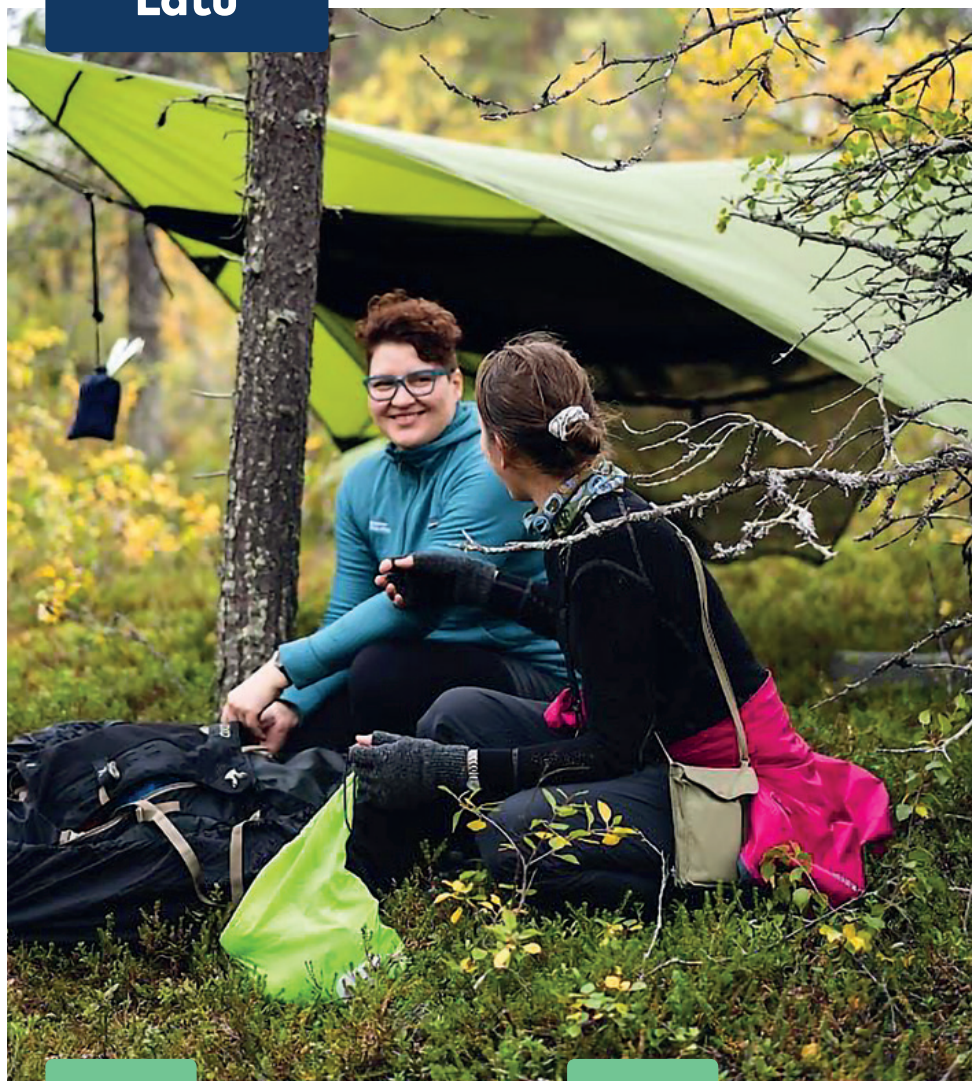




Joensuun
Latu

Jäsenlehti

2/2024



S.6

Samota Running®
eli löytölenkkeily

S.4

Vuoden ulkoilija
– Tuula Turunen

Puheenjohtajan terveiset	3
Vuoden ulkoilija - Tuula Turunen	4
Joensuun Latu ❤️ Jäsenpolku	5
Lainaatko retkivarusteita? Kertaa ohjeet tästä	5
Samota Running® eli löytölenkkeily	6
on pohjoiskarjalainen keksintö	
Retkievästä	8
Kesäkuun tapahtumia	10
Tapahtumakalenteri 2/2024	16
Heinäkuun tapahtumia	18
Elokuun tapahtumia	19
Syyskuun tapahtumia	23
Lokakuun tapahtumia	27
Marraskuun tapahtumia	28
Kurkistus ensi vuoteen	31

JOENSUUN LADUN JÄSENLEHTI 2/2024

Julkaisija **Joensuun Latu ry**
Toimituskunta **Merja Mustonen, Marjatta Partanen, Joensuun Ladun viestintätyöryhmä**
Taitto **Timo Kumpulainen** Paino **LaserMedia Oy, Pamilonkatu 1, 80100 Joensuu**
Painosmäärä **1600 kpl** Kannen kuva **Sampsa Sulonen / Suomen Latu**

Suomen Ladun kevätpäivät ja -kokous pidettiin huhtikuun lopulla Suomen Latu Kiilopäällä. Miksi siellä? Kiilopään retkeilykeskus Urho Kekkosen kansallispuiston kainalossa täytti 60 vuotta. Kiilopää on kaikkien meidän latulaisten oma paikka. Sinne kokoontuikin 138 kokousedustajaa, tosin osa etäyhteydellä.

Kevätkokouksessa oli monia asioita päätettävänä, mm. hyväksyttiin vuoden 2023 vuosikertomus, vahvistettiin tilinpäätös ja päätettiin Suomen Ladun jäsenmaksuosuudet tulevalle vuodelle. Opetus- ja kulttuuriministeriön toiminta-avustusten supistuminen ja inflaation vaikutus ovat asettaneet Suomen Ladun talouden paineen alle. Äänestyksen jälkeen päätettiin korottaa Suomen Ladun osuutta yhdistysten jäsenmaksuista 1,5–4 € riippuen jäsenmaksuluokasta. Tämä ei vielä riitä siihen, että toiminta pysyisi ennallaan, vaan muitakin rahoituslähteitä ja säästöjä joudutaan etsimään. Joensuun Latukin joutuu syyskokouksessa arvioimaan jäsenmaksunsa korotusta.

