



Joensuun
Latu

Jäsenlehti

1/2023



S.4

Lykynlammen
tarina

S.6

Retkien
vaativuusluokitus

Puheenjohtajan terveiset	3
Lykynlammen tarina	4
Retkien vaativuusluokitus	6
Joensuun Ladun hallitus 2023 ja muita vastuuhenkilöitä	6
Lykynlammen ulkoilukeskus	7
Tammikuun tapahtumia	10
Helmikuun tapahtumia	14
Tapahtumakalenteri 1/2023	16
Maaliskuun tapahtumia	18
Huhtikuun tapahtumia	20
Toukokuun tapahtumia	21
Kesäkuun tapahtumia	25
Tulossa myös... ..	28
Retkeilyvarusteet ja Kuhamaja jäsenetuna	30
Kutsu Joensuun Latu ry:n kevätkokoukseen	32



JOENSUUN LADUN JÄSENLEHTI 1/2023

Julkaisija **Joensuun Latu ry**

Toimituskunta **Merja Mustonen, Marjatta Partanen, Joensuun Ladun viestintätyöryhmä**

Taitto **Timo Kumpulainen** Paino **LaserMedia Oy, Pamilonkatu 1, 80100 Joensuu**

Painosmäärä **1800 kpl** Kannen kuva **Marjatta Partanen**

Harrastetaanko Joensuun Ladussa muuta-
kin kuin hiihtoa? Tietysti harrastetaan, sen-
hän me kaikki tiedämme. Harrastamme ja
edistämme ulkona ja luonnossa tapahtuvaa,
terveyttä edistävää monipuolista liikuntaa.

Suomen Ladussa on
avattu keskustelu jär-
jestön nimen muuttami-
sesta. Vaihtoehtona on
mm. Suomen Ulkoilu,
Suomen Latu ja Polku,
Suomen Ulkoilujärjestö,
Suomen Ulkoilijat...
Miltä kuulostaisi Joen-
suun Ulkoilu ry? Monelle
"latulaisille" oma vanha
ja tuttu nimi on ainoa
oikea, mutta tutkimus-
ten mukaan suurin osa
kansasta ei tunne Suo-
men Ladun laajaa ulkoi-
lutoimintaa. Keskustelu
avattiin, mitä mieltä Sinä
olet, pitääkö meidän uudistua ja muuttaa
nimemme?

Suomen Ladun syyskokouksessa hyväk-
syttiin järjestön uusi strategia.

- Missio: Edistämme vastuullista ja
ympärivuotista ulkoilua.

- Visio: Kaikki löytävät mielekkään tavan
ulkoilla ja nauttia luonnosta.

Suomen Ladulla on tavoitteena mm. tun-
nettuuden ja perheliikunnan edistäminen,
laadukkaiden ulkoilutapahtumien järjestä-
minen koulutettujen ohjaajien johdolla ja
jäsenyhdistysten tukeminen uudenaikais-
ten digitaalisten työkalujen käyttöönotolla.



Meitä kaikkia palvelee jo uusi itseasiointisi-
vusto, Jäsenpolku, johon olet ehkä jo saa-
nut sähköpostitse tunnukset. Jäsenkortti,
Latu & Polku -näköislehti ja jäsenyyden tie-
dot löytyvät nyt myös mobiililaitteilla. Toki
kaikilla jäsenillämme ei
ole digitaalisia laitteita ja
heitä jäsenpalvelu palvelee
kuten ennenkin.

Vastuullisuus ja ympä-
ristön kunnioittami-
nen on yksi Suomen
Ladun arvoista. Paperin
ja samalla luonnonvaro-
jen säästämistä on sähköi-
sen jäsenkortin ja -lasku-
tuksen mahdollistaminen,
myös Joensuun Ladun
kokouksissa kokousasia-
kirjat jaetaan sähköisesti.
Suomen Ladun yhteis-
kuntasitoumus kannustaa
käytäntöön, että retkillä ja

tapahtumissa otamme oman mukin mukaan
ja vähennämme näin jätteiden määrää.

Kaikkein tärkeintä latutoiminnassa
ovat jäsenet ja vapaaehtoiset toimijat,
jotka mahdollistavat tässä jäsenlehdessä-
kin kuvatut tapahtumat. Teemme ne jäse-
nemme, Sinua varten, tule mukaan tapah-
tumiin ja halutessasi myös tule mukaan
joukkoon talkoolaisiksi.

Tervetuloa Lykynlammelle ja Joensuun
Ladun tapahtumiin!

*Marjatta Partanen, Joensuun Ladun puheen-
johtaja*



Lykynlammen tarina

Lykynlammen ulkoilumajalla on pitkät perinteet. Majan lähimaastossa on hiihdetty, hypätty ja ulkoiltu vuodesta 1939 lähtien. Ruotsissa ja Norjassa mäenlaskulla oli suuri suosio 1920 - 1930-luvulla ja sieltä innostus siirtyi myös Suomeen. Joensuun Mäki Oy perustettiin vuonna 1938 hyppyrimäen ja hiihtourheilukeskuksen rakennuttamiseksi Joensuun lähelle Kontiolahden Lykynlammelle. Hankkeen taustalla oli Joensuun kaupungin korkeita virkamiehiä, puolustusvoimien, rajavartioston ja liike-elämän vaikuttajia. Höytiäisen mäki valmistui marraskuussa 1938 ja hiihtomaja avattiin helmikuun alussa 1939.

Alueella ehdittiin järjestää vain yksi suurempi kilpailutapahtuma ennen syysä 1939. Hiihtomaja otettiin tuolloin sotilasmaajoituksen käyttöön ja hyppyrimäkeä käytettiin ilmavalvonnassa. Talvella 1940 - 1941

ei myöskään voitu kilpailla alueella tehtyjen linnoitustöiden vuoksi. Kesäkuussa 1941 rakennukset otettiin jälleen sotilaskäyttöön. Koska hiihtokeskusta ja hyppyrimäkeä ei päästy käyttämään alkuperäiseen tarkoitukseensa, Joensuun Mäki Oy joutui taloudellisiin vaikeuksiin. Hiihtokeskuksen merkitys kuitenkin tunnustettiin laajasti ja jo vuonna 1942 aloitettiin toimenpiteet yhtiön siirtämiseksi Joensuun kaupungin omistukseen. Omistajanvaihdos toteutui vuonna 1945.

Höytiäisen hiihtomajalla on järjestetty mm. hiihtokursseja sekä hiihto- ja mäkihyppykilpailuja. Maja on myös toiminut kansanhiihtojen ja polkuretkien keskuspaikkana, missä on myyty merkkejä ja otettu vastaan suorituksia. Vuoden 1954 Karjalaisen lehti-ilmoituksessa Joensuun Latu kutusuu jäseniään ja muita asian harrastajia ladun aukaisuun ja merkitsemiseen Lykyn-

lammen hiihtomajalle. Hiihtomaja onkin ollut vuosikymmeniä monen kaupungista lähtevän hiihtäjän päämäärä. Hiihtomajasta on käytetty sekä nimeä Höytiäisen hiihtomaja että Lykynlammen hiihtomaja. Maja on lähellä Höytiäisen kanavaa ja hyppyrimäki kuului Höytiäisen urheilijoille, mistä johtuu nimi Höytiäisen hiihtomaja. Maja laajennettiin vuonna 1979 rakentamalla siihen ”uusi puoli”, joka toimii kahviona ja kokoon-tumistilana.

ympärivuotinen ulkoilupaikka. Majan ympärillä on monipuoliset luontopolut ja talvella hiihtoladut kuntoilijoille ja kilpailijoille sekä turvallinen hiihtopaikka lapsille. Lähiympäristössä on myös suosittu frisbeegolfrata ja talvella auki pidettävä kävely- ja pyöräilypolku. Majan läheisyyteen on pari vuotta sitten rakennettu uusi, esteetön laavu.

Joensuun Latu on pitänyt latukahvialaa viikonloppuisin tammi-maaliskuussa



Joensuulaisten arvioiden mukaan Höytiäisen hyppyrimäki oli Suomen kolmanneksi suurin. Vuonna 1938 rakennettu hyppyrimäki purettiin vuonna 1960 ja tilalle rakennettiin uusi mäki 1964. Viimeiset hypyt tästä mäestä hypättiin 1980-luvun lopulla. Höytiäisen hyppyrimäen historia päättyi vuonna 1993, kun se purettiin räjäyttämällä. Lisää talviurheiluvaihtoehtoja tarjosi majan puoleisella mäellä 1970-luvulla käytössä ollut pieni hiihtohissi.

Lykynlammen ulkoilukeskus on Joensuun kaupungin omistama koko perheen

vuodesta 1994 lähtien. Lykynlammen ulkoilukeskus on ollut sukupolvesta toiseen tärkeä liikuntapaikka ja maja kaikenikäisten ja -kuntoisten liikkujien tauko- ja kohtaamispaikka. Toivottavasti näin on tulevaisuudessakin.

