Ladun matkaehdot sivulta15.

Järvenpään latu ry pidättää oikeuden muutoksiin

Nautiskelijoiden viikonloppu Vierumäellä

Järjestämme 8.–9.10.2016 ”nautiskelijoiden” patikkaretken Vierumäelle.

Lähdemme Järvenpäästä bussilla lauantaina 8.10 klo 7:30 ja paluumatkalle lähdemme Vierumäeltä sunnuntaina 9.10. iltapäivällä ruokailun jälkeen.

Patikoimme lauantaina ja sunnuntaina Vierumäen kauniissa maisemissa verkkaisesti edeten, luontoa ihailien ja valokuvia ottaen. Päivämatkat ovat n. 10–15 km pituisia.

Majoitumme Vierumäellä Jukolassa, kahden hengen huoneissa.

Matkan hinta on 120 euroa/hlö sisältäen matkan, majoituksen liinavaatteineen, aamiaisen, retkievääts sunnuntaina ja yhden ruokailun kumpanakin päivänä.

Maksu 1.9.2016 mennessä Järvenpään Ladun tilille FI78 8044 0710 2005 52 Laita merkiksi maksun saajalle ”Vierumäki” + oma nimesi. Kaikille matkan varanneille lähetetään syyskuussa lisäinfoa matkasta. Ei Ladun jäsenille lisähinta on 10 euroa.

Katso Järvenpään Ladun matkaehdot sivulta 15

Ilmoittautumiset Aulille ensisijaisesti sähköpostitse, auli.saloranta@saunalahti.fi tai 0400 409 052. Auli antaa myös lisätietoja matkasta.

Järvenpään latu ry pitää oikeuden muutoksiin

Kansainvälinen toiminta

Runsaahton ennakkokysynnän seurauksena päätimme jatkaa ulkomaille suuntautuvaa retkitoimintaa alkupe-
räisestä välivuosiajatuksesta huolimatta. Olemme valmistelleet vuoden 2016 kohteeksemme Irlantiin Kerryn maakuntaan 26.6. – 2.7. suuntautuvan patikka-
retken. Retkikohte on poikkeuksellinen aikaisemmin toteuttamiemme retkien kohteisiin verrattuna. Tällä kertaa emme suuntaa matkaamme varsinaiselle vuoristoseudulle, vaan pitäydymme laa-
keammassa ympäristössä. Pääsemme kuitenkin kokemaan niin Atlantin rannikon, alueen kansallispuistot, järvet, linnat ja kartanot kuin pienen matkaa vuoristoakin.



Toteutamme retken yhteistyössä matkatoimisto YouTravelin kanssa.

Ensi vuonna on tarkoitus taas koota ryhmä toteuttamaan seuraavaa kansainvälistä retkeä. Mikä tulee olemaan retkikohteena, sitä emme ole vielä päättäneet. Nyt onkin sopiva aika synnyttää ajatuksia maisemallisesti mahdollisimman mielenkiintoisen, ja ehkä myös liikunnallisesti jonkin verran haasteellisen kohteen löytämiseksi. Jos sinulla pyörii ajatuksissasi joku kiinnostava kohde, tai on jo olemassa valmis esitys, ilmoita siitä minulle.

Tee mahdolliset esityksesi Kajtsulle, kaj.natri@kolumbus.fi tai 050 435 1872

Onhan Aulilla sinun sähköpostiosoitteesi?

Jos ei, ilmoita, niin saat suoraan kotipostiisi tietoa tapahtumista.

Tapahtumat 2016

Uusimmat tiedot tapahtumistamme löydät kotisivuiltamme:

www.suomenlatu.org/jarvenpaanlatu/

Pesäpallo

Naisille suunnattu harrastepesäpallolu jatkuu kesällä Haarajoen kentällä tiistaisin klo 18:00–20:00. Palloa lyödään ajalla **10.5. –13.9.2016**. Harrastepesäpallo on tarkoitettu kaikenikäisille ja -kuntoisille pesäpallosta kiinnostuneille naisille. Osallistumme syyskuussa Turun Kupittaal-la järjestettävään LadyPesis-turnaukseen.