Kokouksessa jaettiin myös huomionosoituksia. **Vuoden jäsenyhdistyksenä** palkittiin

Joensuun Latu: “Joensuun Ladun suuri vapaaehtoisten joukko tekee vaikuttavaa työtä. Erityisesti välinevuokraus on tehty

Joensuussa edistyksellisellä tavalla. Yhdistyksellä on laaja retkeilyvarusteiden varasto, jonka välinevuokraus on toteutettu moderneja digitaalisia työkaluja hyödyntäen

Johku-verkkokaupan kautta. Yhdistys hyödyntää digitaalisia kanavia myös viestinnässään, joka on kaikille avointa ja ajantasaista.

Yhdistys myös tekee monipuolisesti yhteistyötä mm. Liikunnan aluejärjestön kanssa koulutusten ja verkostoitumisen muodossa. Lisäksi yhdistyksen jäsenmäärä on ollut kasvava.” Kiitos kaikille jäsenille ja vapaaehtoisille

toimijoille arvokkaasta työstänne, ilman teitä ei laajaa ja monipuolista toimintaa syntyisi.

Vuoden ulkoilijaksi Suomen Latu valitsi Joensuun Ladun hallituksen jäsenen **Tuula Turusen**. Kiitos Tuulalle ulkoilusta ja retkeilystä, johon niin moni meistä on saanut kanssasi osallistua. Kuluvan vuoden aikana saimme myös LähiTapiola Idän yhteiskuntavastuurahaston lahjoituksen, jolla järjestetään mm. ensiapukoulutusta, täydennetään ensiapuvälineistöä ja tuetaan perheiden lähialueretkiä.

Liikunnallista loppuvuotta!
Marjatta Partanen, Joensuun Ladun puheenjohtaja





Joensuun Latu – vuoden jäsenyhdistys, vas. Marjatta Partanen, Eki Karlsson (Suomen Ladun toiminnanjohtaja), Sointu Hyttinen, Sini Korhonen, Kirre Palmi (Suomen Ladun hallituksen puheenjohtaja), Tanja Perkkiö.

Vuoden ulkoilija – Tuula Turunen



Suomen Latu valitsi kevätkokouksessaan Kiilopäällä Vuoden ulkoilijaksi Joensuun Ladun Tuula Turusen. Perusteluissa mainittiin sekä Tuulan aktiivinen toiminta ohjaajana että hänen monipuolinen liikuntaharrastuksensa: *“Tuula on toiminut vapaaehtoisena retken vetäjänä Joensuun Ladun jäsenille niin Lapin reissulla kuin Pohjois-Karjalan kotimaisemissakin. Hän on ollut myös ohjaajana kaikille avoimilla retkillä kaupunkiympäristössä sekä Rakastu retkeilyyn -kursseilla. Tuula osallistui viime vuonna uuteen 65+-vertaisohjaajakoulutukseen ja ryhtyi heti metsäjumpan ohjaajaksi. Omaehtoisesti Tuula hiihtää, kävelee, meloo, ui ja harrastaa perinteistä naisvoimistelua.”* Lämpimät onnittelut, Tuula!

Joensuun Latu ♥ Jäsenpolku

Jäsenpolku on Suomen Ladun sähköinen kanava, jossa voit hallinnoida omia yhteystietojasi sekä tilata erilaisia uutiskirjeitä suoraan omaan sähköpostiisi. Sieltä löydät myös sähköisen jäsenkorttisi, jota tarvitset esimerkiksi varastolainauksia noutaessasi. Jäsenpolussa voit myös ilmaista kiinnostuksesi ohjaus- tai vapaaehtoistehtäviin.

Jos et ilmoittanut omaa sähköpostiosoitetta liittyessäsi, et pääse käyttämään Jäsenpolkua. Ota siinä tapauksessa yhteyttä Joensuun Ladun jäsenyysasioista vastaavaan jäsensihteeri Merja Mustoseen, musto-
nenmerjam@gmail.com / 040 832 7795.

Jäsenpolun ongelmatilanteissa voit ottaa yhteyttä myös Suomen Ladun jäsenpalveluun, jasenpalvelu@suomenlatu.fi / 09 8567 7450.

Haluatko jäsenmaksulaskun jatkossa sujuvasti e-laskuna verkkopankkiisi? E-laskun voit tilata helposti omassa verkkopankissa. Tarvitset:

- 1) jäsenmaksulaskun viitenumeron
- 2) uuden jäsennumerosi (eli asiakasnumeron), jonka löydät jäsenmaksulaskulta tai Jäsenpolusta
- 3) verkkopankissa haettava laskuttajan nimi on "Suomen Latu ry".

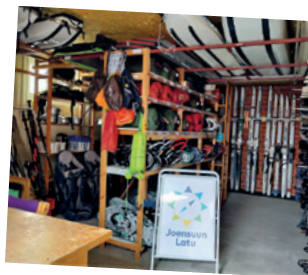
Lainaatko retkivarusteita? Kertaa ohjeet tästä.

1. Varusteita lainataan ainoastaan Joensuun Ladun jäsenille!
2. Varausta tehdessäsi tarvitset jäsennumeron, sekä omasi, että mahdollisten muiden lainaajien. Huomioi myös mahdollisten perhejäsenten jäsennumerot. Jäsenkortteja tarkastetaan varastolla pistokokein.
3. Varastolla on vuosittain satoja lainaajia ja tuhansia lainauskertoja, joten emme joustu aikatauluissa. Hae ja palauta lainauksesi varaston aukioloaikoina! Varasto on avoinna maanantaisin ja torstaisin klo 18–18.30. Varasto on avoinna myös juhlapäihinä.