(Lähteet: Wikipedia: Lykynlammen ulkoilukeskus ja Joensuun Mäki, Joensuun Ladun leikekirja ja Joensuun Ladun historiikki, 2001)

Eija Sollo

Retkien vaativuusluokitus

Joensuun Latu on ottamassa käyttöön retkien vaativuusluokitusta, jonka tarkoitus on helpottaa osallistujia valitsemaan omalle kunnolleen sopivia retkiä. Retkikuvauksissa käytetään termejä helppo, keskivaativa ja vaativa.

Helppo retki on maastoltaan helppo, korkeuseroja on vain vähän ja vauhti on maltillinen. Käytetään polkuja ja muita valmiita reittejä.

Keskivaativa retki on maastoltaan vaativampi, korkeuseroja ja vaikeakulkuisia paikkoja on jonkin verran. Lisäksi voi olla poikkeamia valmiilta reiteiltä.

Vaativa retki on olosuhteiltaan ja/tai pituudeltaan vaativa. Reitillä voi olla jyrkkiä ja vaikeakulkuisia osia sekä mahdollisia kahluosuuksia.

Retkeilijän tulee ottaa huomioon vaelluksen pituus ja vaativuus suhteessa omaan kuntoonsa. Sääolot ja esimerkiksi lumitilanne voivat vaikuttaa retken vaativuustasoon. Jos haluat lisätietoa tai epäilet kuntosi riittävyyttä, ota yhteyttä retken vetäjään ennen ilmoittautumista.

Arja Manninen

Joensuun Ladun hallitus 2023 ja muita vastuuhenkilöitä

Marjatta Partanen, puheenjohtaja, p. 050 341 7940, marjatta.partanen@gmail.com

Sointu Hyttinen, p. 050 368 1961, sointu.hyttinen@gmail.com

Sini Korhonen, p. 050 350 9140, sinisusannakoo@gmail.com

Pentti Leskinen, p. 050 341 9725, penttileskinen13@gmail.com

Arja Manninen, p. 040 730 7524, arja.anita@hotmail.com

Merja Mustonen, p. 040 832 7795, mustonenmerjam@gmail.com

Tanja Perkkiö, p. 0500 947 202, tanja.perkkio@gmail.com

Sinikka Saavalainen, p. 050 343 7735, sinsaavalainen@gmail.com

Kirsi Soikkeli, p. 044 548 5832, kirsi.soikkeli64@gmail.com

Pilvi Tapio, p. 044 982 9654, pilvi.tapio@hotmail.com

Tuula Turunen, p. 050 372 6242, thturunen@gmail.com

Jukka Nieminen, varajäsen, p. 0400 682 071, j.niemi@hotmail.com

Kirsi Karjalainen, rahastonhoitaja, p. 040 512 9585, klakarjalainen@gmail.com

Eila Partanen, verkkosivujen ylläpitäjä, p. 050 502 8440, eila.partsu@gmail.com

Lykynlammen ulkoilukeskus

Kahvio palvelee ulkoilijoita, entisillä hinnoilla

Lykynlammen kahvio avataan lauantaina 31.12.22 klo 11. Kahvio pidetään auki talkoovoimin 12.3. (tai 19.3.) saakka lauantaisin ja sunnuntaisin klo 11 - 16. Kahvio on auki myös loppiaisena 6.1. ja hiihtolomaviikolla 6. - 12.3. klo 11 - 16 arkipäivisin sekä Soihtuhiihtopäivänä 18.2. klo 20 saakka. Kahviosta myydään lämmintä ja kylmää juotavaa, Lykynlammella paistettuja munkkeja ja pullaa, täytettyjä leipiä, hedelmiä ja makeisia. Kahviossa voi syödä myös omia eväitä ja paistaa takassa makkaraa (grillimakkaraa myytävänä kahviossa).



Joensuun kaupunki tarjoaa mahdollisuuden sauna Lykynlammen rinnesaunassa ilmaiseksi

- lauantaisin 31.12. - 11.3. (tai 18.3.) klo 12 - 16.
- Soihtuhiihtopäivänä 18.2. klo 12 - 19
- hiihtolomaviikon keskiviikkona 8.3. klo 12 - 16
- suihkutilat, WC ja pukuhuoneet ovat käytettävissä kahviorakennuksen alakerrassa päivittäin klo 8 - 21.

Tule talkoisiin kahvioon ja lumitöihin

Kahvioon tarvitaan talkoolaisia jokaisena aukiolopäivänä. Talkoolaisten tehtävänä on mm. tuotteiden myynti, kahvinkeitto, astioiden pesu ja pöytien siistiminen sekä munkkien ja pullien leipominen ja päivän päätteeksi loppusiivous. Tehtäviin annetaan perehdytys. Tulethan taas mukaan talkoisiin! Kokeneet talkoolaiset ovat edelleen tervetulleita, mutta uudet talkoolaiset otetaan mielihyvin vastaan. **Voit ilmoittautua Joensuun Ladun nettisivulla olevan lomakkeen kautta, tai ota yhteyttä Marjattaan: marjatta.partanen@gmail.com, p. 050 341 7940.**

Talkoolaisia tarvitaan myös **Lykynlammen pihan auraushommiin**. Lauantai- ja sunnuntaiaamuisin pari riuksaa latulaista puhdistaa lumikolalla majan sisäänkäyntien edustat ja saunaportaat. Kolailun jälkeen saat kahvilasta munkkikahvit.

Ilmoittaudu talkoisiin: Pentti Leskinen,
p. 050 341 9725, penttileskinen13@gmail.com

Jos säät ovat suotuisat ja Lykynlammen jää jäätyy kestäväksi, avataan jälle **matkaluistelurata** (noin 2 km) ja pystytetään napakelkka. Auras- ja jäänkunnostustalkoisiin tarvitaan väkeä. Seuraile nettisivuja ja FB:ia, siellä kysellään talkoolaisia.



Lisätiedot ja ilmoittautumiset talkoisiin:

Pentti Leskinen, p. 050 341 9725,
penttileskinen13@gmail.com ja Hannu Melin,
p. 040 773 5767, hannu.melin@gmail.com

Voitelupalvelut Lykynlammella

Future Clubin voitelumestarit voitelevat ja antavat opastusta voitelun nikseistä. Voitelupalvelu on avoinna **lauantaisin ja sunnun-taisain 31.12. - 12.3. (tai 19.3.) klo 11 - 15.**

Hinnasto:

- perinteinen voitelu (pito + luisto) 20 €
- luistelusuksien luistovoitelu 15 €
- uuden suksiparin pohjustus ja kelivoitelu 25 €
- pitovoiteen lisäys 5 €

Lisätiedot: Asko Timoskainen, asko.timoskainen@saunalahti.fi, p. 0400 376 303

Maastohiihtosuksia vuokrattavana

Hiihto-Kataja vuokraa maastohiihtovälineitä Joensuun Ladun jäsenille jäsenhintaan, hiihtopakettien vuokra 15 €/vrk (normaalisti 25 €/vrk). Sukset ovat perinteisen tyylin karvasuksia ja laadukkaita luistelutyylin sukset. Suksien lisäksi pakettiin kuuluu tarvittaessa monot ja sauvat.

Varaukset soittamalla Ilari Nissiselle p. 044 0102 396 tai sähköpostilla ilari.nissinen@hotmail.com. Välineet voi noutaa sovittuna aikana Joensuun Linnunlahdelta Paatsamatie 9:stä.



Ajantasainen tieto tapahtumista löytyy nettisivuiltamme: joensuunlatu.sporttisaitti.com. Sääolot ym. aiheuttavat joskus muutoksia ja peruutuksia ja uusia retkiäkin voidaan viritellä vielä lehden ilmestymisen jälkeen, joten tarkista tilanne netistä.

Huomioithan edelleen koronaohjeistuksen: Tule kahvioon ja tapahtumiin vain oireettomana, muista käsi- ja yskimishygieneiä, käsienpesu, käsidesin käyttö ja turvavälit. Toimimme paikallisten koronaohjeiden mukaan.

Ilmoittautuessasi sitoudut! Jos sinulle tulee este, muista perua ilmoittautumisesi ja tee se mahdollisimman hyvissä ajoin. Näin vapautat paikan toiselle. Viime hetken pois jäänti voi vaikuttaa esim. muiden osallistujien kyytijärjestelyihin ja kustannuksiin.

Kun matkat tehdään kimpakyydeillä, matkakuluina maksetaan auton kuljettajalle 0,30 € / km niin, ettei kuljettaja ole mukana jakamassa kustannuksia.

Tapahtumissa ja retkillä otetaan valokuvia, joita mahdollisesti käytämme Joensuun Ladun viestinnässä. Jos et halua omien kasvojesi näkyvän tiedotteissamme, ilmoitathan siitä retken vetäjälle ja/tai kuvaajalle.

