



Järvenpään Latu

50v

1970-2020

Jäsentiedote 1/2020

<https://www.facebook.com/jarvenpaanlatu/>
www.jarvenpaanlatu.fi

HALLITUS JA TOIMIHENKILÖT 2020



Turvallisuusasiat,
Kansainvälinen toiminta

Kaj Natri, puheenjohtaja
kaj.natri@kolumbus.fi, 050 435 1872

Sieniretket

Timo Lehtinen, varapuheenjohtaja
timolehtinen351@gmail.com, 040 732 0469

Lasten- ja nuorten
toiminta, perheliikunta

Saija Eronen, sihteeri
saija.eronen@hotmail.fi, 041 465 2420
jarvenpaanmetsamorrit@hotmail.fi

Naisten pesäpallo
SOME

Kirsi Autio, tiedottaja
kirsi.autio@gmail.com, 040 565 4607

Retkeily, hiihto

Arja Sallinen, jäsen
arska60@gmail.com, 040 561 6086

Retkeily, hiihto
Matkaluistelu

Petri Oikkonen, jäsen
petri.oikkonen@laurea.fi, 046 856 7791

Jäsenyysasiat
näyttelyt

Eveliina Puhakka, jäsen
eve.puhakka@gmail.com, 040 554 7112

Polkujuoksu

Eero Kittelä, varajäsen
eero.kittela@gmail.com, 040 748 2400

Rahastonhoitaja

Marite Kuokkanen, varajäsen
maritemeister@gmail.com, 040 748 5142

Maantiapyöräily

Ilkka Arola, arola.ilkka@gmail.com, 0400 549 620

Ikäihmisten liikuttaminen
viikkokävely

Katriina Hemmi, katriina.hemmi@gmail.com, 050 539 2935

Lumikenkäily
Salijumppa
Muumihiihtokoulu
Polkujuoksu
Lentopallo
Talviuinti
Ullmax
Kalustovastaava

Heikki Laaksonen, heikki.laaksonen.hjl@gmail.com, 045 235 7338
Maria Juntti, mariajuntti@hotmail.com, 040 569 1999
Kati Suvanto, kati.suvanto@gmail.com, 044 336 3636
Jari Muurainen, jari.muurainen@gmail.com, 040 180 2226
Heidi Patrikainen, heke79@hotmail.com, 040741 3415
Helena Toivanen, helena.toivanen@kotiposti.net, 040 547 4460
Marita Turunen, marita.turunen@kolumbus.fi, 0400 404 561
Pertti Ottman, pertti.ottman@outlook.com, 0400 417 883

KATSAUS MENNEESEEN – NÄKYMIÄ TULEVAISUUDESTA

Kymmenen vuotta ei ihmisen elämässä, eikä monessa muussakaan aikajanalla mitatussa ole kovinkaan pitkä aikaväli. Omalla kohdallani se edustaa kuitenkin seitsemättä osaa elinkaarestani vapaaehtoistyöläisenä paikallisen latuyhdistyksen puheenjohtajana.

Aika on kulunut nopeasti. Juuri kun vietimme yhdistyksemme 40v juhllallisuuksia, olemme jo valmistautumassa tammikuussa 2021 tulevaan 50 – vuotisjuhlaamme. Miten olemme aikamme viettäneet ja millaisiin tuloksin?

Vireä yhdistys energisine ihmisineen on ollut aikaansaava, näin uskallan sanoa. Mitä tuo edellinen virke pitää sisällään, tiivistetty katsaus siihen.

Hallinnollisesti olemme saaneet joukkoomme uusia innokkaita toimijoita ja ottaneet käyttöömmme uudet säännöt. Henkilöiden vaihtuvuus yhdistyksen hallituksessa on tapahtunut sopivassa suhteessa toiminnan kehittämiseen ja kehittymiseen. Olemme myös tietoisesti lisänneet suunnitelmallisuutta järjestämällä säännöllisesti suunnitteluseminaareja, sekä huomioineet toimintoihimme liittyvät turvallisuusnäkökohdat erityisellä huolellisuudella.

Toimintamme ja sen piiriin kuuluvien osallistujien määrä on laajentunut. Jäsenmäärämme on reilusti kaksinkertaistunut 10 vuoden aikana, ollen nyt yli 1100 henkilöä. Olemme saaneet toimintaamme uusia muotoja, perinteisiä unohtamatta. Jatkuva kaupungin ja kolmannen sektorin yhteistyön lisääntyminen tuottaa omalta osaltaan lisää liikunnallisia aktiviteetteja, niin jäsenistölle kuin kuntalaisille.

Olosuhteiden vaikutuksesta retkeily ja pallopelit ovat saaneet enemmän jalansijaa keskuudessamme. Tämä ei ole ollut isetarkoitus, vaan pikemminkin olemme päätyneet siihen tulkitsemalla ihmisten liikunnallisia tarpeita. Lappiin suuntautuvat ruskaretket ovat edelleen erittäin suosittuja, mitä samaa voi sanoa kaupungin ulkopuolelle suuntautuvista päiväpatikkaretkistä. Suosituiksi muodostuneet sieniretket täydentävät hienolla tavalla ulkolikunnan kirjoa, johon myös oman erikoisen leimansa tuovat eri puolille Euroopan vuoristoihin suunnatut patikkaretket.

Huomion ovat saaneet myös lapset, perheet ja ikäihmiset. Lapsille järjestetty toiminta pyörii useammassa ikäryhmässä ympärivuotisesti. Perheille on järjestetty erilaisia yhteisiä tapahtumia, joista laajamittaisiin oli 2016 järjestetty Angry Birds Go Snow – tapahtuma, joka keräsi Vanhankylänniemeen arviolta 2500 osallistujaa. Koko kymmenvuotiskauden pyörinyt yhteistyö Kivipuiston palvelukodin kanssa on ollut toimivaa, vireää ja antoisaa niin ulkoilutettaville kuin heitä ulkoiluttaville.

Entä sitten tulevaisuus? Menneet vuodet ovat kuormittaneet kohtalaisen paljon tiettyjä ydinhenkilöitämme. He tarvitsevat lisää tukea kyetäkseen toteuttamaan yhdistyksen tavoitteita. Tyypillisimmillään tällaisia toimintoja ovat talviuinti, hiihto ja pyöräilyt (maantie- ja maasto-), joihin kaikkiin haetaan lisää vapaaehtoisvoimaa toiminnan pyörittämiseksi.

Talviuinti on yksi tämänhetkistä toimintoistamme laajin, jonka järjestäminen vaatii paitsi aktiivista ryhmää, myös toimintaan soveliaita olosuhteita. Tässä mielessä tulevaisuus on pitkälti riippuvainen yhteistyötahoista, koska omaa saunarantaa meillä ei ole. Näköpiirissä on kaksi mahdollisuutta – jatko Vanhankylän kartanon saunarannassa, tai Tervanokkaan mahdollisesti tuleva uusi kohde. Aika näyttää.