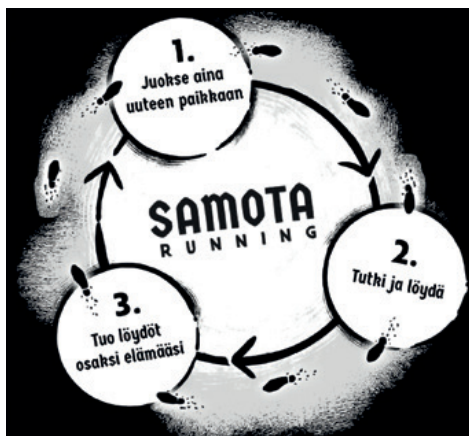
4. HOX! Huolehdi varusteista kuin omistasi! Ilmoita varusterikoista tarvittaessa jo etukäteen. Varastoryhmän yhteystiedot löytyvät verkkosivuiltamme.
5. Kun saavut varastolle osoitteeseen Sepänkatu 44 A, kerro reippaasti lainaajan/palauttajan nimi.

Pssst! Varastovuorolaiset ottavat palautetta ja toiveita vastaan mahdollisista uusista hankinnoista. Varastoa pyöritetään aktiivisten vapaaehtoisten voimin – kunnioitathan heidän aikaansa!

*Tanja Perkkiö,
Sini Korhonen*



Samota Running® eli löytölenkkeily on pohjoiskarjalainen keksintö



Samota Running® eli löytölenkkeily on uudenlainen Pohjois-Karjalassa kehitetty ulkoilumuoto. Lykynlammella järjestetään elokuussa Suomen Ladun tuella löytölenkkeilyn tutustumispäivä. Päivän päätteeksi kiinnostuneilla on mahdollisuus ilmoittautua myös Suomen Ladun tuella järjestettävään Samota Running®-vertaisohjaajan koulutukseen.

Jokaisella lenkillä tutkitaan uusi paikka

Löytölenkkeilyssä jokainen lenkki on pienoisseikkailu, sillä jokaisella lenkillä tutkitaan uusi paikka omassa lähiympäristössä. Samota Running® sopii aloittelijalle tai kokeneelle liikkujalle, sillä liikkua voi kävellen tai juosten tai vaikka pyöräillen. Kun saavutaan uudelle tutkimattomalle alueelle, vaihdetaan kävelyvauhtiin. Uudella alueella tunkeudutaan tiheikköihin, kurkistellaan autiotalon ikkunoista tai hiivittää sivukujalle.

Löydöt osaksi omaa elämää

Kotona omat löydöt voi tallentaa löytöpäiväkirjaan tai vaikka omaan kännykkään. Vähitellen piilossa ollut maailma avautuu uteliaalle. Salaiset marja- ja sienipaikat, hylätyt pihapiirit, kahvilat, oikopolut, leikkipuistot ja uimalaguunit odottavat löytäjänsä. Kun löytöjä alkaa hyödyntämään omassa elämässä, syntyy positiivinen uteliaisuuden kierre, joka houkuttaa tutkimaan lisää.

Kunto kasvaa löytölenkkien ulottuessa yhä kauemmas

Aikuinen löytää löytölenkkeilystä seikkailunhaluisen puolensa ja innostuksen laajentaa omaa mukavuusalueitaan. Jos löytölenkkeilyä harrastaa lasten tai ystävien kanssa, löytää helposti enemmän kuin yksin. Kuntokin kasvaa samalla, kun lenkit ulottuvat vähitellen yhä kauemmas vielä tutkimattomille alueille.

Lisätietoja Samota Runningista
www.samotarunning.com



Heikki
Immonen

Oma muki mukaan!

Suomen Ladun yhteiskuntasitoumuksen mukaisesti haluamme minimoida kertakäyttöastioiden käytön retkillämme ja tapahtumissamme. Maailma pelastuu, muki kerrallaan!

Joensuun Ladun jäsenenä saat alennuksia monista liikkeistä ja palveluista:

Intersport, Carlsonin retkeilyosasto, Henkan Tupa, Maanmittauslaitos, Kuntoaitta

Lisäksi Suomen Ladun jäsenedut, mm. Kiilopää, Olympia Aktiivimatkat, Viking Line, Scandinavian Outdoor, Karttakeskus, Welhonpesä, Kupilka

Ilmoittautuessasi sitoudut!

Jos sinulle tulee este, muista perua ilmoittautumisesi ja tee se mahdollisimman hyvissä ajoin, niin vapautat paikan toiselle. Yllättävä pois jäänti voi vaikuttaa muiden osallistujien kyytjärjestelyihin ja kustannuksiin.



joensuunlatu.sporttisaitti.com



Retkievästä

Eväät tekevät retkestä retken, on yleisesti tunnettu sanonta. Retkeä ja retkiruokaa suunnitelmassa mielessä pyörivät monenlaiset kysymykset ja vaihtoehdot. Käytännön valmisruokia, puolivalmisteita vai kuiva-tanko kaiken itse?

Retken kesto asettaa myös omat haasteensa. Päiväretkellä voi olla mahdollisuus valmistaa monipuolinen ateria alusta loppuun. Pidempikestoisella retkellä ruuan valmistamiseen kuluva aika sekä raaka-aineiden paino ovat luultavasti tärkeässä roolissa valittaessa, mitä syödään.

Lämpötila sanelee ruokien säilyvyydelle ja hygienialle omat rajansa. Ruoka-aineita,

jotka kesällä on suojeltava liialliselta lämmöltä, on talvella estettävä jäätymästä.

Perinteisen makkaran sijaan avotulella valmistuvat erilaiset esivalmistellut ruokaisat peruna-vihannes-makkaranyytit. Halsterissa lämpiävät täytetyt leivät. Retkellä voi valmistaa lähes kaikkea mitä kotonakin. Kannattaa kokeilla rohkeasti erilaisia valmistusmenetelmiä ja tarveaineita. Ulkona kaikki maistuu erityisen maukkaalta.

Aterian kruunaavat jälkiruoaksi keitetyt nokipannukahvit ja hilloletut.