Lisätietoja: Jonna, jarmo.huhta@kolumbus.fi tai 0500 695 449

Pyöräretket

Pyöräretki Keravanjärvelle tehdään tiistaina 8.6.2016. Lähtö tapahtuu klo 18:00 Rantapuiston Kolmisoinnulta. Perillä on mahdollisuus uimiseen ja makkarapaistoon. Tarkemmat tiedot löytyvät kotisivuiltamme sekä paikallis-lehdistä edellisenä viikonloppuna.

Kokonaismatkaa kertyy noin 45 km.

Pyöräretki Porvooseen toteutetaan lauantai-na 6.8.2016. Lähtö tapahtuu klo 8:00 Rantapuiston Kolmisoinnulta. Myös Porvoon pyöräretkestä tarkemmat tiedot löytyvät kotisivuiltamme, sekä paikallislehdistä edellisenä viikonloppuna. Kokonaismatka on noin 90 km.

Muistathan laittaa pyöräilykypärän päähäsi pyöräretkille!

Lisätietoja: Ilkka, arola.ilkka@gmail.com tai 0400 549 620.

Kilometrikisa

Järvenpään Latu on ilmoittautunut tänäkin kesänä leikkimieliseen pyöräilyn kilometrikisaan. Tarkoitus on pyöräillä koko joukkueen voimin 1.5.- 22.9.2016 välisenä aikana niin paljon kuin mahdollista.

Kisassa arvotaan joka kuukausi hienoja palkintoja.

Kilometrikisaan voit osallistua osoitteessa: <http://www.kilometrikisa.fi/teams/join/> Joukkuetunnuksemme on: **jäkenlatu_2016**

Jos olit jo viime vuonna mukana kisassa, voit liittyä luomillasi tunnuksilla. Mikäli käyttäjätunnus tai salasana on päässyt unohtumaan, voi tunnustiedot palauttaa helposti omaan tunnukseen liittyvällä sähköpostiosoitteella osoitteessa <https://www.kilometrikisa.fi/accounts/recover/>

Pyöräillään YHDESSÄ kilometrikisan voittoon!

Lisätietoja: Ilkka, arola.ilkka@gmail.com tai 0400 549 620.

Säästä luontoa ja tilaa jäsentiedote jatkossa sähköisesti

Lähetä pyyntö sähköpostilla Aulille:

auli.saloranta@saunalahti.fi

Sauvakävelut ja patikoinnit

Sauvakävely

Sauvakävelemme syyskuun alusta lumen tuloon asti.

Lyhyempi lenkki kävellään pääasiassa kevyen liikenteen väylillä, kesto noin 1 h.

Pidempi lenkki suuntautuu Terholaan tai pääosin asfaltoimattomille teille, kesto noin 1,5 h.

Ryhmien vauhti määräytyy ryhmän hitaimman kävelijän mukaan.

Tiedotamme kävelypäivistä ja ajoista elo-kuun alussa.

Lisätietoa lyhyemmstä lenkistä:

Kyllikki, forsten.kyllikki@kolumbus.fi tai 041 444 8604

Lisätietoa pidemmstä lenkistä:

Ulla, ulla.helander@kolumbus.fi tai 040 733 7320

Sauvakävelyä Hirvihaaran kuntoradalla

Lähdemme kävelemään 11.9.2016 Hirvihaaran kuntoradalle.

Rata on pääosin purupohjainen ja sisältää runsaasti mäkiä.

Kävelemme 1-2 tuntia.

Lähtö Järvenpään kirkon alaparkkipaikalta klo 10:00.

Ilmoittautumiset kimpakyytien järjestämiseksi Aulille 7.9. mennessä auli.saloranta@saunalahti.fi tai 0400 409 052.

Juustopolku (Heinola–Vuolenkoski) patikkaretki

Lähdemme sunnuntaina 2.10.2016 kokopäivän patikalle Juustopolulle joka on vanha yhdysreitti Heinolasta Vuolenkoskelle (n. 17,2 km, keski-vaativa). Polku nousee alkumatkan loivaa ylämäkeä muutaman kilometrin ja matkan varrella on joitakin pitkosputia. Helposta reitistä tekee vaa-

tivamman reitin pituus ja kumpuileva maasto.