Hiihto, koko latutoiminnan yksi peruselementeistä, on kahtena viime vuotena potanut lievää anemiaa. Vastuuvetäjän puutteessa olemme joutuneet toistaiseksi luopumaan Lapin hiihtoviikostamme. Katseet on tässä mielessä suunnattava vuoden 2021 kevähangille, mihin mennessä tavoitteenamme on löytää joukkoomme uusi hiihtoretkien vetäjä. Oletko sinä kiinnostunut tehtävästä?

Puheenjohtajana tunnen suurta kiitollisuutta jäsenistölle mielenkiinnosta ja aktiivisuudesta osallistua järjestettyyn toimintaan. Erytiskiitoksen ansaitsevat ne muutamat läheiset ihmiset, jotka vapaaehtoisina uurastavat tapahtumasta toiseen luoden osallistujille hyvät ja turvalliset olosuhteet omien ulkoilutottumustensa toteuttamiseksi. Tuen ja avun tarjoaminen heille, vaikka tapahtumakohtaisesti, olisi tervetullutta. Näin myös heidän hyvinvointinsa ja innostuneisuutensa säilyisi hamaan tulevaisuuteen.

Hyviä hiihtokelejä odotellessa Kajtsu

UUSIA JÄSENIÄ HALLITUKSEEN



Uusi Järvenpään Ladun hallituksen jäsen

Nimi: Petri Oikkonen

Ikä: 55

Retkiohjaaja

Harrastuksena on kierrellä ja bongata vaimon ja koiran kanssa kansallispuistoja.

Motto: Sellaista se on

Hei!

Olen Marite Kuokkanen, teidän uusi rahastonhoitajanne. Järvenpäässä olen asustellut melkein koko ikäni ja töissä tällä hetkellä Tuusulassa kirjanpitäjänä.

Liikunta on kuulunut elämäni vahvasti koko ikäni, nuorempana tuli kilpailtuakin suunnistuksen parissa. Niiltä ajoilta jäänyt rakkaus luontoon, eritoten metsiin.

Vaeltamista ja muuten vaan metsässä samoiltua tulee harrastettua aina kun mahdollista. Ja tietty koiran kanssa kävelyä päivittäin.

Katsotaan, josko tänä talvena pääsisi taas hiihdon makuun. Toivotaan, että saadaan lunta oikein kunnolla!



Suomen Ladun syyspäivät ja järjestön syyskokous Rokua 25.-27.10.2019

Suomen Ladun syyspäivät ja -kokous järjestettiin tällä kertaa Rokuan kylpylän luonnonkauniissa ympäristössä. Edes ulkona orastava talvinen sää ei pystynyt vaihentamaan sähköisyyttä, joka kokouksen ympärillä tällä kertaa vallitsi. Erityisen mielenkiinnon ja jännittävyyden siihen toi uuden puheenjohtajan valinta, entisen pitkäaikaisen puheenjohtajan Pekka Alasen ilmoitettua jo hyvissä ajoin vetäytyvänsä tehtävästä 15 vuoden rupeaman jälkeen. Uudeksi puheenjohtajaksi valittiin äänestyksen jälkeen Kirre Palmi Tampereelta varsin selvin numeroin 182 – 46 – 16 (kolme esitystä).



Ennen varsinaista kokouspäivää toteutettiin koulutustilaisuuksia eriaiheisista teemoista ulkoilmaliikuntaa unohtamatta. Luonto tarjosi parastaan. Maaston peittävä, miltei utopistisen kuvan verkkokalvoille luonut maisema yllätti totaalisesti. Jotenkin jäkäläesiintymät ovat mielletty poroalueiden ominaisuudeksi, mutta ei, kokonainen jäkälämatto verhosi koko kokouspaikan ympäristön.

Sunnuntaiamu valkeni puolestaan hohtavan valkeaan lumisuuteen. Kuuraan kietoutunut aluskasvillisuus ja lumen peittävä maa sekä lumipeitteiset autot pysäköintialueilla todistivat tapahtuneen. Talven tulo näytti olevan hyvällä alullaan. Väistyvän puheenjohtajan kunniaksi edellisenä iltana järjestetty ”Pekka – Show” loi idearikkaudessaan ja lämminhenkisyysdessään hyvät lähtökohdat sunnuntain kokoukselle. Yhteisöllisyys säilyi reilussa kamppailussa puheenjohtajuudesta.

Puheenjohtajavalinta sai odotetusti suurimman huomion osakseen koko kokouksen protokollasta. Muilta osin kokous noudatti perinteisiä, sääntömääräisiä muotoja asiasisältöineen – toimintasuunnitelma, tulo- ja menoarvio, palkkioiden suuruus, kokouskutsut jne.



Ruskaretki 14.-21.9.2019 Saariselkä

Retkeilijän kynästä:
Lapin maisemissa 35 vuoden jälkeen



“Latu liikkuu!”

Valmistelut

Omat Lappi-kokemukseni rajoittuvat vuoden 1984 Tievatuvan vaellusripariin ja pariin laskettelureissuun Etelä-Lapissa. Retkivarusteita piti vuosikymmenten tauon jälkeen hankkia vaelluskengistä ja -housuista lähtien. Kajtsun lähettämä varusteluettelo oli hyvä lähtökohta laukkaa pakatessa. Lähdin retkelle tuntematta ketään etukäteen, ja kiva etkotapahtuma oli Hirvihaarassa tehty lenkki edellisenä viikonloppuna.

Menomatka

Melko alkumatkasta näimme suuren joutsenparven pellolla ja hetken päästä kurkiperheen aivan tien vieressä. Mitä pohjoisemmaksi mentiin, sitä enemmän näkyi ruskan värejä ja sitä kitukasvuiseemmiksi kävivät puut. Aurinko ja poutaiset pilvet saattoivat meitä koko matkan. Silloin tällöin horisontissa näkyi maistiaisia aavasta maisemasta, joka meitä odotti.

Pitkä istuminen oli fyysisesti rankkaa, mutta matka sujui yllättävän nopeasti. Yhdistys tarjosi täyttävän ja ravitsevan lounaan, ja muut matkaeväät kustannettiin itse. Yhteisinä huvituksina olivat Kajtsun tietokilpailut, ja muutama yhteislaulukin kajautettiin.

Ensimmäinen retkipäivä valkeni upean auringonpaisteen siivittämänä, kuuraisen maan kimaltaessa. Patikoimaan lähdettiin tukevan aamupalan jälkeen klo 10. Seuraavat viisi tuntia käveltiin sinisten rastien reittiä Sivakkaojan laavulle ja Niilanpään kautta takaisin suht rauhallista vauhtia. Otimme valokuvia, ihastelimme maisemia ja söimme eväitä. Ihasteltavaa riitti lähes sietokyvyn rajoille asti, niin kaunista maastossa oli! Ihan tunturin huipulle ei vielä päästy, mutta Kiilopään reunamaa mentiin, ja sieltä näkyi kymmenien kilometrien päähän.