Arja Manninen ja Pilvi Tapio

Kasvisnyytit nuotiolla

2 annosta:

Ainekset

Porkkana

6 keskikokoista perunaa

punasipuli

paprika

80 g sinihomejuustoa

oliiviöljyä

suolaa ja mustapippuria

alumiinifoliota

1. Pilko kasvikset ja jaa ne kahden folioneliön päälle. Perunat ja porkkana kannattaa laittaa alimmaiseksi, koska kypsyvät hitaammin. Murenna päälle sinihomejuustoa.
2. Lorauta päälle oliiviöljyä ja ripottele suolaa ja pippuria.
3. Sulje kasvikset ja juusto folioihin nyyteiksi. Kääri vielä toiset neliöt nyyttien ympärille.
4. Aseta nyytit nuotioon hiilloksen päälle ja paista noin 20 min. Nyyttien paikkaa voi vaihtaa välillä, jotta ne kypsyvät tasaisesti. Nostele nyytit pois nuotiolta pihdeillä. Kasvikset voi tarjoilla foliosta tai retkilautaselta.

Tomaatti-mozzarellaleivät nuotiolla

4 leipää:

Ainekset

8 viipaletta paahtoleipää

8 rkl vihreää pestoa

125 g mozzarellaa

2 tomaattia

8 siivua ilmakeivattua kinkkua.

1. Voitele paahtoleivät pestolla. Viipaloi mozzarella ja tomaatit.
2. Täytä puolet voidelluista leivistä mozzarellalla, tomaatilla ja kahdella siivulla ilmakeivattua kinkkua. Käännä loput leipäviipaleet täytettyjen päälle.
3. Asettele leivät leivät ritilälle hiilloksen yläpuolelle. Varo palamista, leivät paahtuvat nopeasti. Voit myös kääriä leivät folioon ja paistaa ne foliossa.
4. Paahda leipiin kaunis pinta ja nostele ne pois ritilältä pihtejä tai lastaa käyttäen.

Kesäkuun tapahtumia

Kilometrikisa

Pyöräilyn kilometrikisa on alkanut 1.5. ja jatkuu aina syyskuun loppuun saakka. Tule mukaan kohentamaan kuntoasi ja keräämään kilometrejä Joensuun Ladun joukkueelle! Ilmoittaudu mukaan kisaan: www.kilometrikisa.fi. Joukkueen nimi on **Joensuun Latu ry** ja osallistumiskoodi **JnsLatuK24**.

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



Kuva: Sampsa Sulonen / Suomen Latu

Polkujuoksun yhteislenkit

MAANANTAISIN klo 18

Polkujuoksulenkit jatkuvat maanantai-iltaisin. Poluilla juostessa kehittyvät tasa-paino, hapenottokyky, kehonhallinta ja lihaskunto. Menoon keskittyessä ajatuksetkin pääsevät irti arjesta. Yhteislenkeillä tutustutaan paikalliseen luontoon ja polkuverkkoon, opetellaan juoksutekniikka ja tehdään oheisharjoituksia.

Lenkkejä tehdään Joensuun ympäristössä ja ne kestävät 1–1,5 tuntia. Lähtöpaikat ilmoitetaan Joensuun Ladun verkkosivuilla, uutiskirjeissä sekä Joensuun Ladun ja Itä-Suomen polkuilijoiden Facebook-sivuilla.



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

Iltapyöräilyt

TIISTAISIN klo 17

Tiistai-iltojen pyörälenkeillä ajellaan 35–50 kilometrin lenkkejä Joensuun ympäristössä, tasamaan vauhti on noin 18–20 km/h ja taukoja pidetään tarpeen mukaan. Lähtö Tuulaakin edestä (Rantakatu 2) klo 17, paluu noin klo 20–21. Kypärä päähän, juotavaa ja pientä evästä ja kahvi-/jätskirahaa mukaan. Säävaraus. Jos pyöräily perutaan, siitä ilmoitetaan Joensuun Ladun nettisivulla ja Facebookissa.

Ei ennakkoilmoittautumista, mutta reitistä ja mahdollisesta perumisesta voit kysyä kunkin iltapyöräilyn vastuuhenkilöltä.



4.6. Jokiranta–Ontonla (omat eväät),

lisätiedot: [Sinikka Saavalainen](#),

sinsaavalainen@gmail.com, p. 050 343 7735

11.6. Paihola (kesäkahvila Kakkulaituri, vain korttimaksu), lisätiedot: [Arja Manninen](#), arja.anita@hotmail.com, p. 040 730 7524

Kirkkovenesoudut

KESKIVIikkoisin klo 18 HASANNIEMI

Future Clubin soutuharjoitukset jatkuvat kesäkuussa ja ovat avoimia myös Joensuun Ladun jäsenille. Kokoontuminen klo 18 Hasanniemen venevajoilla (Länsiviitta 2), josta lähdetään soutamaan Pyhäselälle tai Pielisjoelle. Säävaraus. Soutuharjoitukset päättyvät 14.8. Utrasaaren retkeen, jossa keitetään kahvit ja paistetaan makkarat.



Lisätiedot: [Asko Timoskainen](#), p. 0400 576 303, [Kimmo Kurvinen](#), p. 0400 920 412 tai info@future-club.fi

Pirhun kierto -vaellus (täynnä)

8.–9.6.2024 ILOMANTSI

Lisätietoja ja peruutuspaikkoja voi kysellä: [Pilvi Tapio](#), pilvi.tapio@hotmail.com, p. 044 982 9654



Päivämelonta Viinijärvelle

9.6.2024 VIINIJÄRVI

Joensuun Ladun melojat ovat tervetulleita Joensuun Kauhojen retkelle:

Päivämelonta Viinijärvelle, melontamatka on 15–20 km, saarten suojaa ja myös avointa järvenselkää. Osallistujilta edellytetään myös selkävesien melontakokemusta.

Kokoontuminen Joensuun Kauhojen kanoottivajalla (Hasanniemi, Länsiviitta 2) klo 8.00, ajomatka Viinijärven uimarannalle (osoite Uimalantie 4, Viinijärvi) on noin 30 km. Joensuun Ladun jäsenet voivat tarvittaessa lainata retkelle yhdistyksen kajakin. Paluu vajalle noin klo 18. Retken jälkeen jokainen vastaa itse vajalla kaluston huollosta. Jokainen vastaa itse päiväeväistään, sillä reitillä ei ole palveluita. Lähtöpaikan uimarannalla on vessat, grillikatos sekä laituri. Taukoja pidetään sopivasti, maataukoa pidetään Vekarusniemen uimarannalla. Matkakustannukset jaetaan autokunnittain.