Oma muki mukaan! Joensuun Ladun retkillä ja tapahtumissa vähennämme jätteiden määrää välttämällä kertakäyttöastioiden käyttöä. Ota oma muki tai kuksa retkelle ja tapahtumiin mukaan! Maailma pelastuu, muki kerrallaan! Pienikin teko on merkityksellinen.



joensuunlatu.sporttisaitti.com

Tammikuun tapahtumia

Uudenvuoden avaus

1.1. klo 10 KUORINKA

Uusi vuosi avataan perinteisesti Kuoringalla luistellen tai hiihtäen, miten sää ja jääolot sen sallivat. Joskus on järvi ollut aukikin... Heikoille jäille emme mene. Jääennuste tammikuun kuukausitiedotteessa. Lähtö Kuopiontien/Kuoringan levikkeeltä klo 10. Rantoja pitkin kieräten matkaa kertyy 15 km, etelässä on taukopaikka.

Mukaan säänmukainen tuulenpitävä vaatetus, juotavaa ja evästä, reppuun vedenpitävässä pussissa varavaatekerta sekä heittoliina ja kaulaan jäänaskalit. Joensuun Ladun jäsenet voivat halutessaan lainata yhdistyksen retkiluistimia, mutta hokkareillakin voi luistella. Ei ennakkoilmoittautumista.

Lisätiedot retken vetäjältä: [Eero Oura](mailto:eero.oura@gmail.com), eero.oura@gmail.com

Talvikilometrikisa

1.1. - 28.2.

Joensuun Latu on jälleen mukana pyöräilyn Talvikilometrikisassa. Tule mukaan kartuttamaan Ladun joukkueen kilometrejä sekä ylläpitämään ja kehittämään kuntoasi. Joukkueen nimi on **Joensuun Latu** ja osallistumiskoodi, jota tarvitset joukkueeseen ilmoittautuessasi on **JnsLatuT23**. Tarkemmat ohjeet Joensuun Ladun nettisivuilta.

Lisätiedot: [Sinikka Saavalainen](mailto:sinsaavalainen@gmail.com), p. 050 343 7735, sinsaavalainen@gmail.com



Päiväsauvakävelyt

Joensuun lähiympäristössä järjestetään sauvakävelylenkkejä, joiden ajankohdat ja reitit ilmoitetaan kevään aikana Joensuun Ladun nettisivuilla, uutiskirjeissä ja facebookissa. Kävelyt ovat helppoja, matalan kynnyksen retkiä, joiden kesto on noin 3 - 4 tuntia. Omat eväät mukaan, reiteillä on tulentekopaikkoja tai laavuja. Ei ennakkoilmoittautumista.

Lisätiedot: [Sinikka Saavalainen](mailto:sinsaavalainen@gmail.com), p. 050 343 7735, sinsaavalainen@gmail.com ja [Tuula Turunen](mailto:tuula.turunen@gmail.com), thturunen@gmail.com, p. 050 372 6242

Kokeillaan villasukkajuoksua!

Villasukkajuoksu on hauska paljasjalkajuoksun talvimuoto sopivalla pakkassäällä (pakkasta yli -5 astetta). Nilkat ja lihaskalvot tykkäävät. Entä eikö varpaita palele? Kovilla pakkasilla kolmet villasukat päällekkäin. Kylmä ei tule, kun pysyy liikkeessä koko ajan ja jalkapohja sekä jalkaterä tekevät töitä.

Tarkempi ajankohta ilmoitetaan Joensuun Ladun sivuilla ja Itä-Suomen polkuilijoiden facebook-ryhmässä juoksusäiden salliessa.

Lisätiedot: [Sointu Hyttinen](mailto:sointu.hyttinen@gmail.com), sointu.hyttinen@gmail.com, p. 050 368 1961

SEIKKAILEVAT PERHEET

Haluaisitteko löytää perheellenne uusia tapoja liikkua? Entä kiinnostavatko oman asuinalueenne ulkoilumahdollisuudet ja samalla muihin perheisiin tutustuminen? Liitytkää mukaan Seikkailevat perheet -heimoon, jossa perheet liikkuvat yhdessä muiden perheiden kanssa. Toiminta on lähellä perheitä ja se sopii kaikille. Toiminta on osa Suomen Ladun jäsenyhdistyksen toimintaa ja siihen osallistuminen on maksutonta.

Seikkailevat perheet Noljakassa ja Niinivaaralla

Seikkailevat perheet -toiminta on valtakunnallista ja Joensuun Ladun alueella se käynnistyi ensimmäistä kertaa Noljakassa tänä syksynä. Ratkiriemukkaat seikkailut ovat sisältäneet mm. retkeilyä, erilaisia pimeä- ja perinneleikkejä, muita hämärähommia, seikkailuratoja metsässä, tähtien tarkkailua kaukoputkella sekä luonnon tutkimista mikroskoopilla. Seikkailuja vetää seikkailupäällikkö ja tarvittavista varustelainauksista huolehtii Joensuun Ladun seikkailukummi. Sisältö ja ajankohta määräytyy pitkälti toimintaan ilmoittautuneiden perheiden mukaan.

Tammikuusta 2023 alkaen Seikkailevat perheet rantautuu Niinivaaran lähialueelle!

Ota yhteyks: seikkailupäällikkö: Sari Juka, sarzaa@gmail.com

Olisitko itse kiinnostunut toimimaan seikkailupäällikkönä omalla alueellasi?

Ota yhteyks: seikkailukummi Kirsi Soikkeli, kirsi.soikkeli64@gmail.com
tai seikkailupäällikkö (Noljakka) Hilla Pihajoki, h.pihajoki@gmail.com



Retkeilyvarusteiden kirppari

7.1. klo 11 - 15 LYKYNLAMPI

Tuo tarpeettomat liikunta- ja retkeilyvälineet Lykynlammen kirpparille ja tule tekemään löytöjä. HUOM! Maksu käteisellä, kortti ei käy. Kirpparitavaroiden vastaanotto loppiaisenä 6.1. klo 11 - 12 ja lauantaina 7.1. klo 10 alkaen. Hae rahat ja / tai myymättömät tavarat lauantaina klo 16 mennessä. Hinnoittele tuote ja merkitse siihen nimesi esim. maalarinteipillä. Joensuun Latu ei ota välityspalkkiota!

Lisätiedot: Jukka Nieminen, j.niemi@hotmail.com, p. 0400 682 071



Lumikenkäilyä

7.1. ja 21.1. klo 10 LYKYNLAMPI

Tervetuloa lumikenkäretkelle tammikuun lumille. Retkelle lähdetään Lykynlammen kahvion pihasta klo 10. Lumikenkäilemme Lykynlammen ympäristössä, retki kestää pari tuntia. Lumikenkäily soveltuu kaikenkuntoisille retkeilijöille. Maasto on vaihtelevaa. Mukaan voit halutessasi ottaa välipalaa ja juomista. Sään mukainen varustus. Retken jälkeen voit nauttia omakustanteisesti Lykynlammen kahvion antimista. Lykynlammen sauna on lämmin klo 12 - 16. Mukaan mahtuu 8 osallistujaa. Retken hinta on 5 €, sisältää opastuksen ja lumikengät.

Ilmoittautumiset viimeistään 4.1. (7.1. retkelle). Ilmoittautumislinkki Joensuun Ladun nettisivuilla tapahtumakuvauksessa.

Ilmoittautumiset viimeistään 18.1. (21.1. retkelle). Ilmoittautumislinkki Joensuun Ladun nettisivuilla tapahtumakuvauksessa.

Lisätiedot: erä- ja luonto-opasopiskelija Kirsi Tukiainen, p. 040 820 6238, kirsi.tukiainen@gmail.com



Tähtinäytös Jakokosken tähtitornilla

(tammikuu) klo 17 - 20 JAKOKOSKI

Lähde katsomaan tähtiä ja kuuntelemaan luento lähiavaruuden kiertolaisista Jakokosken tähtitornille. Päivämäärää emme voi vielä lyödä lukkoon, vaan tähtinäytös järjestetään silloin kun ilma on kirkas, jolloin taivaalla on myös jotain katseltavaa. Jos kiinnostusta riittää, niin järjestämme useamman näytöksen. Tarkemman päivämäärän voimme ilmoittaa 3 - 5 päivää ennen näytöstä. Seuraa tiedotusta Joensuun Ladun nettisivuilla ja facebookissa. Retken hinta 15 €/hlö sis. pullakahvin. Kimppakyydit, maksu kuljettajalle.

Ilmoittautuminen 8.1. mennessä: Hannu Melin, hannu.melin@gmail.com, p. 040 773 5767

Umpihankiihtoa

14.1. klo 10 LYKYNLAMPI

Tervetuloa umpihankiihtoretelle Lykynlammen vaihtelevaan maastoon.

Retkelle lähdetään Lykynlammen kahvion pihasta klo 10. Retki kestää noin kaksi tuntia.



Mukaan voit halutessasi ottaa välipalaa ja juomista. Sään mukainen varustus. Umpihankiihito soveltuu kaikenkuntoisille retkeilijöille. Retken jälkeen voit nauttia omakustanteisesta Lykynlammen kahvion antimista. Lykynlammen sauna on lämmin klo 12 - 16. Mukaan mahtuu 8 osallistujaa. Retken hinta on 5 €, sisältää opastuksen ja eräsuokset.