Patikoinnin jälkeen oli heti sauna, ja hyvin nautinnollista oli siinä iltapäivän tyyneessä auringonpaisteessa pulahtaa myös jääkylmään Kakslauttaseen. Hiukan hellänä olevat paikat tuntuivat vertyvän hyvin saunomisen jälkeen. Iltaohjelmanä oli briiffaus seuraavasta päivästä sekä esittelykierros, jossa jokainen kertoi hiukan itsestään. Unta ei illalla tarvinnut houkutella.

Toinen retkipäivä

Oma retkipäiväni alkoi ikävästi, sillä heti kun laitoin kengät jalkaan, tunsin kipua nilkkaaluun kohdalla. Kävistelini ensimmäisen kuuden kilometrin etapin Kiilopään juurelle. Sieltä piti sitten tulla taksilla kämpille. Muu porukka pääsi tekemään suunnitellun retkensä upeissa kurumaisemissa.

Kolmas retkipäivä

Vaelluskenkää en saanut edelleenkaan jalkaan, mutta onneksi oli lenkkarit mukana. Muu porukka lähti liikkeelle Suomen Ladun hotelli- ja retkeilykeskuksesta, ja minä vuokrasin sähköläskipyörän ja lähdin yksin tunturiin. Nousin kevyen sähköavustuksen voimin Niilanpään huipulle, ja siellä kohtasin sattumalta muun ryhmän. Siitä eteenpäin ei päässyt turvallisesti pyörällä, joten käännyin takaisin ja jatkoin taukopaikalta kohti Ruijanpolkua. Puhelimesta oli nopeasti virta lähes lopussa, karttaa tai kompassia ei ollut, ja ainoa, joka tiesi summittaisen reittini, oli pyörävuokraaja. Eli hiukan riskaabeli retki, mutta omalla vastuulla. Onneksi vastaan tuli muutamia ihmisiä, ja heiltä varmistelin reittiä. Yksin liikkuminen oli mukavaa vaihtelua kaiken sosiaalisuuden ja yhteisen vauhdin seuraamisen jälkeen. Merkille pantavaa maastossa oli, että kaikki vastaantulijat tervehtivät ystävällisesti.

Vajaan kolmen tunnin pyöräilyn jälkeen palautin kulkuneuvoni, ja eväät syötyäni päätin vielä lähteä kävelemään Kiilopään huipulle. Rankka 1,9 kilometrin nousu kannatti ehdottomasti. Oli uskottoman upeaa katsella laelta joka suuntaan ja hengittää raikasta tunturi-ilmaa. Tuulisella laella oli samaan aikaan lisäksi ainoastaan yksi henkilö, ja ihastelimme näkymiä yhteen ääneen. Bussilla mentiin taas kämpille ja saunaan ja syömään.



Neljäs retkipäivä

Oma vaeltamiseni jäi väliin edelleen kipuilevan jalan takia, mutta lähdin kuitenkin muun porukan kanssa bussilla Kaunispäälle. Sieltä muut lähtivät kävelemään jäätävässä tuulessa alaspäin muutamaa eri reittiä, ja minä tutustuin kuskimme opastuksella Saariselän keskustan näkymiin. Turistirysämäinen näkymä oli pettymys, ja sieltä teki mieli poistua nopeasti. Toki Kuukkelissa piti käydä ostoksilla. Illalla lähdin Buranan voimin toisen retkeläisen kanssa kävelylle Tievalta. Kuvasimme luontoa, kuuntelimme puron solinaa ja kahden tunnin lenkkimme loppuosuuden tulimme pitkin kaunista ja hiljaista Ruijanpolkua.

Viides retkipäivä

Vaelsimme Ruijanpolkua lyhyen bussimatkan jälkeen. Porukka jakautui kahteen osaan, sillä reitti tiedettiin melko haasteelliseksi. Reitti oli suureksi osaksi kivikkoinen, ja lapsuuden viehtymys kivillä loikkimiseen pulpahti vahvasti mieleen. Patikoinnin aikana satoi vähän lunta ja rakeita. Hiukan kosteassa maastossa lenkkarit toimivat hienosti, kun laitoin hedelmäpusstit sukkiin päälle. Evästuolla pais-tettiin makkaraa ja täytyy myöntää, että maastossa muutkin retkievät maistuivat! Illalla oli ohjelmassa kodassa seurustelua sekä ex tempore pieni runon ja musiikin hetki Teivan kappelissa.



Kuudes retkipäivä

Viimeisen päivän saldo oli noin 20 km. Koko porukalla vaellettiin 16 km metsäistä reittiä sekä kullankaivajien maisemia. Saunan ja ruuan sekä lähtöpäivän briiffauksen jälkeen lähdimme pikku porukalla vielä ex tempore taksilla Kiilopäälle, ja kiipesimme huipulle katsomaan auringonlaskua. Muistorikas hetki sekin! Oli hienoa, että retken ohjelmassa oli varaa pieneen improvisointiin.



Bussikuskimme kuljetti meidän turvallisesti paikasta toiseen ja tarinoi uskottoman runsaista kokemuksistaan Lapista ja siellä matkailusta. Kotimatalla nähtiin vielä monta kappaletta kauneinta luontoa: kaksi hirvenvasaa emänsä kanssa aivan tien vieressä sekä poroja, joista yksi seiso keskellä tietä. Yhtä lähelle ei päästy muun retken aikana missään vaiheessa. Etelän ihmiselle harvinaisia lintujakin reissulla nähtiin: kuuksuleita monessa paikassa, koppeloita sekä korppi.

Säät suosivat pääosin matkaamme, ja tunnelma retkellä pysyi korkealla. Lappiin on ehdottomasti päästävää pian uudelleen. Lappi ja koko Suomi on niin kaunis! Minulle tämä ruskaretki oli todellinen elämys, ja kovasti tekee mieli lähteä seuraavallekin Lapin reissulle.

Kirjoittanut Hanni Autere

Lapin ruskaretki Jerisjärvellä Muoniossa 12. – 19.9.2020



Järjestämme perinteisen ruskaretken viikoilla 37/38. Majoitus järjestetään kodikkaassa ja rauhallisessa Tunturikeimiossä Keimiotunturin juurella, kahdessa eri rakennuksessa, Kiepissä ja Majassa.
<https://www.ywca.fi/197-yhteystiedot>

Matkalle mahtuu mukaan 35-40 patikoitsijaa ja sen hinta asettunee 650-700 euron paikkeille.

Tiedotamme retkestä yksityiskohtaisemmin 2/2020 jäsentiedotteessa sekä omilla koti- ja facebook-sivuillamme tulevan kesän aikana.