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

Ilmoittautuminen lomakkeella: <https://joensuunkauhojat.net/viinijarvi-2024>

Matkalammen polkuretki

9.6.2024 klo 10 LIPERI

Valtakunnallisia Retkelle-päiviä vietetään 8.–9.6. Joensuun Ladun juoksukävelyretki suuntautuu Liperin Kinttupoluille ja retkellä edetään välillä juosten, välillä kävellen. Lähtöpaikkana on Sompalammen laavun parkkipaikka Honkalammella ja matkan pituus noin 16 km. Ota mukaan juomista ja pientä evästä. Kimpapakyydit Joensuusta.



Lisätiedot ja ilmoittautuminen kimppakyytiin 6.6. mennessä: Sointu Hyttinen, sointu.hyttinen@gmail.com, p. 050 368 1961



Karjalan Erämessut

14.–16.6.2024 klo 10–17 KONTIOLAHDEN AMPUMAHIIHTOSTADION

Joensuun Latu on mukana Karjalan Erämessuilla. Tule teltallemme testaamaan retkeilytarjojasi, osallistumaan arvontaan tai muuten vaan moikkaamaan!

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

Pielisjoen melonta

15.6.2024 PAIHOLA–JOENSUU

Rauhallinen melonta alavirtaan Paiholasta Joensuuhun. Retki tarjotaan Joensuun Ladun ja Joensuun Kauhojen jäsenille ja se sopii myös vasta-alkajille. Melottava matka on n. 30 km ja siihen sisältyy kaksi sulutusta (Kuurna ja Joensuu). Lähtö omilla autoilla Hasanniemen kajakkivarastolta (Länsiviitta 2) klo 8. Omat eväät ja riittävästi juomista mukaan.

Lisätiedot ja ilmoittautuminen 12.6. mennessä: Pentti Leskinen, penttileskinen13@gmail.com, p. 050 341 9725

Tapahtumissa ja retkillä otetaan valokuvia,

joita voidaan käyttää Joensuun Ladun viestinnässä. Jos et halua omien kasvojesi näkyvän tiedotteissamme, ilmoitathan siitä retken vetäjälle ja/tai kuvaajalle.



Lapsiperheiden Nuku yö ulkona

15.–16.6.2024 LYKYNLAMPPI

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

Ilmoittautuminen 18.5. alkaen Joensuun Ladun nettisivuilla. Mukaan mahtuu 30 henkilöä.

Lisätiedot: [Kirsi Soikkeli](mailto:kirsi.soikkeli64@gmail.com), kirsi.soikkeli64@gmail.com, p. 044 548 5832, [Mia Ylhäinen](#), mia.ylhainen@pelastakaalapset.fi, p. 050 413 0563



Pelastakaa Lapset - Rädda Barnen
Save the Children



Ukonhattujen kesäyö - päiväretki keskellä yötä

28.6.2024 TOHMAJÄRVI

Teemme yöretken Tohmajärven Piilovaaraan ukonhattulehtoon. Kuuntelemme lintujen yölaulua ja ihailemme meitä pidempiä, kukassa huojuvia ja Suomessa harvinaisia lehtoukonhattuja. Lähtö Joensuusta kimpapakyydeillä klo 21 ja paluu aamuyöllä, perillä parin tunnin kävelymatka. Osallistujamäärä on rajoitettu. Omat eväät ja juomat mukaan.

Lisätiedot ja ilmoittautuminen 24.6. mennessä: [Tanja Perkkio](mailto:tanja.perkkio@gmail.com), tanja.perkkio@gmail.com

Ilmoita myös, jos voit tarjota kimpakyydin.



Kurkistus Sohmeronlähteeseen

29.6.2024 PAIHOLA

Pöllönvaaran maisemat, harjupolku ja supat tarjoavat kuljettavaksi rauhallisen, monipuolisen ja maastoltaan pääosin helppokulkuisen n. 10 km mittaisen metsäreitit. Poikkeaminen salaperäiselle Sohmeronlähteelle. Mitähän kaikkea se osaisikaan kertoa?

Omat eväät ja juotavaa mukaan. Viimeiset parisataa metriä kuljetaan polkujen ulkopuolella, muuten polkuja ja tienpohjia, joten valitse jalkineet sen mukaan.

Tapaaminen klo 10.00 Pöllönvaarantien ja Kuurna-Kulhontien risteyksessä. Suositellaan kimpakyytejä vähäisen pysäköintitilan vuoksi.

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





Ihanaa keskikesän juhlaa!

Tiedossa olevat tapahtumat kesä-joulukuu 2024

SIVU

Kesäkuu

		Pyöräilyn kilometrikisa (alkanut 1.5.)	10
	ma	Polkujuoksun yhteislenkit maanantaisin	10
4.6.	ti	Iltapyöräily: Jokiranta–Onttola	11
	ke	Kirkkovenesoutuharjoitukset keskiviikkoisin	11
8.–9.6.	la-su	Pirhun kierto -vaellus	11
8.6. tai 9.6.	la/su	Päivämelonta Viinijärvelle	12
9.6.	su	Matkalammen polkuretki	12
11.6.	ti	Iltapyöräily: Paihola	11
14.–16.6.	pe-su	Karjalan Erämessut	13
15.6.	la	Pielisjoen melonta	13
15.–16.6.	la-su	Lapsiperheiden Nuku yö ulkona	14
28.6.	pe	Ukonhattujen kesäyö - päiväretki keskellä yötä	14
29.6.	la	Kurkistus Sohmeronlähteeseen	14

Heinäkuu

21.7.	su	Polkupyörällä Kontiolahden Kanavateatteriin	18
23.–26.7.	ti-la	Karelia-soutu	19