Ilmoittaudu viimeistään 11.1.

Ilmoittautumislinkki Joensuun Ladun nettisivuilla tapahtumakuvauksessa.

Lisätiedot: erä- ja luonto-opasopiskelija Kirsi Tukiainen, p. 040 820 6238, kirsi.tukiainen@gmail.com



Lumikenkien kokeilupäivä lapsille

15.1. klo 11 - 15 LYKYNLAMPI

Tervetuloa lumikenkäilemään Lykynlammen majan pihapiiriin. Nyt lapsilla on mahdollisuus kokeilla heille sopivia lumikenkiä Muumien lumikenkäilyradalla tai pienellä metsäreitillä. **Lisätiedot:** Eija Sollo, eija.sollo@pp.inet.fi, p. 0500 950 996



23.1. Valokuvailta: Grönlanti

klo 17 - 19 JOENSUUN PÄÄKIRJASTO, MUIKKU-SALI (Koskikatu 25)

Eero Oura kävi melomassa jäävuorien seassa melko pohjoisessa, Upernavikissa 72° pohjoista. Kuvat ovat komeita. Merike Remes toteutti unelmansa ja hiihti suomalaisessa ryhmässä Grönlannin jäätikön poikki keväällä 2022. Autio jäätikkö on upea, entä kokemus?



Aikuisten hiihtokoulu

24.1., 25.1., 31.1., ja 1.2. klo 18.30 - 20 JOENSUUN LAULURINNE

Tule mukaan herättelemään uinuvia hiihtotaitojasi aikuisten hiihtokouluun, joka järjestetään yhteistyössä Hiihto-Katajan kanssa. Kurssilla on ryhmät vasta-alkajille ja edistyneemmille kuntohiihtäjille. Kahden ensimmäisen illan aiheena on perinteinen hiihto ja kahden viimeisen luisteluhiihto. Jos sinulla ei ole omia suksia, voit tarvittaessa saada ne kurssille Hiihto-Katajalta. Kurssilla opettavat Hiihto-Katajan hiihtovalmentajat ja -ohjaajat. Hinta: 80 € (Joensuun Ladun ja Hiihto-Katajan jäsenet), 90 € (ei-jäsenet). Säävaraus: pakkasraja -15 astetta, lumen puute. Maksimiosallistujamäärä 30, minimi 5. Ilmoittautumislinkki Joensuun Ladun nettisivuilla tapahtumakuvauksessa.

Lisätiedot ja ilmoittautumishjeet: Ilari Nissinen, ilari.nissinen@hotmail.com, p. 0440 102 396.



Voiteluinfo

28.1. klo 10 - 12 LYKYNLAMPI

Tule Future Clubin voiteluinfoon kuuntelemaan, katselemaan ja kyselemään, miten sukset saa toimimaan. Ei ennakkoilmoittautumista.

Lisätiedot: Asko Timoskainen, asko.timoskainen@saunalahti.fi, p. 0400 376 303



Helmikuun tapahtumia

Muumien hiihtokoulu

4.2., 5.2., 11.2., 18.2. LYKYNLAMPI

Muumien hiihtokoulussa harjoitellaan hiihtotaitoja Muumien innostamana. Hiihtokoulussa liikutaan monipuolisessa ympäristössä ja leikitään suksilla erilaisia hiihtoleikkejä.

Muumiperheen hiihtokoulu on tarkoitettu 2–4-vuotiaille lapsille ja heidän aikuisparilleen. Molemmat osallistuvat hiihtokouluun suksilla. Hiihdon perustaitoja opetellaan leikkien ja tehtävälaturien avulla. Hiihtokoulua varten myös lapsella kannattaa olla monolliset sukset, sauvat eivät ole välttämättömät. Muumiperheen hiihtokouluja järjestetään kaksi ryhmää lauantaisin 4.2., 11.2. ja 18.2. klo 9.30–10.30 ja klo 10.30–11.30. Molempiin ryhmiin mahtuu 18 lapsi-aikuisparia.

Muumipeikkojen hiihtokoulu on 4–7-vuotiaille lapsille, jotka osaavat jo vähän hiihtää (Lykylnlammen majalta hiihtomaahan) ja uskaltavat osallistua toimintaan omatoimisesti ohjaajien kanssa. Hiihdon perustaitoja opetellaan erilaisten tehtävien ja leikkien avulla. Muumit johdattelevat hiihtokoululaiset erilaisten hiihtotekniikoiden kautta mäenlaskun maailmaan. Muumipeikot kokoontuvat 4.2., 5.2., 11.2. ja 18.2. klo 10–11.30. Jos enemmän kuin yksi kerta peruuntuu sään vuoksi, varapäivä on 19.2. Ryhmään mahtuu 7 lasta.

Ilmoittautuminen hiihtokouluun avautuu 16.1.

Joensuun Ladun nettisivuilla. Kannattaa toimia nopeasti, useimmiten paikat on myyty loppuun ensimmäisten tuntien aikana.

Muumiperheiden hiihtokoulu: 20 €/jäsenperhe ja 30 €/perhe ei-jäsen

Muumipeikot: 20 €/jäsenten lapset ja 30 €/ei-jäsenten lapset

Lisätiedot: Annu Jantunen, annu.jantunen@gmail.com, p. 050 301 8415



UlkonaKuinLumiukko

12.2. LYKYNLAMPI

Taas rakennetaan lumiukkoja Lykynlammelle. Aihioita valmistetaan jo lauantaina 11.2. Talkoolaiset tervetuloa! Sunnuntaina aihioista muotoillaan lumiukkoja. Tule koko perheen voimin tekemään oma lumiukkos. Voit tuoda lumiukkollesi sopivia somisteita: pipoja, nappeja, käpyjä, heiniä, oksia jne.



Lumikenkäilyä Paiholassa

18.2. klo 10 PAIHOLA

Lumikenkäretki Paiholan Pyörteenvaaran maastossa. Retken kesto 2 - 3 tuntia. Kokooneminen Niemenkartanontie 4. Ladun jäsenet voivat tarvittaessa lainata yhdistyksen lumikenkiä jäsauvoja.

Lisätiedot: [Arja Manninen](mailto:arja.manninen@hotmai.com), arja.anita@hotmail.com, p. 040 730 75 24



Soihthiihto

18.2. klo 17 LYKYNLAMPI

Tule hiihtämään Lykynlammen laduille pimenevässä illassa, soihtujen valossa. Soihtuun valaistaan neljän kilometrin latu, lapsille myös 0,4 - 2 kilometrin ladut. Muumipeikkokin on mukana hiihtämässä. Sauna on lämpimänä klo 12 - 19, kahvio on auki klo 20 saakka.

Lisätiedot: [Hannu Melin](mailto:hannu.melin@gmail.com), hannu.melin@gmail.com, p. 040 773 5767



Koko perheen umpihankiretki

25.2. klo 10 LYKYNLAMPI

Tervetuloa mukaan perheiden umpihankihiihtoretkele Lykynlammen majan lähimaastoon. Hiihdämme parin kolmen kilometrin reitin latujen ulkopuolella. Lapset voivat tulla mukaan omilla suksillaan. Aikuiset voivat halutessaan vuokrata metsäsukset Joensuun Ladun välinevarastosta, mutta tavallisillakin suksilla voi tulla mukaan. Varatkaa mukaan eväät, sillä retken loppuksi nautimme nuotiotulista ja eväistä uudella laavulla majan läheisyydessä.

Lisätiedot ja ilmoittautuminen 22.2. mennessä: [Eija Sollo](mailto:eija.sollo@pp.inet.fi), eija.sollo@pp.inet.fi, p. 0500 950 996



Tiedossa olevat tapahtumat tammi–kesäkuu 2023

SIVU

Tammikuu

31.12.	la	Lykynlammen kahvio avataan	10
1.1.	la	Uudenvuoden avaus Kuoringalla	10
1.1.	la	Talvikilometrikisa alkaa	10
		Päiväsauvakävelyt	10
		Villasukkajuoksu	10
		Seikkailevat perheet	11
7.1.	la	Retkeilyvarusteiden kirppari Lykynlammella	12
7.1.	la	Lumikenkäilyä Lykynlammella	12
		Tähtinäytös Jakokosken tähtitornilla	12
14.1.	la	Umpihankiihtoa Lykynlammella	12
15.1.	su	Lumikenkien kokeilupäivä lapsille	13
21.1.	la	Lumikenkäilyä Lykynlammella	12
23.1.	ma	Valokuvailta: Grönlanti, Joensuun pääkirjastolla	13
24.1. - 1.2.	ti - ke	Aikuisten hiihtokoulu Joensuun Laulurinteellä	13
28.1.	la	Voiteluinfo Lykynlammella	14