Ennakkovaraukset ja lisätiedot Kaj Natri 050 435 1872

Alkuvuoden 2020 tapahtumakalenteri

Päivitä tietosi tapahtumistamme kotisivuillamme

<https://www.facebook.com/jarvenpaanlatu/>

www.jarvenpaa.latu.fi

<https://www.instagram.com/jarvenpaanlatu/>

TAMMIKUU

Viikkokävelyt alkavat 7.1

Salijumpat jatkuvat lauantaiaamuisin

Matkaluistelut aloitetaan jäätilanteen salliessa

7.1 suksien voitelukurssi

25.1 hiihdon tekniikkakurssi

HELMIKUU

Satunnaiset sunnuntaihiihdot alkavat

9.2. lasten lumikenkätapahtuma

10.2. kuutamohiihto

23.3. lumikenkäretki Lemmenlaaksossa

MAALISKUU

4.3. lumikenkäretki otsalamppujen valossa

7.-8.3. Aurinkolatu hiihtotapahtuma

8.3. lasten talvirämpiäiset ja Ulkona Kuin Lumiukko

26.3. yhdistyksen kevätkokous

HUHTIKUU

6.4. ikäihmisten ulkoiluttamiset alkavat

16.4. Metsämörrit alkavat

22.4. Metsä nuppuset alkavat

25.-26.4. Patikkaretki Teijoon

TOUKOKUU

Viikkopyöräilyt alkavat sunnuntaisin

9.5. Järvenpää-päivän telta

10.5. Unelmien liikuntapäivä

23.5. kesäretki Kelvenneen saarelle

KESÄKUU

7.6. pyöräretki (reitti tarkentuu)

7.6. koko perheen metsäretki

27.6.-4.7. vuosiretki Lienz'in

Alkuvuoden 2020 tapahtumakalenteri

Suksien voitelun opastusta

tiistaina 7.1.2020 alkaen klo 18:00.

Järvenpään Latu ja Kaupungin nuorisotoimi järjestävät murtomaasuksien (myös karvapohjasuksien) valinnan ja voitelun opastusta, Temalin kiinteistössä Emalitehtaankatu 2, toinen kerros. Käynti Pajalantien puolelta.

Tilaisuus alkaa kahvitarjoilulla klo 17:30. Esillä uusimmat hiihtovälineet ja voiteet. Asiantuntijana Risto Kurki. Opastus suksien voiteluun ja hiihtovälineiden valintaan painottuu pääasiassa kuntohiittäjän tarpeisiin.

Lisätietoja:

Erkki Helander, puh. 0400 708405

Risto Kurki, puh. 040 5658207

Arja Sallinen, puh. 040 5616086



Hiihdon tekniikkakurssi

lauantaina 25.1.2020 alkaen klo 10:00.

Kurssi on suunnattu harrastehiihtäjille ja siinä käydään läpi vapaan hiihdon eri hiihtotavat sekä tekniikka.

Kurssi pidetään Terholan kuntoradalla. Kokoontuminen P-alueella (Imponkatu 25, 04430 Järvenpää)

Jos lunta ei tuolloin ole, kurssi siirretään myöhempään ajankohtaan ja siitä tiedotetaan paikallislehdissä, facebookissa ja kotisivuillamme. Kouluttajana toimii Osmo Vesa

Lisätietoja:

Masa, matti.salo@kotikone.fi tai 045 1582009



Aurinkolatu Tuusulanjärvellä

la-su 7.-8.3.2020 klo 10:00-15:00.

Perinteinen Aurinkolatu - hiihtotapahtuma järjestetään Tuusulanjärvellä yhdessä Tuusulan Latu ja Pyörän kanssa. Järven etelä- ja pohjoispään jäälle järjestetään mehuasemat molempina tapahtumapäivinä. Pakkasraja -17°C

Latureitti muodostuu kahdesta, järven kumpaakin päähän tehdystä latulenkistä ja niiden välisestä yhdysladusta. Tapahtuman osanotto on maksuton, mutta mehuasemien tuotteet ovat maksullisia.

Lisätietoja:

Arja, arska60@gmail.com tai 040 5616086

Kajtsu, kaj.natri@kolumbus.fi tai 050 4351872



Kuutamohiihto

maanantaina 10.2.2020 klo 18:00-20:00.

Perinteinen kuutamohiihto järjestetään Tuusulanjärven jäällä.

Tapahtuman liikkeellelähtö Rantapuistosta itseohjautuvasti klo 18:00-19:00 välillä. Pakkasraja15°C

Latu valaistaan ulkotulin ja se kiertää vanhankylänniemeen, jossa mahdollisuus makkarapaistoon. Järvenpään Latu tarjoaa kuumaa mehua.

Lisätietoja:

Arja, arska60@gmail.com tai 040 5616086



Järjestämme hiihtokauden aikana lisäksi sunnuntaisin satunnaisesti hiihtolenkkejä lähiympäristöön.

Lähdöt aamuisin klo 9:00-10:00, riippuen kohteena olevan alueen sijainnista.

Sunnuntaihiihdoista laitamme tiedot facebookiin, sekä kotisivuillemme viimeistään perjantaina.

Lisätietoja:

Arja, arska60@gmail.com tai 040 5616086



Matkaluistelu

Tuusulanjärven jäätilanteen salliessa järjestämme tammikuusta 2020 alkaen ryhmässä toteutettavia viikonloppuluisteluja.

Ajankohdista ilmoitetaan tarkemmin koti- ja facebook-sivuillemme. Seuraa niitä.

Lisätietoja:

Petri, petri.oikkonen@laurea.fi tai 046 8567791



Lumikenkätapahtumat talvella 2020

Lumikenkäily hidastaa arjen kiireiden kuormittamaa elämäntahtia ja vie liikkujan lumoaviin luontoelämyksiin, joita kävelen tai suksilla ei voisi edes saavuttaa.

Lumikenkäily on helppo ja hauska, kaikenikäisille ja -kuntoisille sopiva kokonaisvaltainen lihaskuntolaji. Se joka osaa kävellä, osaa myös lumikenkäillä. Lumikenkäily on koko perheen yhteinen harrastus, joka kohottaa lihaskuntoa ja lisää tasapainoa sekä kestävyyttä.

Ehkäpä juuri edellä esitetyistä syistä kiinnostus lumikengillä liikkumiseen koetaan kiehtovan mielenkiintoiseksi liikuntamuodoksi. Sen suosion kasvu ei näytä pysähtymisen merkkejä. Järvenpään Latu järjestää kevättalvella tapahtumia, joissa lumikengillä liikkumista voi kokeilla erillaisissa maastoissa ja valoisuusolosuhteissa.