Elokuu

6.8.	ti	Iltapyöräily: Kuoringan uimaranta	19
10.8.	la	Maratonmelonta	20
11.8.	su	Tutustu löytölenkkeilyyn – Samota Running® -tutustumispäivä	20
13.8.	ti	Iltapyöräily: Kunnasniemen uimaranta	19
17.–24.8.	la-la	Kuivin kierros	21
20.8.	ti	Iltapyöräily: Särkivaara	19
23.8.	pe	Joen yö -melonta	21
24.8.	la	Itä-Suomen latualueen kesäretki Patvinsuon kansallispuistoon	21
24.8.	la	Askelmerkkejä perheliikuntaan -koulutus	22
27.8.	ti	Iltapyöräily: Lentokentän ympäriajo, Junkers-korsu	19
27.8., 3.9.,	ti	Muumien retkeilykoulu	22
10.9., 17.9.			
31.8.	la	Ala-Salmilammilta Kolvananuuroon	22

Syyskuu

2.9.	ma	Entisten nuorten liikuntaryhmä -info	23
7.–14.9.	la-la	Korvatunturin ruskavaellus	24
12.9.	to	Suunnistuksen perusteet	24
14.9.	la	Ruskavaellus Petkeljärvelle	24
20.–22.9.	pe-su	Suunnistusvaellus itäraajalla	24
21.9.	la	Sydän- ja polkuretki	25
23.–24.9.	ma-ti	Äijävaellus Pitkäjärvelle	26
28.9.	la	Juuanharjua Keihäsjoelle	26
28.–29.9.	la-su	Melontakauden päätösretki	26
30.9.	ma	Valokuvailta	27
30.9.	ma	Kilometrikisa päättyy	10

Lokakuu

5.–6.10.	la - su	Karpalo- ja suppilovahveroretki Patvinsuolle	27
25.10.	pe	Koko perheen hämărăhommat	28

Marraskuu

4.11.	ma	Valokuvailta	28
6.11.	ke	Joensuun Ladun syyskokous	29
13.11.	ke	Uusien jäsenten ilta	29
23.11.	la	Rospuuttoretki Petkeljärven kansallispuistoon	29
30.11.–7.12.	la-la	Ensilumen hiihtoviikko Kiilopäällä	30

Joulukuu

Jäsenlehti 1/2025 ilmestyy

Toimintakalenteriin voi tulla muutoksia, joten tarkistathan aina ajantasaisimman tiedon **nettisivuiltamme: joensuunlatu.sporttisaitti.com**. Joensuun Latua kannattaa seurata myös **Facebookissa** ja **Instagramissa**. Kaikki sähköpostiosoitteensa ilmoittaneet saavat **uutiskirjeen** aina kuukauden vaihtuessa.

Heinäkuun tapahtumia

Polkupyörällä Kontiolahden Kanavateatteriin

21.7.2024 JAKOKOSKI (varapäivä 4.8.)

Kokoonnutaan Tuulaakin eteen (Rantakatu 2) ja lähdetään klo 11.30 polkemaan kohti Jakokoskea Selkien ja Mönnin kautta. Paluu teatteriesityksen jälkeen Suontauksentietä Uuroon ja edelleen Joensuuhun, jossa ollaan noin klo 19. Menomatka n. 36 km, paluu n. 32 km.



Tasamaan ajovauhti on noin 18–20 km/h, reitti on osittain mäkinen, hengähdystaukoja pidetään tarpeen mukaan. Mukaan riittävästi juotavaa ja evästä, kypärä päähän, mielellään huomioliivi tms, koska osalla reitistä ei ole kevyen liikenteen väyliä. Sekä meno- että paluumatkalla on mahdollista pysähtyä kahvi-/jäätelötauolle (Mönnin / Selkien kesäkahvilat, Uuron ABC), perillä väliaikatarjoilu (vain käteismaksu).

Kanavateatterin 40-vuotisjuhlänäytelmä on Minna Lindgrenin teokseen perustuva Vihainen leski, villi, hauska ja terävä tarina ikääntymisestä ja elämästä. Näytelmän dramatisoi ja ohjaa Tero Sarkkinen.

Näytös alkaa klo 15, liput 23 €, eläkeläiset ja työttömät 20 €. Säävaraus. Surkean sään satuesssa retki siirretään sunnuntaille 4.8.

Retken vetää Marjatta Partanen.

Lisätiedot ja ilmoittautuminen 15.7. mennessä: [Merja Mustonen](#), mustonenmerjam@gmail.com, p. 040 832 7795

Karelia-soutu

23.–26.7.2024

Pienveneet soutavat Petkeljärveltä Joensuuhun tiistaista perjantaihin 23.–26.7. ja kirkkoveeneet reitillä Rääkkylä–Liperi–Rääkkylä perjantaista lauantaihin 26.–27.7.

Future Club osallistuu soutuun kirkkoveeneellä, johon voi kysellä **yksittäisiä soutupaikkoja**:

Asko Timoskainen, p. 0400 576 303, Kimmo Kurvinen, p. 0400 920 41 tai sähköpostilla

info@future-club.fi

Elokuun tapahtumia

Iltapyöräilyt

TIISTAISIN klo 17

Tiistai-iltojen pyörälenkeillä ajellaan 35–50 kilometrin lenkkejä Joensuun ympäristössä, tasamaan vauhti on noin 18–20 km/h ja taukoja pidetään tarpeen mukaan. Lähtö Tuulaakin edestä (Rantakatu 2) klo 17, paluu noin klo 20–21. Kypärä päähän, juotavaa ja pientä evästä ja kahvi-/jätskirahaa mukaan ja pyörään valot eteen ja taakse. Säävaraus. Jos pyöräily perutaan, siitä ilmoitetaan Joensuun Ladun nettisivulla ja Facebookissa.

Ei ennakoilmoittautumista, mutta reitistä ja mahdollisesta perumisesta voit kysyä kunkin iltapyöräilyn vastuuhenkilöltä.