Helmikuu

4.2. - 18.2.	la, su	Muumien hiihtokoulu Lykynlammella (varapäivä 19.2.)	14
12.2.	su	UlkonaKuiniLumiukko Lykynlammella	15
18.2.	la	Lumikenkäily Paiholassa	15
18.2.	la	Soihtuhiihto Lykynlammella	15
25.2.	la	Koko perheen umpihankiretki Lykynlammella	15
28.2.	ti	Talvikilometrikisa päättyy	10

Maaliskuu

4.3.	la	Kansallinen hiihtopäivä	18
6.3.	ma	Valokuvailta: Vuoristovaelluksia, Joensuun pääkirjastolla	18
11.3.	la	Otsalamppuhiihto	18
12.3.	su	Pyhäselän jäähiihto	19
18. - 25.3.	la - la	Itä-Suomen latualueen hiihtoviikko Länsi-Lapissa	19
26.3. - 2.4.	su - su	Itä-Suomen latualueen hiihtoviikko Itä-Lapissa	19
13.3. (tai 19.3.)	su	Lykynlammen kahvio suljetaan	
		Hankiaishiihtoa Patvinsuolla	19
29.3.	ke	Joensuun Ladun kevätkokous	32

Huhtikuu

SIVU

11.4. – 23.5.	ti - ti	Kuntosali-harjoitteluryhmä Tikkarinteellä	20
11.4. – 23.5.	ti - ti	Kahvakuula-harjoitteluryhmä Tikkarinteellä	20
11.4. – 23.5.	ti - ti	Kehonpaino-harjoitteluryhmä Tikkarinteellä	20
24.4.	ma	Valokuvailta: Kansallispuistot tutuiksi, Joensuun pääkirjastolla	20
25.4. - 16.5.	ti	Muumien retkeilykoulu Kuhasalossa	20

Toukokuu

1.5.	su	Kilometrikisa alkaa	21
1.5.	su	Kävelykilometrikisa alkaa	21
		Polkujuoksun yhteislenkit	21
3. - 4.5.	ke - to	Retkiruokakurssi Lykynlammella	21
6.5.	la	Linturetki	22
9.5.	ti	Rakastu retkeilyyn Lykynlammella	22
9.5.	ti	Iltapyöräily: Mattisenlahti, Ollilan tupa	22
10.5.	ke	Uusien jäsenten ilta Kuhamajalla	22
15.5.	ma	Suunnistuksen perusteet Lykynlammella	23
16.5.	ti	Suunnistuksen perusteet Lykynlammella	23
16.5.	ti	Iltapyöräily: Kontioranta, Kontioniemi	22
17.5.	ke, su	Kirkkovenesoudut alkavat Hasanniemessä	23
18. – 21.5.	to - su	Kevätvaellus Teljo - Neitikoski	23
20.5.	la	Future Clubin kevätvaellus Patvisuolle	24
vk 21		Melontaretki Puulavedelle	24
vk 21		Vesiliikuntaa uimahallissa (Rantakylä ja Liprakka)	24
23.5.	ti	Iltapyöräily: Ylämylly, Jyrinkylä	22
27.5.	la	Jaamankierros pyöräillen	24
27. – 28.5.	la - su	Rakastu retkeilyyn - Kiehisen kierros	25
30.5.	ti	Iltapyöräily: Hammaslahti, Soinilan tila	22

Kesäkuu

4.6.	su	Päivämelonta Viinijärvellä	25
5. – 10.6.	ma - la	Yöttömän yön aikaan Äkäslompolossa	26
6.6.	ti	Iltapyöräily: Särkivaara	27
10. – 11.6.	la - su	Itä-Suomen Latualueen retki Tiilikajärven kansallispuistoon	27
10. – 16.6.	la - pe	Suomi meloo: Mikkeli - Kouvola	27
13.6.	ti	Iltapyöräily: Paihola	27
16. – 18.6.	pe - su	Suunnistusvaellus itärajalla	27
17.6.	la	Fillarilla Höytiäisen ympäri	27
vk 25		Melontaretki Koitajoelle	28
29.6.	to	Iltamelontaretki	28

Tarkista ajantasaisin tieto verkosta! <https://joensuunlatu.sporttisaitti.com>

Maaliskuun tapahtumia

Kansallinen Hiihtopäivä 4.3.

Kaikki ulkoilemaan, hiihtämään ja osallistumaan hiihtotapahtumiin! Vuotuiseksi koko kansan teemapäiväksi luotu Kansallinen Hiihtopäivä innostaa ihmiset ympäri Suomen hiihtämään ja liikkumaan ulkona samana päivänä.



6.3. Valokuvailta: Vuoristovaelluksia klo 17 - 19 JOENSUUN PÄÄKIRJASTO, MUIK-KU-SALI (Koskikatu 25)

Vuoristovaelluksia Pentti ja Pirjo Leskinen ovat tehneet Sveitsissä kolmesta eri keskukselta päiväretkiä Alpeille. Sveitsi on todellinen vaeltajien paratiisi, infrastruktuuri palvelee loistavasti.

Ero Oura kävi nousemassa Kilimanjarolle kansainvälisessä ryhmässä poikkeavaa reittiä pitkin. Millaista on ns. "Coca-Cola-reitin" ulkopuolella?



Otsalamppuhihto

11.3. PYHÄSELKÄ

Jos Pyhäselällä saadaan kestävät jäät ja ladut ajettua, hiihdetään taas Pyhäselän jäähiihdon aattona otsalamppujen valossa Pyhäsaareen, jossa talkoolaiset pitävät klo 18 - 20 laavulla nuotiotulta ja nokipannukahviakin on tarjolla. Maksu käteisellä. Ota oma muki mukaan! Seuraa tiedotusta Joensuun Ladun nettisivuilta sekä Joensuun kaupungin latuseurannasta. Säävaraus!

Lisätiedot: [Hannu Melin](mailto:hannu.melin@gmail.com), hannu.melin@gmail.com, p. 040 773 5767



Pyhäselän jäähihto

12.3. PYHÄSELKÄ

Kevään odotetuin hiihtotapahtuma, Pyhäselän jäähihto toteutetaan, jos jää- ja lumiolosuhteet sen sallivat. Pyhäsaarella on Joensuun Ladun latuasema klo 10 - 16, muidenkin järjestöjen ylläpitämiä latuasemia on Pyhäselän rannoilla. Tapahtuman toteutuessa ja ehkä siitä huolimattakin Kuhamajalla pidetään avoimet ovet, tarjolla nokipannukahvia yms. (käteismaksu). Seuraa tiedotusta Joensuun Ladun nettisivuilta. Säävaraus! Ota oma muki mukaan!

Lisätiedot: Hannu Melin, hannu.melin@gmail.com, p. 040 773 5767



18. - 25.3. Itä-Suomen latualueen hiihtoviikko Länsi-Lapissa

Tarkista varaustilanne matkanjärjestäjältä: Samimatkat Oy, asiakaspalvelu p. 050 4700 787, info@samimatkat.fi

26.3. - 2.4. Itä-Suomen latualueen hiihtoviikko Itä-Lapissa

Tarkista varaustilanne matkanjärjestäjältä: Samimatkat Oy, asiakaspalvelu p. 050 4700 787, info@samimatkat.fi

Hankiaishiihtoa

PATVINSUON KANSALLISPUISTO

Hankiaishiihto Patvinsuon kansallispuistossa keväthangilla, tarkka ajankohta ilmoitetaan Joensuun Ladun nettisivuilla ja facebookissa. Reitin pituus noin 20 km. Hiihtämään lähdetään opastuskeskuksen parkkipaikalta Surkansuon läpi kohti pohjoista kansallispuiston rajalle, jota pitkin hiihdellään Hietajärvelle. Käymme katsomassa kalasääsken pesää kelon latvassa, evästauko Hietajärven nuotiopaikalla, josta matka jatkuu Suomunjärvelle ja opastuskeskuksen parkkipaikalle. Mukaan lämmintä juotavaa, nuotioeväät, taukotakki, istuinalusta ja päälle asianmukainen vaatetus.

Lähtö: ilmoitettuna ajankohtana kimppakyydeillä Joensuun Urheilutalon (Koskikatu 12), Siltakadun puoleiselta parkkipaikalta klo 7.00, paluu samaan paikkaan noin klo 17.

Ilmoittautuminen ja lisätiedot vetäjältä: Tuula Turunen, thturunen@gmail.com, p. 050 372 6242.

Ilmoita samalla, voitko tarjota kimppakyydin.

Vaativuustaso: keskivaativa



Huhtikuun tapahtumia

Kuntosali-, kahvakuula- ja kehonpaino-harjoitteluryhmät

11.4. - 23.5. TIKKARINNE

Harjoitteluryhmät alkavat tiistaina 11.4. klo 8.45 Tikkarinteon kampuksella. Ryhmät kokoontuvat kuusi kertaa ja lisäksi on yksi yksilöllinen kerta. Jokaiseen ryhmään otetaan viisi osallistujaa. Ohjaajina toimivat Karelia-AMK:n toisen lukukauden fysioterapeuttiopiskelijat. Ei osallistumismaksua. **Ilmoittautuminen:** tarmo@karelia.fi

Kerro nimesi, yhteystietosi ja se, mihin ryhmään (kuntosali, kahvakuula vai kehonpaino) haluat osallistua.