Sunnuntaina 9.2.2020 Vanhankylänniemi

Järjestämme lumikenkäilytapahtuman lapsille ja nuorille (aikuiset mukaan) teemalla "Lumikengät tutuiksi". Lähdetä ulos ja tule kokeilemaan lumikengillä liikkumista, toteamaan, miten helppoa niillä on kulkea syvässäkin lumessa.

Liikkeelle lähtö Vanhankylänniemen nokasta (keltaisen talon edestä) klo 10:00. Tauolla järjestämme makkaranpaistomahdollisuuden.



Sunnuntaina 23.2.2020 Lemmenlaakso

Lumikenkäilemme Lemmenlaakson maastossa. Kokoontuminen klo 10:00 Lemmenlaakson pohjoisella pysäköintialueella (Skogsterintie, noin kilometri Rajakulmantieltä). Etenemisen aikana pidämme tauon laavun nuotiopaikalla, jolloin mahdollisuus paistaa makkaraa.

Lähdetä kokeilemaan lumikenkiä ja ihastu!

Keskiviikko 4.3.2020 Lemmenlaakso

Järjestämme lumikenkäilyn iltatapahtuman otsalamppujen valossa. Kokoontuminen tapahtuu klo 18:00 Lemmenlaakson pohjoisella pysäköintialueella (Skogsterintie, noin kilometri Rajamäntieltä)

Lähdetä lumikenkäilemään, ja koe samalla ympäröivän, lumisen metsän tuoma jännitys.

Lemmenlaakson laavulle tehdään nuotio, jossa on mahdollisuus paistaa makkaraa.

Kaikkiin kolmeen tapahtumaan on ilmoittauduttava Heikille, koska hallussamme on vain rajallinen määrä lumikenkiä. Järvenpään Latu vuokraa myös lumikenkiä sauvoineen, sekä järjestää erikseen sovittuna ohjattuja lumikenkätapahtumia yrityksille ja yhteisöille.

Lisätietoja:

Heikki, heikki.laaksonen.hjl@gmail.com tai 045 2357338



Patikkaretki Teijon kansallispuistoon 25.-26.4.2020

Teijon kansallispuisto on maamme 39. kansallispuisto. Siellä voit kokea koko Suomen luonnon moninaisuuden minikoossa. Järjestämme jäsenillemme kaksi-päiväisen mahdollisuuden tutustua luonnonriikkaaseen miljööseen.

Paikat (13-17) täytetään sitovien ilmoittautumiseen / ennakkomaksu järjestyksessä.

Majoittuminen /1 yö joko hotelli Mathildedalin loft-tyylisissä huoneissa tai Mathildedal Marinassa, jonka huoneet ovat sisustettu merelliseen henkeen. Hotellissa ei ole keittiötä, mutta aamupala sisältyy hintaan. Omien eväiden mukaan ottaminen on sallittua. (Hotellista löytyvät mikro, jääkaappi ja vedenkeitin.) Retkiaikojen ulkopuoleisia ruokailumahdollisuuksia on useita (mm. hotellilla).

Opastetut retket (2): la n. 15 km/6-8h ja su 10-12km/4-6h. Rantasauna lauantain retken jälkeen. Retken hinta koostuu majoituksesta (2hh/136€), saunasta (2h/160€), ruokailusta/2x keittolounas, buffet-illallinen ja aamupala + eväspussi (67€), sekä siirtymisestä (350km/80€/henkilöauto/4henkilöä).

Retken kokonaishinta on 150€/henkilö.



Liikkeelle lähtö la-aseman P-alueelta (Alankotie 1) la 25.4. kello 08:00. **Ilmoittautumiset 22.4.2020 mennessä** Kajtsulle, jonka jälkeen sitoutuminen maksamalla matka Ladun tilille: FI78 8044 0710 2005 52

Lisätietoja:

Kajtsu, kaj.natri@kolumbus.fi tai 050 435 1872

Petri, petri.oikkonen@laurea.fi tai 046 856 7791



Patikkaretki Päijänteiden kansallispuistoon, Kelventeen harjusaarelle 23.5.2020

Kelventeen rinteillä, noin 100m korkeuskäyrällä kulkevien muinaisrantaalien alapuoliset metsät ovat harjulle tyypillisiä, karuja mäntykankaita. Saaren läpi, eteläpään Kirkkosalmesta pohjoisen Likolahteen asti, kulkee retkeilyreitti

Pituutta reitille kertyy Kelventeen mitta, eli **8 km**. Maasto on suurimmalta osin kuivaa helppokulkuista kangasmaastoa, toisinaan polku nousee ylös harjulle. Reitin luokitus on keskivaativa.

Järjestämme bussikuormalliselle (noin 45 henkilöä) ihmisiä mahdollisuuden mahdollisuuden viettää päivän luonnonkauniissa saarimaisemassa.

Retken hinta on 55€/hlö, mihin sisältyy bussi- ja laivakuljetukset, ruokailu (kalaa) laivallaja opastettu retki saarella. Matkan varrella pysähdymme Vääksyn kanavalla omakustanteisella kahvilla.



Liikkeelle lähtö Järvenpään linja-autoasemalta (Alankotie 1) la 23.5. kello 08:00. **Ilmoittautuminen 9.5.2020 mennessä** Kajtsulle, jonka jälkeen sitoutuminen maksamalla matka Ladun tilille: FI78 8044 0710 2005 52

Lisätietoja:

Kajtsu, kaj.natri@kolumbus.fi tai 050 435 1872

Heikki, heikki.laaksonen.hjl@gmail.com tai 045 235 7338

Viikkokävelyt

Kevätkaudella jatkamme viikkotaisia reippaita kävelylenkkejä sauvoilla tai ilman. Palaamme TIISTAI-iltaan klo 18:00, mutta edelleen parillisina viikkoina Rantapuistosta Kasinokujan päästä ja parittomina viikkoina Justin vierestä ABC:n puolelta. Aloitus tiistaina 7.1 klo 18:00 Rantapuistosta.

Rauhallisemmalle päiväkävelyllä voi osallistua myös viikoittain usean yhteistyötahon yhteisellä vajaan tunnin lenkillä. Sekin on tiistaina ja lähtö on Myllytien toimintakeskuksen pääoven edestä klo 13:00. Kävelyn jälkeen on mahdollisuus jäädä rupattelemaan ja pullakahville edulliseen 2 euron hintaan. Tämä aloitus on tiistaina 14.1 klo 13:00.

Lisätietoja molemmista:

Katriina, katriina.hemmi@gmail.com tai 050 5392935



Käihmisten ulkoilutus 6.4. alkaen

Olemme jo usean vuoden ajan käyneet ulkoiluttamassa Kivipuiston palvelutalon asukkaita. Jatkamme tätä heidän kovasti odottamaa toimintaa taas keväällä säiden lämmettyä.

Aloitus on maanantaina 6.4. klo 10:30. jatkuen toukokuun loppuun 25.5. asti joka maanantai samaan aikaan paitsi 2. pääsiäispäivänä.