6.8.24 Kuoringan uimaranta (kesäkahvila),

lisätiedot: Marjatta Partanen,

marjatta.partanen@gmail.com, p. 050 341 7940

13.8.24 Kunnasniemen uimaranta (omat eväät),

lisätiedot: Merja Mustonen,

mustonenmerjam@gmail.com, p. 040 832 7795

20.8.24 Särkivaara (kahvittelumahdollisuus

Reijolassa), lisätiedot: Sinikka Saavalainen,

sinsaavalainen@gmail.com, p. 050 343 7735

27.8.24 Lentokentän ympäriaajo, tutustuminen

Junkers-korsuun (omat eväät), lisätiedot:

Pekka Laakkonen, pekka1.laakkonen@gmail.com,

p. 0500 192 469



Maratonmelonta

10.8.2024 HÖYTIÄINEN

Joensuun Ladun melojat ovat tervetulleita Joensuun Kauhojen retkelle: Maratonmelonnassa melotaan 40 km todennäköisesti Höytiäisellä. Aloittelijoille tarjolla 20 kilometrin reitti. Retken jälkeen sauna. Vetäjä: Frank Berninger, frank.berninger@joensuunkauhojat.net

Lisätiedot: toiminta@joensuunkauhojat.net



Tutustu löytölenkkeilyyn – Samota Running® -tutustumispäivä

11.8.2024 klo 12.30–15.00 LYKYNLAMPI

Tutustumispäivän jälkeen kiinnostuneet voivat suorittaa vertaisohjaajakoulutuksen. Tutustumispäivän ja vertaisohjaajakoulutuksen tarjoaa Joensuun Ladun jäsenille ja heidän perheenjäsenilleen (ml. lapset) Suomen Latu ry. 10 ensimmäistä vertaisohjaajakoulutukseen ilmoittautunutta saa Samota Running® -opaskirjan. Samota Running® eli löytölenkkeily on uusi Pohjois-Karjalassa kehitetty ulkoilulaji, jossa jokaisella lenkillä kävellään, juostaan, hiihdetään tai pyöräillään uuteen paikkaan. Tavoitteena on itselle merkityksellisten löytöjen tekeminen ja oman uteliaisuuden herättely. Liikkuminen tapahtuu tutustumispäivässä pääasiassa kävellen. Varusteeksi kännykkä, pitkälahkeiset ja -hihaiset vaatteet, puutarhahansikkaat (tai vastaavat) sekä vähän retki-



evästä omaan reppuun. Ohjaajana toimii Samota Running -kehittäjä ja Joensuun Ladun jäsen Heikki Immonen.

Ilmoittautuminen 2.8. mennessä: [Heikki Immonen](#), heikki.immonen@hifiction.com, (kysymykset WhatsApp- tai tekstiviestillä p. 045 114 9159). Koulutus on maksuton Joensuun Ladun jäsenille ja heidän perheenjäsenilleen. Muille henkilöille hinta on 25 € (sis. alv 10 %).

Kuivin kierros (täynnä)

17.–24.8.2024 KEVON LUONNONPUISTO

Kuivin kierros on noin 90 km pitkä vaativa ympyrälenkki Kevon luonnonpuistossa. Vaelluksen vetää Hannu Melin.

Lisätietoja ja peruutuspaikkoja voi kysellä: [Hannu Melin](#), hannu.melin@gmail.com, p. 040 773 5767



Joen yö -melonta

23.8.2024 JOENSUU

Joensuun Ladun melojat ovat tervetulleita Joensuun Kauhojen retkelle: Rentoa iltamelontaa Joen yönä.

Lisätiedot:
toiminta@joensuunkauhojat.net

Itä-Suomen latualueen kesäretki Patvinsuon kansallispuistoon

24.8.2024 PATVINSUON KANSALLISPUISTO

Itä-Suomen latualue järjestää kesäretken 23.–25.8. Patvinsuon kansallispuistoon. Yöpymis-mahdollisuus on Pielisen Ladun omistamalla Mälikankaan kämpällä Kontiovaarassa.

Joensuun Latu osallistuu päiväretkeen lauantaina 24.8. Ohjelma: saapuminen Patvinsuon opastuskeskukselle, Itä-Suomen latualue tarjoaa tulokahvit, Patvinsuon kansallispuiston esittely klo 10, jonka jälkeen lähdetään kiertämään polkuja oppaan johdolla. Kaksi vaihtoehtoista reittiä. Lapsille oma noin 1 km:n pituinen luontopolku. Omakustanteinen ruokailu / omat eväät. Kotimatkalle lähdetään, kun siltä tuntuu. Seuraa tiedotusta Joensuun Ladun verkkosivuilla ja uutiskirjeissä.

Ilmoittautuminen 17.8. mennessä: [Helena Turkki](#), helena.turkki@gmail.com, p. 040 827 6927

Lisätiedot ja (kimppa)kyytien järjestelyt: [Marjatta Partanen](#), marjatta.partanen@gmail.com, p. 050 341 7940



Askelmerkkejä perheliikuntaan -koulutus (jäsenille)

24.8.2024 klo 10–14 LYKYNLAMPI

Askelmerkkejä perheliikuntaan -koulutuksessa perheiden yhteisen ulkoilun erityispiirteet ja sen ohjaaminen tulevat tutuiksi. Saat kokeilla käytännössä vinkkejä ja ideoita perheiden yhteisen liikkumisen edistämiseen.

Koulutukseen voivat osallistua Suomen Ladun jäsenyhdistysten jäsenet, jotka haluavat tarjota ulkoiluhetkiä ja elämyksiä lapsille ja aikuisille yhdessä. Koulutus on maksuton.

Koulutus sopii erinomaisesti eri ulkoilulajien ohjaajille, jotka haluavat oppia, miten huomioida lapset ohjatuilla retkillä ja lenkeillä.