Juustopolku alkaa Heinolasta Jyrängön kaupunginosasta Konneveden rannalta. Vaellusreitti sukeltaa alkumatkasta kuusimetsikön sadunomaiseen tunnelmaan. Polku on paikoin leveä ja sitä on helppo seurata. Ennen Korvenlammen laavua se ylittää metsäautotien muuttaman kerran. Noin kilometri laavun jälkeen reitti kulkee hetken sähkölinjojen alla ja pian niiden jälkeen patkän metsäautotietä pitkin. Maasto vaihtelee ja matkan varrella näkyy ihmisen jättämät jäljet, hakkuuaukeat ja metsäautotiet. Polku sukeltaa takaisin kuusimetsän siimekseen ja välillä maisema vaihtuu jäkälän peittämiin kallioihin, lehtoihin ja kanervikkoihin. Toisen laavun jälkeen polku alkaa pikkuhiljaa laskea alaspäin. Loppumatkasta metsän puiden lomasta vilahtaa asutusta ja lopulta polku vaihtuu ruohon peittämäksi metsäautotieksi, jota pitkin viimeiset kilometrit kävellään. Reitti päättyy Vuolenkosken kylälle.

Reitin varrella pidämme yhden pidemmän evästauon (makkarapaistomahdollisuus) luultavimmin Kuparikiven laavulla, jolle tulee lähtöpaikalta matkaa noin 9 km. Varaathan riittävästi evästä, juotavaa sekä taukovaatetta mukaasi.

Lähdemme linja-autolla Järvenpään kirkon alaparkkipaikalta klo 8:00.

Matkasta perimme 10 euron maksun.

Mukaan mahtuu 40 reipasta patikoijaa.

Ilmoittautumiset 25.9.2016 mennessä

Aulille, auli.saloranta@saunalahti.fi tai 0400 409 052.

Lisätietoja: Masa, matti.salo@kotikone.fi tai 045 158 2009.

Reittikuvaus:

(www.outdoorsfinland.fi/reitti/juustopolku/)

Isänpäivän nuotiopatikka Usmiin

Lähdemme 13.11.2016 Hyvinkään Ladun järjestämälle Isänpäivän nuotiopatikalle Usmin maisemiin.

Hyvinkään Latu tarjoaa nuotiopaikalla noki-pannukahvit. Ota evästä ja oma muki mukaan.

Lähtö Järvenpään kirkon alaparkkipaikalta kimpakyydein sunnuntaina 13.11. klo 9:00. Varaa 5 euroa kuljettajalle kyydistä.

Ilmoittautumiset kimpakyytien järjestämiseksi Aulille 6.11. mennessä ensisijaisesti sähköpostitse, auli.saloranta@saunalahti.fi tai 0400 409 052.

Itsenäisyyspäivän kävely

Perinteitä jatkaaksemme kävelemme Tuusulanjärven ympäri (20 km) Itsenäisyyspäivänä 6.12.2016. Lähtö klo 9:00 Kolmisoinnulta. Ota pienet eväät ja juotavaa mukaan. Pidämme Hyrylässä lyhyen ruokatauon.

Kävelytapahtumista lisätietoja

Kaikista kävelytapahtumista tarkempaa tietoa lähempänä tapahtumaa kotisivuillamme ja paikallislehdissä.

Lisätietoja myös:

Anne, aikoskinen@elisanet.fi tai 0400 692 260

Auli, auli.saloranta@saunalahti.fi tai 0400 409 052

Masa, matti.salo@kotikone.fi tai 045 158 2009

Järjestämme satunnaisesti lyhyitä päiväretkiä, joko kävellen tai pyöräillen. Tarkkaile kotisivujamme, ilmoitamme siellä viikonlopputapahtumista.

Sieniretket

Järjestämme sieniretket lauantaina **10.9.2016** ja **1.10.2016** Järvenpään lähialueelle.

Sieniretken arvioitu kesto on noin 4–6 tuntia, joten pidämme retkellä myös evästauon.

Jalkineiksi kumisaappaat.

Lähdemme Järvenpään kirkon alaparkkipaikalta klo 9:00 kimpakyydein.

Mukaan mahtuu noin 20 sienestäjää.

Voimme tehdä myös useampia sieniretkiä porukan niin halutessa. Niistä ilmoitamme kotisivuilla.

Ilmoittautumiset Aulille torstai 8.9. iltaan mennessä ensisijaisesti sähköpostitse, auli.saloranta@saunalahti.fi tai 0400 409 052.