Lisätietoja:

Katriina, katriina.hemmi@gmail.com tai 050 5392935



Viikkopyöräilyt 3.5. alkaen.



Aloitamme säännöllisten viikkopyöräilyjen järjestämisen toukokuussa. Pyöräilyt ovat lyhyitä 1-2 tunnin tapahtumia, joissa edetään rauhallista matkavauhtia liikenneturvallisia reittejä (= mahdollisimman paljon kevyenliikenteen väyliä) kaupungin ja sen lähiympäristön alueella.

Viikkopyöräilyjen tärkeimmät välineet ovat toimintakuntoinen pyörä ja kypärä, joka on välttämätön.

Kokoontumiset sunnuntaisin 3.5. alkaen klo 09:00 Järvenpään jäähallin pääoven edustalla (Seutulantie 14)

Lisätietoja:

Kajtsu, kaj.natri@kolumbus.fi tai 050 4351872

Ilkka, arola.ilikka@gmail.com tai 0400 594620 (Kilometrikisa 1.5.2020 alkaen)



Vuoristoretki Lienz'iin Itävaltaan 27.6.-4.7.2020

<https://www.youtravel.fi/product/itavalta-lienz-204/>
<https://www.hotel-moarhof.at/>



Olemme varanneet matkatoimiston kiinteistöstä 8-10 paikkaa kyseisen matkakohteen ensimmäiseltä viikolta. Kohde on uusi. Vaellusten vaatavuusaste: 3-3½ (asteikolla 1-5) ja se edellyttää kohtalaisen hyvää kuntoa ja varmaa askellusta osin kivikkoisilla poluilla.

Lienz on noin 16 000 asukkaan eloisa kaupunki Drava-joen avarassa laaksossa Itä-Tirolissa lähellä Italian rajaa. Lienzissä paistaa aurinko keskimäärin 250 päivänä vuodessa. Kaupunkia ympäröi kolme erityyppistä vuoristoa, jotka poikkeavat toisistaan maastoltaan ja maisemiltaan. Lienzistä pohjoiseen on Hohe Tauernin vuoristo ja kansallispuisto, joka muistuttaa maastopiirteiltään klassista alppimaisemaa. Monet huiput kohoavat yli kolmeen kilometriin, kruununa itävallan korkein vuori, Grossglockner (3798m).

Matkan hinta on 1390€ käsittäen lennot Helsingistä Ljubljanaan ja takaisin, majoittumisen hotelli Moarhof'in parvekkeellisissa 2h huoneissa, vaelluspaketin (4 opastettua vaellusta) ja paikalliset kuljetukset ja hissinousut/Osttirol Card viikkokortti. Päivän lisävaellus on mahdollista erilliseen hintaan. Huomioimme varaukset huonekohtaisesti (2 henkilöä).



Jos olet kiinnostunut kyseisestä vaellusretkestä tuttujen ihmisten seurassa, ota yhteyttä. **Paikat varataan ilmoittautumisjärjestyksessä**

lisätietoja:

Kajtsu, kaj.natri@kolumbus.fi tai 050 4351872

Talviuinti 1.1.- 30.4.2020 Vanhankylänniemessä

Talviuinti jatkuu Vanhankylänkartanon saunarannassa (Stälhanentie 4, 04400 Järvenpää) aina 30.4.2020 asti. Talviuimareille on käytävissä rantasaunan pesuhuoneet ja lämmin pukeutumis-/oleskelutila, miehille ja naisille molemmille omansa.

Saunattomat uintivuorot ovat arkisin (ma-pe) aamuisin kello 06:30-11:00. Lauantaisin on vain yksi vuoro klo 10:00-14:00. Saunallisia uimavuoroja on kaksi: keskiviikkoisin kello 16:00-20:00 ja sunnuntaisin kello 10:00-16:00.

Uinnin kausimaksu kevätkauden osalta on 80€, joka maksetaan Ladun tilille (FI78 8044 0710 2005 52). Maksun yhteyteen tulee merkitä maksajan nimi. Kausikortin voi noutaa kartanon kahvilasta.

Saunattomien vuorojen kertamaksu on 3€ ja saunallisten 5€/käyttäjää. Maksut suoritetaan pukuhuoneissa oleviin sinisiin lippaisiin.



Lisätietoja:

Helena, helena.toivanen@kotiposti.net tai 040 5474460

Talviliikuntavälineiden lainaaminen

Kaupunkilaisten liikunta-aktiiviteetin kohottamiseksi ja toimintaan mukaantulon helpottamiseksi on päätetty järjestää liikuntavälineiden lainaamista. Tavoitteena on mahdollistaa matalan kynnyksen liikunta- ja ulkoilumahdollisuuksia.

Hanke on kaupungin liikuntapalveluiden ja Järvenpään Ladun yhteishanke, joka toteutetaan kokeiluluonteisesti tulevan talvikauden aikana. Lainattavat välineet varastoidaan Rantapuiston Tervanokan uimarannan alueelle sijoitettavaan välinekonttiin. Lainaus tapahtuu Tervanokan sataman terassitiloissa ja lainaaminen on kuntalaisille maksutonta.



Lainattavia välineitä ovat hiihtämiseen tarvittavat välinepaketit, retkiluistimet ja lumikengät.

Järvenpään Latu järjestää tarvittavan päivystyshenkilöstön niin, että lainausaika on sunnuntaisin kello 10:30-12:30 välisenä aikana.

Kausi aloitetaan ja päätetään erikseen sovitusti talviolosuhteiden mukaisesti. Koululaisten talviloman ajalle (vko 8) sovitaan erikseen lisätyt lainausaikataulut. Kaupunki tiedottaa toiminnasta.

lisätietoja:

Tiia, tiia.viherlinna@jarvenpaa.fi tai 040 3152517

Kajtsu, kaj.natri@kolumbus.fi tai 050 4351872

Salijumppa 11.1. jatkuu



Järvenpään Latu tarjoaa myös kevätkaudella jäsenilleen iloista jumppaa Järvenpään kirkon liikuntahallissa (Kirkkotie 1) lauantaisin klo 09:30-11:00.

Tarjoamme monimuotoisia jumppahetkiä lauantaiamun ratoksi. Jumpan kevätkausi pyörähtää käyntiin lauantaina 11.1.2020. Huhtikuussa 4.4. ja 11.4. ollaan tauolla kirkon omien tapahtumien vuoksi.

Kausi päättyy 25.4.2020 jääden kesätauolle.

Tervetuloa jumppaamaan iloiseen ja rentoon porukkaan!