Tiistai 11.4. klo 8.45 - 10

Tiistai 18.4., 25.4., 2.5., 9.5., 16.5. klo 9 - 10

Tiistai 23.5. klo 9 - 10 yksilökerta

Lisätietoja: [Anu Pukki, anu.pukki@karelia.fi](mailto:anu.pukki@karelia.fi)

24.4. Valokuvailta: Kansallispuistot tutuiksi – tarinoita Suomen luonnosta

klo 17 - 19 JOENSUUN PÄÄKIRJASTO, MUIKKU-SALI (Koskikatu 25)

Pepe Forsberg on Luonnonperintösäätiön toiminnanjohtaja ja luontoretkeilijä, jonka suosittuja kirjoja, esityksiä sekä somekanavia seuraa jo yli 200 000 suomalaista. Hänen uusin teoksensa on Kansallispuistot tutuiksi. Retkitunnelmaa, kuvia, tietoa ja vinkkejä kansallispuistojen ystäville! Uusimmassa kirjassa on kaikki 42 kansallispuistoa ja viisi retkeilyaluetta.

Retkeilijöille Forsberg on tuttu myös Suomen suosituimman luontoihmisten keskusteluforumin Kansallispuistot tutuiksi -ylläpitäjänä. Valokuvailta toteutetaan yhteistyössä Joensuun seutukirjaston kanssa.



Muumien retkeilykoulu

25.4., 2.5., 9.5, 16.5.

klo 17.30 - 19.30 KUHASALO

Muumien retkeilykoulu kokoontuu Kuhasalossa neljänä tiistai-iltana. Retkeilykoulu on kahdeksan kerran kokonaisuus, joka sisältää neljä kokoontumista keväällä ja neljä syksyllä. Retkeilykoulu on tarkoitettu 6 - 9-vuotiaille lapsille ja siihen kuuluu olennaisena osana retkeilytaitojen lisäksi ryhmätoiminta, ympäröivän luonnon tutkiminen ja ympäristökasvatus. Toiminta on lapsilähtöistä ja leikinomaista.

Ilmoittautuminen 3.4. alkaen Joensuun Ladun nettisivuilla.

Mukaan mahtuu 12 lasta.

Kevään retkeilykoulun hinta: Joensuun Ladun jäsenten lapset 20 € ja ei-jäsenten lapset 30 €. Ilmoittautuneille lähetetään tarkemmat tiedot ennen retkeilykoulun alkua.

Lisätiedot: [Kirsi Soikkeli, kirsi.soikkeli64@gmail.com](mailto:kirsi.soikkeli@gmail.com), p. 044 548 5832



Toukokuun tapahtumia

Kilometrikisa alkaa 1.5.

Pyöräilyn kilometrikisassa kohennetaan kuntoa ja kerätään pyöräilykilometrejä Joensuun Ladun joukkueelle. Ilmoittautumisohjeet joukkueeseen liittymisestä kerrotaan myöhemmin nettisivuilla ja uutiskirjeessä.

Lisätiedot: [Sinikka Saavalainen](mailto:sinsaavalainen@gmail.com), p. 050 343 7735, sinsaavalainen@gmail.com



Kävelykilometrikisa alkaa 1.5.

Kunto kohenee myös kävellen! Tule mukaan Joensuun Ladun joukkueeseen kartuttamaan kilometrejä. Ilmoittautumisohjeet joukkueeseen liittymisestä kerrotaan myöhemmin nettisivuilla ja uutiskirjeessä.

Lisätiedot: [Arja Manninen](mailto:arja.manninen@gmail.com), p. 040 730 7524, arja.anita@hotmail.com



Polkujuoksu

Toukokuussa lumien haihduttua jatkamme taas yhteisiä polkujuoksulenkkejä edelliskesien tapaan maanantai-iltaisin.

Polkujuoksu on luontoliikuntaa parhaimmillaan. Yhteislenkeillä tutustutaan paikalliseen luontoon ja polkuverkostoon, opetellaan juoksutekniikka ja tehdään oheisharjoituksia. Lenkkejä tehdään Joensuun ympäristössä jo tutuksi tulleilla poluilla, uusia polkuja unohtamatta. Lenkien kesto 1 - 1,5 tuntia.

Sinustako polkujuoksuohjaaja?

Ohjaajia kaivattaisiin lisää. Polkujuoksuohjaajaksi voi kouluttautua Suomen Ladun polkujuoksuohjaajakursseilla. Lähin kurssi on Siilinjärvellä 13.5.

Lisätiedot: [Sointu Hyttinen](mailto:sointu.hyttinen@gmail.com), sointu.hyttinen@gmail.com, p. 050 368 1961



Retkiruokakurssi

3. - 4.5. klo 17 - 20 LYKYNLAMPI

Kaikki kevyistä, maittavista retkiruuista!

Tule mukaan valmistamaan ja nauttimaan retkiruokia! Kurssin jälkeen osaat suunnitella ja toteuttaa eväät niin lyhyille ja hyvin pitkille retkille.

Kokoontumiset kahtena iltana Lykynlammen majalla. Osallistumismaksu 30 euroa, jolla katetaan tilavuokrat, ruoka-aineet ja muut kurssin kulut. **Ilmoittautuminen avautuu huhtikuussa Joensuun Ladun nettisivuilla.**

Lisätiedot: [Liisa Oura](mailto:liisa.oura@gmail.com), liisa.oura@gmail.com ja [Ritva Laukkanen](mailto:ritva.laukkanen@gmail.com), ritva.perula@gmail.com

Linturetki

6.5. (kohde ilmoitetaan myöhemmin)

Joensuun Ladun jäsenille suunnattu linturetki järjestetään lauantaina 6.5. Retki toteutetaan Birdlife Suomen järjestämän ”Tornien taisto 2023” -tapahtuman yhteydessä. Aikataulu ja paikka tarkentuvat lähempänä ajankohtaa. Tapahtuma soveltuu koko perheelle ja fyysinen vaatimustaso on helppo. Huomioitava kuitenkin että lintutornien rakenteen takia liikuntarajoitteisille ei voida järjestää esteetöntä liikkumista.

Lisätiedot: [Tuomas Perkkiö, tuomas.perkkio@hotmail.com](mailto:tuomas.perkkio@hotmail.com)

Rakastu retkeilyyn

9.5. klo 17 - 21 LYKYNLAMPI

Oletko kiinnostunut retkeilystä ja vaeluksesta, mutta sinulla ei ole vielä kokemusta tai uskallusta lähteä pidemmille retkille? Kurssilla käymme läpi retkeilyn perusteita: miten suunnittelet retken, turvallisuus, kuinka pukeutua, retkiruuat ja muut esille tulevat seikat. Varaudu ulkovarustuksin koska osan ajasta toimimme laavulla. Hinta on 10 € Joensuun Ladun jäseniltä ja ei-jäseniltä 20 €, hinta sisältää retkiruuan. Kouluttajina Hannu Melin, Pilvi Tapio ja Tuula Turunen

Ilmoittautuminen: [Hannu Melin, hannu.melin@gmail.com](mailto:hannu.melin@gmail.com), p. 040 773 5767



Ilta pyöräilyt

Tiistai-iltojen pyörälenkeillä ajellaan 35 - 50 kilometrin lenkkejä Joensuun ympäristössä, 18 - 20 kilometrin tuntivauhtia ja taukoja tarpeen mukaan pitäen. Lähtö matkustajasatamasta klo 17, paluu noin klo 20 - 21. Kypärä päähän, juotavaa ja pientä evästä mukaan ja ”kahvirahaa” taskuun. Ei ennakkoilmoittautumista, säävaraus.

Lisätiedot: [Marjatta Partanen, marjatta.partanen@gmail.com](mailto:marjatta.partanen@gmail.com), p. 050 341 7940

9.5. Mattisenlahti, Ollilan tupa

16.5. Kontioranta, Kontioniemi

23.5. Ylämylly, Jyrinkylä

30.5. Hammaslahti, Soinin tila



Uusien jäsenten ilta

10.5. KUHAMAJA

Uusia jäseniä kutsutaan tutustumaan Joensuun Ladun toimintaan ja toimijoihin ja vapaaehtoistehtäviin.

Suunnistuksen perusteet

15.5. ja 16.5. klo 17 - 20 LYKYNLAMPI

Kurssilla käydään läpi suunnistuksen perusteita, kartanlukua ja kompassin käyttöä. Kurssi sisältää teoriaosuuden sekä käytännön suunnistusosuuden Lykynlammen maastossa. **Molempina iltoina sama sisältö.**

Hinta: 10 € (jäsenet), 20 € (ei-jäsenet). Max 10 osallistujaa / ilta. Kouluttajana Rauno Asikainen.