Lisätietoja: Timo, timo.lehtinen351@gmail.com tai 040 7320 469.

Lentopallo

Lennokas naisille suunnattu harrastelentopalloilu jatkuu koulujen aukioloaikoina Järvenpään Keskuskoulun liikuntasalilla aina sunnuntaisin klo 19:30 - 21:00. Käynti salille on urheilukentän puoleisesta päädyistä.

Kerran kuussa on ohjatut treenit, muulloin pelaamme yhdessä.

Pallot ovat Järvenpään Ladun puolesta.

Tällä hetkellä kaikki mukana olijat ovat jo pelanneet jonkin aikaa, mutta aloittelijat ovat tervetulleita seuraamaan ja tutustumaan, opastusta saa tarpeen mukaan.

Lisätietoja: Heidi, heke79@hotmail.com tai 040 741 3415

Säästä luontoa ja tilaa jäsentiedote jatkossa sähköisesti
Lähetä pyyntö sähköpostilla Aulille:
auli.saloranta@saunalahti.fi

Salivuoro

Järvenpään Ladulla on salivuoro Järvenpään seurakunnan liikuntasalissa lauantaisin klo 9:30 – 11:00.

Kevätkauden vuorot jouduttiin perumaan liikuntasalin remontin vuoksi. Syksyllä aloitamme jumppaamisen lauantaina **1.10.2016**. Ilmoittamme kotisivuillamme mikä silloin on teemana.

Tervetuloa harrastamaan rentoa liikuntaa eri muodoissa.

Lisätietoja: Auli, auli.saloranta@saunalahti.fi tai 0400 409 052

NUKU YÖ ULKONA

Järvenpään Latu järjestää pilottihankeena toiminnallisen *Nuku Yö Ulkona* -perhetapahtuman **lauantaina 17. syyskuuta** Lemmenlaakson laavun maastossa.

Tapahtuma on valmistautumista ensi vuoden *”Suomi 100 Vuotta”* -juhlateeman valtakunnalliseen vastaavaan suur tapahtumaan. Tapahtumasta tullaan tiedottamaan tarkemmin kotisivuillamme hyvissä ajoin ennen tapahtuma-ajankohtaa. Se kohdennetaan perheille siten, että jokaiseen perheeseen (vastaava) on osallistuttava yksi aikuinen, joka on mukana koko tapahtuman ajan.

Majoitusvaihtoehtoina ovat telttä (oma tai järjestäjän varaama iso telttä ilman lämmityslaitetta), laavu tai taivasalla yöpyminen. Järjestäjä vastaa alueen valvonnasta.

Lisätietoja: Kaj, kaj.natri@kolumbus.fi tai 050 435 1872

Ikäihmisten liikuttaminen

Jatkamme ikäihmisten ulkoiluttamista Kivipuistossa.

Olemme käyneet ulkoiluttamassa vanhuksia joka maanantai syksyisin syys-lokakuussa ja keväisin huhti-toukokuussa. Kellonaika on aina sama 10:30 - 11:10. Keskeytämme ulkoiluttamisen talviajaksi. Asukkaat tietävät ja odottavat tuloamme, ja usein heitä onkin enemmän kuin meitä ulkoiluttajia.

Ulkoilutusjoukkomme koostuu pääosin latulaisista sekä muutamasta muusta innokkaasta auttajasta.

Mukaan voi tulla silloin, kun itselle sopii. Tervetuloa kokeilemaan!

Itsenäisyyspäivän ja joulun aikaan on tarkoitus käydä laulattamassa asukkaita. Laulamme heitä myös silloin, kun sade estää ulkoilutuksen.

Jos olet kiinnostunut ulkoiluttamaan vanhuk- sia, ota yhteyttä Katiin, katriina.hemmi@gmail.com tai 050 539 2935.

Nordic Walk Finland 7.8.2016

Kansainvälinen sauvakävelytapahtuma järjestetään Paloheinässä sunnuntaina 7.8.

Elokuussa kokoonnutaan sauvakävel- mään suurella joukolla Helsingin Palohei- nään. Sauvakävelyn lisäksi tapahtumatoril- la tehdään ryhtitestejä, tarkistetaan kävely- tekniikkaa, jumpataan ja paljon muuta.

Tule mukaan!