Lisätietoja:

Maria, mariajuntti@hotmail.com tai 040 5691999



Naisten pesäpallo 2019-2020

Järvenpään Latu on jo monena vuonna järjestänyt naisille harrastepesäpalloa. Mukaan ovat mahtuneet kaikki lajista kiinnostuneet. Järvenpään ladulla on tavoitteena matalan kynnyksen urheilu ja se, että jokainen löytäisi oman tapansa liikkuu. Meistä tuntuu, että nämä naiset ovat oman lajinsa löytäneet, sillä kausi 2019 ei ollut poikkeus



Olemme ylpeitä! Kaiken kaikkiaan kesän 2019 aikana harrastepesäpallossa on liikutettu 74 eri naista. Siinä on kyllä liikkuja!

Osallistumme vuosittain Turussa järjestettävään valtakunnalliseen Lady Pesis turnaukseen. Vuonna 2019 se järjestettiin 7.-8. syyskuuta. Järvenpään Latu lähti rohkeasti Turkuun peräti kahdella joukkueella, eli 24 naista. Kenttäkuviota hiottiin pitkin kesää ja vastuuvetäjä vietti muutamia unettomia öitä pelikuvioiden suunnittelussa. Voitto ei ole tärkein vaan kokemus, että kaikki pääsevät pelaamaan omille vahuuksille sopivalla paikalla, siis joukkueena. Voittaminen on tietenkin aina kivaa, siitä ei pääse mihinkään. Turussa pelattiin 6 peliä: yksi voitto, kaksi tasapeliä ja kolme tappiota. Kaikki pelit olivat kuitenkin hyvin tasaväkisiä. Ensimmäistä kertaa moniin vuosiin tuntui, että meillä oli mahdollisuus. Turussa koettiin kuitenkin onnistumisen riemua sekä todellista joukkuepelaamista. Taisi olla pientä turnausväsymystä ilmassa ja loukkaantumisiltakaan ei täysin vältytty. Jossain olemme kuitenkin olleen Turussa parhaimmasta päästä jo vuosia, nimittäin joukkuehuudossa. Se on tarkkaan vaalittu salaisuus ja sen voi kuulla vain livenä.

Pelitaidot kehittyvät kauden aikana kaikissa osallistujissa. Ja se kehitys tuo varmasti jokaiselle harrastajalle lisää motivaatiota. Se on parasta mitä urheilusta voi saada. Tämä laji vie mennessään! Mitä enemmän opit niin sen mielenkiintoisemmaksi peli käy!

Olemme myös Järvenpään Latuna saaneet paljon palautetta pesiksestämme. Näihin toiveisiin tullaan varmasti vastaamaan. Kaudella 2020 on taatusti luvassa jotain pientä ja toivottua. Me Järvenpään Ladulla olemme ylpeitä näistä naisharrastajista!

Kiitos Räpsämirkut kaudesta 2019. Nähdään taas keväällä 2020!

Naisten pesistä pelataan taas kaudella 2020!!

Naisten harrastepesäpalloa pelataan taas kaudella 2020. Tavoitteena on, että kausi päästään aloittamaan heti toukokuun alussa, päättyen syyskuun alkuun. Tuttuun tapaan pelipaikkana toimii Haaraajoen koulun kenttä. Päivä ja aika vahvistetaan heti kun kenttävuorot selviävät.



Harrastepesäpallo on tarkoitettu kaikenikäisille ja -kuntoisille pesä-pallosta kiinnostuneille naisille. Oma räpylä olisi suositeltavaa hankkia, mutta ei pakollista. Aikaisempaa kokemusta tai sääntöjä sinun ei tarvitse osata. Kauden päätteeksi osallistumme kaikkien halukkaiden pelaajien kanssa Lady-pesis-turnaukseen Turussa.

Facebookista löydät meidän oman ryhmän: Järvenpään Latu / Räpsämirkut

Tervetuloa mukaan hauskan harrastuksen pariin!

Lisätietoja:

Kirsi, kirsi.autio@gmail.com tai 040 565 4607

Naisten kuntolentopallo ja beach volley

Naisten kuntolentopalloa pelataan koulujen aukioloaikoina kerran viikossa sunnuntaisin klo 19:30-21:00 Järvenpään Yhteiskoulun ala-asteen liikuntasalissa (Kansankoulunkatu1). Toiminta on ns. matalan kynnyksen liikuntaa, joten aikaisempi kokemus ei ole tarpeen - pelkkä mielenkiinto ja innostus riittävät!



Toimintaan liittyy sopivasti myös opetusta ja ohjausta, joten on myös mahdollista kehittää pelitaitojaan. Mukana on lajin vetäjä, kenellä on valmennustaustaa. Ohjattuja harjoituskertoja voidaan lisätä määrällisesti, jos halukkuutta siihen ilmaantuu. Tärkeintä koko toiminnassa on yhdessä oleminen, pelaaminen ilolla ja riemulla, täydestä sydäimestä.

Tervetuloa pelaamaan lentopalloa myös Beach ulkokentälle! aikaisempaa kokemusta ei tässäkään tarvita. Saat opastusta taitojesi tarpeen mukaan! Harjoittelemmme torstaisin Jäähallin viereisillä beach kentillä 28.5. alkaen klo 19.00-20.30.

Omaa palloa et tarvitse! Mutta jos satut omistamaan sellaisen, niin ota se mukaan.

Tervetuloa pelaamaan! Liity joukkoomme!

Lisätietoja:

Heidi, heke79@hotmail.com tai 040 741 3415

Polkujuoksu

Viikottaiset lenkit juostaan tiistaisin. Lähtö lenkille Paavonpolun kuntoradan pysäköintialueelta (Vanha valtatie 66) kello 18:00.



Lisälenkeistä ja / tai lähtöpaikan muutoksista ilmoitetaan facebook-sivuillamme. Voit myös varmistaa lähtöpaikan lenkin vetäjältä tekstiviestillä.

Nyt kaikki joukolla polkuja juoksemaan!

Lisätietoja:

Jari, jari.muurainen@gmail.com tai 040 180 2226

Eero, eero.kittela@gmail.com tai 040 748 2400

Jani, jani.kervinen@mestari toiminta.fi tai 040 922 2263



TOIMINTAA LAPSILLE, TALVI - KEVÄT 2020

Metsävaeltajat

Metsävaeltajat ovat 7-10 vuotiaille koululaisille suunnattu Suomen Ladun toimintamuoto.

Ryhmä kokoontuu vuoden kerrallaan, kerran kuukaudessa sunnuntaisin klo 15:00-17:00 retkeillen lähiluonnossa. Kokoonnumme Järvenpään alueen ulkoilupaikoilla. Kevään metsävaeltajien kokoontumisista tietoa Saijalta.