Lisätiedot ja ilmoittautuminen 30.4. mennessä: Hannu Melin, hannu.melin@gmail.com, p. 040 773 5767



Kirkkovenesoudut alkavat 17.5.

su ja ke klo 18 HASANNIEMI

Future Clubin kirkkovenesoutuharjoituksiin pääset tulella Hasanniemen venevajoille sunnuntaina ja keskiviikkona klo 18. Soutulenkki suuntautuu Pyhäselälle tai Piesjoelle, ei etukäteisilmoittautumista. Soutuharjoituksia jatketaan elokuun puoliväliin saakka.

Lisätiedot: Asko Timoskainen asko.timoskainen@saunalahti.fi, p. 0400 376 303



Kevätvaellus Teljo - Neitikoski

18. - 21.5.

Huollettu vaellus, jonka hinta määräytyy huoltoauton ajettujen kilometrien mukaan. Yöpyminen teltoissa, vaellus päivärepuilla. Mukaan mahtuu max 14 Joensuun Ladun jäsentä.

Lähtö helatorstaiaamuna klo 7 Joensuun urheilutalolta (Koskikatu 12), Siltakadun puoleiselta parkkipaikalta kimpakyydein, paluu sunnuntaina samaan paikkaan n. klo 17.

JATKUU »

Päivämatkat:

Teljo - Aittokoski 11,3 km

Aittokoski - Änäkäinen 16,7 km

Änäkäinen - Naarakoski 22,5 km

Naarakoski - Neitikoski 18 km

Ilmoittautuminen 5.5. mennessä:

Tuula Turunen p. 050 372 6242, thturunen@gmail.com Ilmoita myös, voitko tarjota kimpakyydin mennen tullen. Tarkempi info lähtijöille ja tapaaminen toukokuun alussa. Vaativuustaso: Keskivaativa, voi olla myös vaativa riippuen lumi- ja vesitilanteesta reitillä. Vetäjinä Pilvi Tapio ja Tuula Turunen

Future Clubin kevätkuullus

20.5. PATVINSUON KANSALLISPUISTO

Tarkemmat tiedot toukokuun uutiskirjeessä ja Future Clubin nettisivuilla.

Melontaretki Puulavedelle

vk 21 (tarkka päivämäärä ilmoitetaan myöhemmin) PUULAVESI

Melontaretki yhteistyössä Joensuun Kauhojen kanssa. Lisätietoja myöhemmin Joensuun Kauhojen sekä Joensuun Ladun nettisivuilla ja uutiskirjeessä.

Vesiliikuntaa uimahallissa

vk 21 (tarkka päivämäärä ilmoitetaan myöhemmin) RANTAKYLÄ ja KÄSÄMÄ

Karelia-AMK:n ensimmäisen lukukauden fysioterapeuttipiskelijät ohjaavat vesiliikuntaa Rantakylän uimahallissa (Pataluodonkatu 2, Joensuu) ja Liprakassa (Silmutie 11, Liperi) uimahallimaksun hinnalla. Ei ennakoilmoittautumista. Alustavat kellonajat:

Ensimmäinen jumppa klo 8.30 - 9.15

Toinen jumppa klo 9.30 - 10.15

Kolmas jumppa klo 10.30 - 11.15

Lisätietoja: Anu Pukki, anu.pukki@karelia.fi

Jaamankierros pyöräillen

27.5. klo 9 JAAMANKANGAS

Pyöräillään noin 58 kilometrin lenkki entistä Jaaman kierrosta mukailen, välillä metsäautotieosuuksia, mutta tavallisella pyörällä pärjää. Lähtö matkustajasatamasta Tuulaakin edestä klo 9, paluu klo 15:een mennessä. Omat eväät mukaan, makkaranpaisto-/evästelytauko Häikänniemessä. Säävaraus!

Lisätiedot ja ilmoittautuminen 25.5. mennessä:

Kari Kettunen, p. 050 554 5133 (miel. tekstiviestillä), kj.kettunen@gmail.com



Rakastu retkeilyyn - Kiehisen kierros

27. - 28.5. KOLI

Haluaisitko lähteä pidemmälle vaellukselle ja saada lisää varmuutta vaellusretkille? Lähde nyt aloittelijoille tarkoitettulle yön yli vaellukselle Kolin upeisiin maisemiin. Retkellä saat vinkkejä ja tietoa, mitä onnistuneeseen vaellukseen tarvitaan (varusteet, ravinto ym.). Kiehisen kierros on uusi vaellusreitti Kolin ja Herajärven maisemissa. Reitti on noin 20 km pitkä ja se vaelletaan kahdessa päivässä, joten päivämätka on vain noin 10 km. Yöpyminen teltoissa Pielisen rannalla Rykiniemessä. Maasto voi olla paikoin vaativaa, mutta maisemat palkitsevat vaeltajan ja retkellä saat tärkeää oppia vaellusharrastuksen aloittamiseen.

Ilmoittautuminen 12.5. mennessä: [Hannu Melin](mailto:hannu.melin@gmail.com), hannu.melin@gmail.com, p. 040 773 5767

Kesäkuun tapahtumia



Päivämelonta Viinijärvellä

4.6. VIINIJÄRVI

Yhteisretki Joensuun Kauhojen kanssa, melontamatka noin 15 km, max 10 osallistujaa.

Lisätiedot: [Katri Tiainen](mailto:tiaikatri@gmail.com), tiaikatri@gmail.com ja [Rauno Asikainen](mailto:rane.asikainen@gmail.com), rane.asikainen@gmail.com

Yöttömän yön aikaan Äkäslompolossa

5. - 10.6. ÄKÄSLOMPOLO

Lähde mukaan opastetuille päiväretkille seitsemän tunturin kylän upeisiin maisemiin. Tukikohtanamme toimii Kuerkievari, jossa valittavana joko hotelli- tai hostellitasonen majoitus. Aamiainen ja sauna kuuluvat huonehintaan, lisämaksusta päivällinen ja mahdollisuus myös retkieväisiin.

Suunnitellut retkien kohteet ovat:

- Kukastunturin huipun kautta Kotamajalle, josta paluureittien vaihtoehtoja on useita. Vaativuustaso: Keskivaativa.
- Kurujen kierros sisältää Kellostapulin kurun, Pirunkurun ja Varkaankurun. Helpompana reittinä Kellostapulin kuru, josta oikotietä Varkaankurulle. Vaativuustaso: Keskivaativa/helppo.
- Retki Pallakselle, jossa patikoimme Pallasshotellin läheisyydessä. Vaihtoehtoina ovat Palkaskeron lenkki tai nousu Taisvaskerolle. Vaativuustaso: Keskivaativa/helppo.
- Kauneudessaan karu Aakenus, joka on ehdottomasti näkemisen ja kokemisen arvoinen tunturi. Vaativuustaso: Keski-vaativa.

Päiväretkien toteutuksessa huomioidaan keliolosuhteet ja mahdollisuuksien mukaan osallistujien toiveet. Ajatuksena on, että joukko jakautuu useampaan pienempään joukkoon. Yksityiskohtaisempaa tietoa Ladun nettisivuilla mm. retken hinnoista vuoden 2023 puolella. **Ilmoittautuminen Joensuun Ladun nettisivuilla 10.1. - 5.2.**

Lisätiedot: [Pekka Laakkonen](mailto:pekka1.laakkonen@gmail.com),
pekka1.laakkonen@gmail.com,
p. 0500 192 469
ja [Eila Partanen](mailto:eila.partsu@gmail.com), eila.partsu@gmail.com,
p. 050 502 8440





Iltapyöräilyt

6.6. Särkivaara

13.6. Paihola

Retkelle-päivät - Itä-Suomen Latualueen retki Tiilikajärven kansallispuistoon

10. - 11.6. TIILIKAJÄRVI

Järjestävä latuyhdistys: Siilin Latu ja Tunturikerho Tsietsa. Kevään aikana lisätietoa Joensuun Ladun nettisivuilla.

Suomi Meloo

10. - 16.6. MIKKELI - KOUVOLA

Joensuun Ladun joukkuetta kokoa Pentti Leskinen: penttileskinen13@gmail.com

Suunnistusvaellus itärajalla

16. - 18.6.

Liikumme maastossa suunnistamalla ja opettelemme kompassin käyttöä.

Lähtö maastoon Patvinsuon kansallispuiston opastuskeskuksesta perjantai-iltana kohti Virtaniemeä, josta jatkamme Alanteen padon yli reittiä Huuhkajansuo, Sumukkavaara, Ritovaara, Kurikkavaara, mistä lähtee vanha kinttupolun pohja soidensuojelualueiden halki kohti Lutinjokea. Malisenvaaran kohdalla siirrymme Susिताipaleen reitille, lauantai-iltana yövyimme Suomujoen laavulla, perjantain yöpymispaikka tarkentuu kuljetun matkan mukaan, alustava suunnitelma on Ritovaaran laella, mistä on hienot näköalat. Suomujoen laavulta kuljemme Terettiin, Kurkilahteen ja opastuskeskuksen parkkipaikalle.