Löydät tapahtuman myös Facebookista.

Onhan Aulilla sinun sähköpostiosoitteesi?

Jos ei, ilmoita, niin saat suoraan kotipostiisi tietoa tapahtumista.

Toimintaa lapsille

Metsämörrikoulu syksy 2016

Metsämörrikoulussa leikitään ja tutustutaan luontoon Metsämörri-satuhahmon johdolla. Metsämörrit kokoontuvat yhteensä 5 kertaa, viimeisellä kerralla koko perhe voi olla mukana. Mörrikoulu on tarkoitettu 5-7 vuotiaille.

Syksyn mörrit kokoontuvat Paavonpolun kuntoradan metsässä. Tarkempi ajankohta selviää myöhemmin ja siitä ilmoitetaan paikallis-lehdissä, kotisivuilla sekä facebookissa .

Hinta: Ladun jäsen 10€ / ei jäsen 20€

Ilmoittautuminen ja lisätietoja:

Saija 041 465 2420

jarvenpaanmetsamorrit@hotmail.fi



hoi kolikok

Metsämyttyset syksy 2016

Metsämyttyset tutustuvat luontoon leikin ja ihmettelyn avulla. Metsämyttyset on tarkoitettu 4-vuotiaille.

Metsämyttyset kokoontuvat Paavonpolun kuntoradan metsässä. Tarkempi ajankohta selviää myöhemmin, ja siitä ilmoitetaan paikallis-lehdissä, kotisivuilla sekä facebookissa

Hinta: Ladun jäsen 5€ / ei jäsen 10€

Ilmoittautuminen ja lisätietoja:

Saija 041 465 2420

jarvenpaanmetsamorrit@hotmail.fi

Metsänuppuset syksy 2016

Metsänuppuset on tarkoitettu alle 3-vuotiaille lapsille yhdessä oman aikuisen kanssa. Ryhmässä tutustutaan metsään aikuisen kanssa.

Ryhmä kokoontuu: Keskiviikkona 7.9, 14.9, 21.9, 28.9, 5.10, 12.10 klo 17.30-18.30, yhteensä 6 kertaa Paavonpolun kuntoradan metsässä.

Hinta: Ladun jäsen 5€ / ei jäsen 10€

Ilmoittautuminen ja lisätietoja:

jarvenpaanmetsamorrit@hotmail.fi tai

Saija 041 465 2420



TERVETULOA KOKO PERHE METSÄÄN!

Metsämörrin metsävaellus Lemmenlaaksossa

SUNNUNTAINA 5.6.16 klo 10.00

Lemmenlaaksossa (kokoontuminen hiekkakuopan parkkipaikalla)

- Vaellus Metsämörrin johdolla tutkien ja leikkien luonnossa
- Omat eväät mukaan, mahdollisuus makkarapaistoon nuotiopaikalla!

Lisätietoa ja ilmoittautuminen:

jarvenpaanmetsamorrit@hotmail.fi

tai Saija 041 465 2420.

Tapahtuma on kaikille maksuton.

Koko perheen Metsämörrin sienivaellus

Sunnuntaina 11.9.2016 klo.10.00

Hiihtomajan maastossa.

(Kokoontuminen hiihtomajan pihalla: Jokelantie, Järvenpää)

- ✕ retkellä tutustutaan sieniin tutkien ja leikkien.
- ✕ Omat eväät mukaan, mahdollisuus makkaranpaistoon nuotiopaikalla!
- ✕ kesto noin 2H
- ✕ kokoontuminen Hiihtomajan pihalla

Lisätietoja ja ilmoittautuminen:
jarvenpaanmetsamorrit@hotmail.fi
tai Saija 041 4652420





TILAA KAUTTAMME ULLMAXIA.

Tuotteet ovat urheiluvaatteita, pääasiassa kerrastoja. Merinovillaa, villafroteeta, polypropyleeniä ja polyesteria. Vaatteet ovat laadukkaita ja edullisia.

Ladulla on tuote-esittelylaukku, jossa on malleja tuotteista. Voit käydä kokeilemassa vaatteita sopimuksen mukaan. Teemme yhdessä tilauksen ja tilaamasi vaatteet maksat Ladun tilille ja voit noutaa vaatteet maksukuittia vastaan. Näin säästät postimaksut.