Ilmoittautuminen ja lisätietoja:

Saija, jarvenpaanmetsamorrit@hotmail.fi tai 041 465 2420



Metsämörriit

Syksyn mörriit kokoontuvat torstaisin Paavonpolun kuntoradan metsässä: to 16.4., 23.4., 7.5., 14.5. klo 18-19:30 ja sunnuntaina 17.5. klo 11:00-12:30

Osallistumismaksu: Ladun jäsen 10€, ei jäsen

Ilmoittautuminen ja lisätietoja:

Saija, jarvenpaanmetsamorrit@hotmail.fi tai 041 465 2420



Hoi Kolikok

Metsänuppuset

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

Ryhmässä tutustutaan metsään aikuisen kanssa. Ryhmän kokoontumiset tapahtuvat Paavonpolun kuntoradan metsässä **keskiviikkoisin** klo 18:00-19:00, yhteensä 5 kertaa. Kokoontumiskerrat ovat Keskiviikko 22.4., 29.4., 6.5., 13.5. ja sunnuntaisin 17.5. klo 9:30-11:00

Osallistumismaksu: Ladun jäsen 5€, ei jäsen 10€

Ilmoittautuminen ja lisätietoja:

Saija, jarvenpaanmetsamorrit@hotmail.fi tai 041 465 2420



Talvirämpiäiset

Lasten talvirämpiäiset on tarkoitettu 4-10v lasten vapaaseen, mutta ohjattuun liikkumiseen luonnossa. Mikään ei ole hauskempaa kuin päästä luontoon räpimään ihan luvan kanssa. Talvirämpiäiset järjestetään sunnuntaina 8.3. klo 10:00 alkaen Rantapuiston Tervanokassa. Menemme jalan lasten kanssa ympäröivään maastoon, jossa teemme noin 2 km:n lenkin ja palaamme Tervanokkaan, jossa rakennamme lumiukkoja, grillataan makkaraa ja juodaan kuumaa mehua.

Päälle sään mukaisesti lämmitä vaateista ja mukaan pieni retkireppu eväineen ja vaihtolapasideen. Muuta ei tarvita reippaan mielen lisäksi. Tule mukaan!

Lisätietoja:

Kajtsu, kai.natri@kolumbus.fi tai 050 435 1872



Muumihiihtokoulu

Koulu on tarkoitettu 4-12 vuotta täyttäneille lapsille ja on leikin kautta opettava hiihtokoulu. Muumihiihtokoulun perus- ja jatkokurssit järjestetään tiiviinä kolmen päivän kursseina. Osallistuminen pelkästään viikonlopun päiville ei ole mahdollista.

Peruskurssi ei edellytä aiempaa osaamista. Jatkokurssille osallistuvien on osattava liikkua suksilla melko joustavasti, mutta se ei edellytä peruskurssin suorittamista.

Muumihiihtokoulu järjestetään sään salliessa. Seuraa ilmoittelua koti- ja facebook -sivuiltamme.

Lisätietoja:

Kati, kati.suvanto@gmail.com tai 044 336 3636





TERVETULOA KOKO PERHEEN METSÄÄN!

Metsämörrin metsävaellus Lemmenlaaksossa

Sunnuntaina 7.6.2020 klo 10:00

(kokoontuminen hiekkakuopan parkkipaikalla)

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

Lisätietoja ja ilmoittautuminen:

Saija, jarvenpaanmetsamorrit@hotmail.fi
tai 041 465 2420

Tapahtuma on kaikille maksuton

Tule mukaan!



Ullmax®

ANTOISAA VAPAA-AIKAA KAIKILLE

Voit ostaa Ullmaxia kauttamme.

Tuotteet ovat urheiluvaatteita, pääasiassa kerrastoja.

Vaatteet ovat laadukkaita ja edullisia.

Teeimme yhdessä tilauksen ja tilaamasi tuotteet maksat Järvenpään Ladun tilille. Tilaamasi vaatteet voit noutaa maksutositetta vastaan. Näin säästät postimaksut.

Käy tutustumassa tuotteisiin Ullmaxin kotisivuilla:

<https://shop.ullmax.com/fi/webshop>

Ota yhteyttä, niin kerromme lisää!

Lisätietoja: Marita, marita.turunen@kolumbus.fi tai 0400 404 561

Ilmoitamme lähempänä tapahtuma-ajankohtaa kaikista tapahtumistamme yksityiskohtaisempaa, päivitettyä tietoa omilla kotisivuillamme ja facebookissa.

Järjestämme tiedotteessa olevien tapahtumien lisäksi myös pienempiä, eri aiheisia tapahtumia; lyhyitä patikkaretkiä lähiympäristössä, pyöräretkiä kesällä, sekä toimintaa lapsille ja perheille. Tarkkaile ja seuraa koti- ja facebook-sivujamme. Tiedotamme siellä mm. viikonlopputapahtumista.

***www.facebook.com/jarvenpaanlatu/
www.jarvenpaanlatu.fi***

Järvenpään Ladun hallitus on 4.11.2019 kokouksessaan 10/2019 päättänyt siirtyä vuoden 2021 alusta sähköiseen jäsentiedotteiden jakeluun. Jakelu perustuu jäsenten Suomen Ladun rekisteriin lähettämiin sähköpostiosoitteisiin. Jäsenistöä kehoitetaan päivittämään ajoissa osoitetietonsa jakeluhäiriöiden välttämiseksi.

Liity Järvenpään Ladun jäseneksi!

Suomen Ladun elinehto ovat paikallisesti toimivat jäsenyhdistykset. Järvenpään Latu etsii uusia jäseniä pirteään joukkoonsa. Tarjoamme monipuolista toimintaa, joka auttaa jokaista löytämään oman tapansa liikkua. Matalan lähtökynnyksen takia joukkoomme on helppo liittyä. Sinut otetaan varmasti ilolla mukaan toimintaan. Tee aloite, kutsu myös ystäviäsi mukaan. Tule ainakin kokeilemaan, miltä toimintamme vaikuttaa.

Lisätietoja:

www.jarvenpaanlatu.fi/jasenyys





Posti Green

Kannattajajäsenemme:



www.fysioprofinland.com
Alhotie 14, 04430 Järvenpää ja
Tupalantie 7 A, 04400 Järvenpää
anne@fysioprofinland.com
Puh. 044 564 4876



www.kuntosalus.fi
Alhotie 14, Järvenpää
Puh. 09 271 3008



Oy Chebici Ltd
Vanha Yhdystie 2
04430 Järvenpää



Järvenpää
Helsingintie 4-8
Puh. 09 279 7200



Emälkatu 9, Järvenpää
Primulan kiinteistö
p. 040 128 3322
herkkupaja@herkkupaja.fi
www.herkkupaja.fi



HOTELLI & RAVINTOLA
**HIRVIHAARAN
KARTANO**

"vain 30 min Kehä III:lta"
Kartanonlenkki 56, 04680 Mäntsälä
p. 019 688 8255
myynti@hirvihaarankartano.fi
hirvihaarankartano.fi



KAKKUTALOGILAN.FI

Vanha Yhdystie 17
04430 Järvenpää



Vanha Yhdystie 18 B, 04430 Järvenpää
Puh. 09 271 2041, 09 2790 3092
www.lomakepaino.com