Ilmoittautuminen: [Tuula Turunen](#), thturunen@gmail.com, p. 050 372 6242, ilmoita myös voitko tarjota kimpakyydin. Ilmoittautuneille info ja tapaaminen toukokuun alussa. Vaativuustaso: vaativa, ei valmiita reittejä ja vaihtelevat maasto-olosuhteet
Vetäjät: Tuula Turunen, Tarja Makkonen



Itärajan historiaa tämäkin.

Fillarilla Höytiäisen ympäri

17.6. KONTIOLAHTI - POLVIJÄRVI - JUUKA

Lähdetään mukaan Kontiolahden kunnan järjestämälle, ohjelmalliselle pyöräretkelle Höytiäisen ympäri! Omat eväät, ei osallistumismaksua, ilmoittautumisohjeet ja tarkemmat tiedot myöhemmin nettisivuillamme. Pyöräilypäivä on osa Kontiolahden kunnan 150-vuotisjuhlavuoden tapahtumia.



Melontaretki Koitajoelle

vk 25 (tarkka päivämäärä ilmoitetaan myöhemmin) KOITAJOKI

Melontaretki yhteistyössä Joensuun Kauhojen kanssa. Lisätietoja myöhemmin Joensuun Kauhojen sekä Joensuun Ladun nettisivuilla ja uutiskirjeessä.

Iltamelontaretki

29.6. (kohde ilmoitetaan myöhemmin)

Helppo yhteisretki Joensuun Kauhojen kanssa, melontakurssin käyneille aloittelijamelojille, max 10 osallistujaa. Ajomatka yhteiskyydeillä 15 km.

Lisätiedot: Katri Tiainen, tiaikatri@gmail.com ja Rauno Asikainen, rane.asikainen@gmail.com

Tulossa myös...

Lapsiperheiden Nuku yö ulkona

5. - 6.8. LYKYNLAMPI

Nyt on lapsilla mahdollisuus kokea, miltä ulkona nukkuminen tuntuu. Nuku yö ulkona -tapahtuma alkaa lauantaina iltapäivällä ja illan aikana on ohjelmassa leikkejä, pelejä ja evästelyä. Yöksi majoitutaan telttaan, jonka saa tarvittaessa lainaan. Aamulla ennen kotiin lähtöä nautitaan yhteinen aamupala. Tapahtuma järjestetään yhteistyössä Joensuun Perheentalon kanssa.

Ennakoilmoittautuminen kesäkuussa. Seuraa tiedotusta Joensuun Ladun nettisivuilla. Mukaan mahtuu 30 henkilöä.

Lisätiedot: Kirsi Soikkeli, kirsi.soikkeli64@gmail.com, p. 044 548 5832

Mia Ylhäinen, mia.ylhainen@pelastakaaalapsat.fi, p. 050 413 0563



Ruskavaellus ja päiväretket Sallassa 9. - 16.9.

Sallan vaellus ja retket tehdään yhteistyössä Itä-Suomen latualueen muiden jäsenyhdistysten kanssa.

Ruskavaellus Tuntsa - Naruska

Perinteinen syysvaellus suuntautuu tällä kertaa Tuntsan erämaahan UKK-reitille Savukoski-Salla-seudulle. Menemme bussikuljetuksella Tulppioon, josta lähdemme vaeltamaan kohti Sallan Naruskaa. Vaellusreitti kulkee Itä-Lapin jylhissä ja osin karuissa maisemissa. Kokonaisuudessaan reitti on 112 km pitkä, mutta halutessamme voimme sitä hieman lyhentää. Vaellamme reitin kuudessa päivässä ja yövyimme teltoissa pääasiassa autiotuopien piha-
piirissä. Reitti on paikoin vaativa ja vaatii hyvän peruskunnon lisäksi jonkin verran vaellusko-
kemusta.

Ilmoittautuminen 1.6. mennessä: [Hannu Melin](mailto:hannu.melin@gmail.com), hannu.melin@gmail.com, p. 040 773 5767

Sallan kansallispuiston päiväretket

Päiväretkien pituus 11 - 24 km, omatoimisesti voi kulkea myös lyhyempiä, hyvin merkittyjä reittejä. Reittien vaativuustaso vaihtelee helpoista vaativiin. Vetäjinä Pilvi Tapio ja Tuula Turunen. Majoitus Sallinen Panvillagesissa 6 hengen huoneistoissa, joissa on 2 hengen huoneet, olohuone, keittiö ja sauna. Majoitus on varattu 30 hengelle. Linja-autokuljetuksen ja majoituksen hinta on noin 250 - 300 € (ei sisällä ruokailua), hinta tarkentuu lähempänä. Sallan kansallispuiston ravintolassa on mahdollisuus omakustanteiseen ruokailuun, muutoin jokainen huolehtii ruokailuistaan itse tai kimpassa; asiasta voidaan sopia retken infotilaisuudessa.

Lisätiedot ja sitova ilmoittautuminen 1.6. mennessä: [Tuula Turunen](mailto:tthurunen@gmail.com), tthurunen@gmail.com, p. 050 372 6242 Tarkka retki-info lähetetään osallistujille kesäkuun alussa. Ennakkomaksusta tulee tieto ilmoittautuneille 15.6. mennessä.



Retkeilyvarusteet ja Kuhamaja jäsenetuna

Joensuun Ladun jäsenet voivat lainata yhdistyksen ylläpitämästä varustevarastosta retkeilyvälineitä, kuten retkiluistimia, lumikenkiä, liukulumikenkiä, metsäsuksia, ahkioita, telttoja, rinkkoja jne. sekä omille että Ladun retkille. Retkelle on helpompi lähteä koko perheen voimin, kun varastosta voi lainata vaikkapa lasten ahkion tai lapsenkuljetusrinkan.

Varaukset tehdään varausohjelman kautta: joensuunlatu.johku.com. Lainaus toimii kuin nettikauppa: Valitse tarvitsemasi varuste ja haluamasi aika. Järjestelmä laskee hinnan käyttöpäivien mukaan, myös palautuspäivä on maksullinen. Vuorokausihinta vaihtelee varusteen

mukaan. Anna tietosi, jäsennumerosi ja maksa kuin missä tahansa nettikaupassa. Saat sähköpostiisi varausvahvistuksen ja ohjeen välineen noudosta. Varasto pidetään vapaaehtoisvoimin auki kahdesti viikossa, maanantaisin ja torstaisin.

Myös Pyhäselän rannalla, Kuhasalossa sijaitsevaa Kuhamajaa voivat Joensuun Ladun jäsenet vuokrata saman varausjärjestelmän kautta. Kotakeittiöllä varustettuun Kuhamajaan mahtuu kymmenkunta henkeä. Kuhamaja on mukava retkikohde esimerkiksi perheille kaikkina vuodenaikoina. Kuhasalon esteetön reitti kulkee aivan Kuhamajan vierestä.



Kuhamajaa voi varata retkeilyvarusteiden lainausohjelman kautta:
joensuunlatu.johku.com

ARVOT

- ★ Kaikilla on mahdollisuus ulkoilla
- ★ Ulkoilemme ympäristöä kunnioittaen

- ★ Kaikille avoin yhteisö

- ★ Olemme rohkeita ja uudistumme
- ★ Arvostamme vapaaehtoisuutta

VISIO

Kaikki löytävät mielekkään tavan ulkoilla ja nauttia luonnosta

Liikkuva perhe-ohjelmaan on liittynyt 1 100 perheiliikunnan toimijaa

ULKOILE

Jäsenyhdistyksissä toimii 2 500 ulkoilun ohjaajaa

100 jäsenyhdistystä toteuttaa järjestön konseptioimia ulkoilutapahtumia vuosittain

Käytössämme on modernit digitaaliset työkalut

110 000 ulkoilijaa löytää järjestöstämme sopivan yhteisön ja pääsee mukaan toimintaan

Tuotamme palveluita tukemaan omatoimista ulkoilua

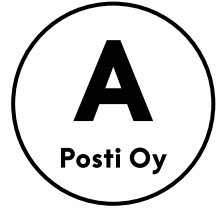
Järjestämme tunnettuus Suomessa on 25 %

VAIKUTA

MISSIO

Edistämme vastuullista, ympärivuotista ulkoilua





Posti Green

Kutsu Joensuun Latu ry:n kevätkokoukseen

Joensuun Ladun sääntömääräinen kevätkokous pidetään 29.3.2023 klo 18 alkaen Joensuussa Itä-Suomen Liikuntaopistolla (ISLO), Länsikatu 15. Kokouksessa käsitellään mm. vuoden 2022 toimintakertomus ja tilinpäätös vuodelta 2022. Kokousmateriaaleihin voi tutustua etukäteen Joensuun Ladun nettisivuilla.

Kahvitarjoilu. Tervetuloa!

Lisätiedot: Marjatta Partanen, p. 050 341 7940,
marjatta.partanen@gmail.com



joensuunlatu.sporttisaitti.com