**Käy tutustumassa tuotteisiin Ullmaxin kotisivuilla
www.ullmax.fi**

Ota yhteyttä, niin sovitaan vaatteiden näytöstä.
marita.turunen@kolumbus.fi tai 0400 404 561

Hanki jäsen

Suomen Ladun elinehto ovat paikallisesti toimivat jäsenyhdistykset. Tarjoamme mukavan yhteisön matalan kynnyksen liikuntaan, mihin on helppo kutsua myös ystävä tai naapuri mukaan. Suomen Ladun jäsenmäärä on tällä hetkellä yli 80 000. Hurjin kasvuvauhti on viime vuosina tasaantunut, mutta suomalaisten tarve ulkoilulle ja yhteisöllisyydelle ei ole kadonnut mihinkään. Latu-jengissä on vielä tilaa! Hankkimalla uuden jäsenen joukkoomme, saat itse lahjan.

Uusin kampanjalahja julkaistaan jokaisen Latu&Polku -lehden palvelusivuilla. Lahja postitetaan jäsenhankkijalle sen jälkeen, kun uusi jäsen on maksanut jäsenmaksunsa. Ao. lahja on voimassa, kunnes uusi Latu & Polku lehti ilmestyy

Tämä hetken jäsenhankintalahjana on Karttakeskuksen julkaisema *101 Erätaitoa – Retkeilijän parhaat vinkit* -kirja (arvo 22,90 €)."

www.suomenlatu.fi/hankijasen

Jäsenyysasiat

Jäsenmaksut 2016

Henkilöjäsen	25 euroa
Rinnakkaisjäsen (henkilöjäsenenä toisessa yhdistyksessä)	10 euroa
Perhejäsenyys (samassa osoitteessa asuvat)	35 euroa
Nuoriso- ja opiskelijajäsenyys (nuoret alle 20 v. ja opiskelijat alle 29 v.)	10 euroa
Kannattajajäsen	150 euroa

Järvenpään Ladun tilinumero:

FI78 8044 0710 2005 52

HUOM! Ei jäsenmaksuja, jäsenmaksut Suomen Ladun kautta
(lisätietoa Marita, puh. 0400 404 561)

Seuraava tiedote:

Alkuvuoden 2017 toiminnasta kertova tiedote jaetaan joulukuussa 2016.

Syyskokous:

16.11.2016 klo 18.00 Järvenpää-talo.

Käsitellään yhdistyksen säännöissä kevätkokoukselle määritellyt asiat.

Koulutusta:

Suomen Latu järjestää monenlaista liikuntaan liittyvää koulutusta johon voi tutustua osoitteessa www.suomenlatu.fi. Jos olet kiinnostunut koulutuksesta ja valmis sitoutumaan saamasi opetuksen jakamiseen yhteiseksi hyväksemme, Järvenpään Latu on valmis osallistumaan koulutuksen kustannuksiin, joko kokonaan tai osittain.

Ota yhteyttä, Kaj 050 435 1872 tai kaj.natri@kolumbus.fi.

JÄRVENPÄÄN LADUN MATKAEHDOT

MATKAN PERUUTUS

Mikäli peruutus tapahtuu:

- myöhemmin kuin 28 vrk, mutta viimeistään 14 vrk ennen lähtöä, veloitetaan toimistokulut 20 €
- myöhemmin kuin 14 vrk, mutta viimeistään 48 tuntia ennen matkan alkua, peritään 50% hinnasta
- myöhemmin kuin 48 tuntia ennen lähtöä, tai jos osallistuja ei saavu ajoissa lähtöpaikalle myöhästysten matkasta, on järjestäjällä oikeus pidättää koko matkan hinta.
- sairastapauksissa maksut palautetaan vähennettynä toimistokuluilla 20 €, sairauden varmistava lääkärintodistus on toimitettava Järvenpään Ladun sihteerille.



Posti Green

Kannattajajäsenemme:



www.fysiosalus.fi
Alhotie 14
044 564 4876



www.kuntosalus.fi
Alhotie 14
09 271 3008



Oy Chebici Ltd
Vanha Yhdystie 2
04430 Järvenpää



Järvenpää
Helsingintie 4-8
puh. 09 279 7200



KAKKUTALOGILAN.FI
Vanha Yhdystie 17
04430 Järvenpää