Suomen Ladun jäsenyhdistyksen perheliikunta voi olla esimerkiksi:

- avoimia ulkoilutapahtumia, joissa on monenikäisiä osallistujia
- vain perheille suunnattua omaa toimintaa, kuten Seikkailevat perheet -konsepti
- osa lastentoimintaa, kuten Metsämörri-toimintaa tai Muumien ulkoilukouluja
- osa lajitoimintaa, kuten retkeilyä, polkujuoksua, maastopyöräilyä tai hiihtoa

Ilmoittautuminen 7.8. mennessä Suomen Ladun nettisivuilla: www.suomenlatu.fi/koulutus/lapset-perheet/askelmerkkeja-perheliikuntaan.html

Lisätiedot: Mari Parikka-Nihti, mari.parikka-nihti@suomenlatu.fi, p. 050 544 1611, Marjatta Partanen, marjatta.partanen@gmail.com, p. 050 341 7940

Muumien retkeilykoulu

27.8., 3.9., 10.9., 17.9.2024 klo 17.30–19.30 KUHASALO

Muumien retkeilykoulu kokoontuu Kuhasalossa neljänä tiistai-iltana. Retkeilykoulu on kahdeksan kerran kokonaisuus, joka sisältää neljä kokoontumista syksyllä ja neljä keväällä. Retkeilykoulun toiminta on lapsilähtöistä ja leikinomaista, ja on tarkoitettu 6–9-vuotiaille lapsille. Mukaan mahtuu 12 lasta.

Ilmoittautuminen 5.8. alkaen Joensuun Ladun nettisivuilla.

Syksyn retkeilykoulun hinta: Joensuun Ladun jäsenten lapsille ilmainen, ei-jäsenten lapsille 30 €.

Ilmoittautuneille lähetetään tarkemmat tiedot ennen retkeilykoulun alkua.

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



Ala-Salmilammilta Kolvananuuroon

31.8.2024 KONTIOLAHTI

Patikoidaan Ala-Salmilammilta Kolvananuuroon ja takaisin. Kolvananuuron päässä maasto on haastavaa. Kokonaismatka noin 15–20 km, lopullinen reitti Kolvananuuron päässä päätetään retkipäivänä olosuhteet huomioiden.

Mahdollisesti nuotiotauko, jos ei ole rajoituksia. Säänmukainen vaatetus ja kengät (Kolvananuurossa on kivikkoista, joten nilkkaa tukevat kengät hyvä olla), eväät (huomioiden ettei välttämättä ole nuotiota), vaellussauvat suositeltavat. Kimppakyydit.

Lisätiedot ja ilmoittautuminen 18.8. mennessä: Juha Tiainen, juhaolli@gmail.com



Syyskuun tapahtumia

Entisten nuorten liikuntaryhmä -info

2.9.2024 klo 18–20 ISLO (Länsikatu 15)

Hei sinä entinen nuori! Kuunteletko Entisten nuorten sävellahjaa, mutta jalkasi ei nouse enää yhtä hyvin kuin nuorena, etkä meinaa oikein päästä sohvalta ylös, kun pitäisi lähteä liikkumaan.

Lähde nyt mukaan Entisten nuorten liikuntaryhmään! Ryhmässä kokeilemme useita erilaisia ohjattuja ja mielenkiintoisia liikuntamuotoja mm. villasukkajuoksu/-kävely, metsäjumppa, kuntosali, uinti, pyöräily, sauvakävely sekä talvella tietysti hiihto ja lumikenkäily. Kaikkeen ei tarvitse osallistua, mutta mukavassa ryhmässä on paljon helpompi aloittaa liikunnan harrastaminen ja kokeilla eri liikuntamuotoja. Sitä kautta myös oma fyysinen ja henkinen kunto saa uutta potkua.

Infotilaisuudessa kerromme lisää liikuntaryhmästä, aikatauluista ja paikoista ja jaamme liikuntapassit. Liikuntaryhmä jatkuu keväällä 2025 ja kevään päätteeksi arvomme ryhmään osallistujien kesken mukavia palkintoja. Infotilaisuuden jälkeen halukkaat voivat osallistua kunto-/tasapainotestiin.

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



Alustava suunnitelma:

- 3.9. Iltapyöräily klo 17 (lähtö: Tuulaaki, matkustajasatama)
- 5.9. Kuntopiiri
- 17.9. Iltapyöräily klo 17 (lähtö: Tuulaaki, matkustajasatama)
- 19.9. Kuntopiiri
- 5.-6.10. Karpaloretki Patvinsuon kansallispuistoon
- 10.10. Kuntopiiri
- 15.10. Kuntoportaavat tai Metsäjumppaa klo 13–15 (lähtö: Joensuun ev.lut. kirkon parkkipaikka)
- 17.10. Kuntopiiri
- 24.10. Kuntopiiri
- 29.10. Sauvakävely klo 16.30–18.30 (lähtö Joensuun ev.lut. kirkon parkkipaikka)
- 5.11. Metsäjumppaa ja välipalatietoutta (Pohjois-Karjalan Martat) klo 13–15 (Lykynlampi)
- 7.11. Kuntopiiri
- 14.11. Kuntopiiri
- 19.11. Sauvakävely (aika ja paikka ilmoitetaan myöhemmin)
- 21.11. Kuntopiiri
- 3.12. Metsäjumppaa klo 13–15 (Kuhamaja)

Kuntopiiri kokoontuu aina torstaisin, paikka ja tarkka ajankohta ilmoitetaan myöhemmin.



Kuva: Lassi Katajarinne / Suomen Latu

Korvatunturin ruskavaellus (täynnä)

7.–14.9.2024 KEMIHAARA–KORVATUNTURI

Keskivaativa noin 70 km pitkä vaellus Savukosken Tulppiosta osittain UKK-reittiä Nuorttiin ja Korvatunturin maastoon. Vaelluksen vetävät Alpo Juvonen ja Hannu Melin.

Lisätietoja ja peruutuspaikkoja voi kysellä: Hannu Melin, hannu.melin@gmail.com, p. 040 773 5767

Suunnistuksen perusteet

12.9.2024 klo 17–20 LYKYNLAMPPI

Kurssilla käydään läpi suunnistuksen perusteita, kartanlukua ja kompassin käyttöä. Kurssi sisältää teoriaosuuden sisällä sekä käytännön suunnistusharjoitteita Lykynlammen lähimaastossa. Kurssi on tarkoitettu vain Joensuun Ladun jäsenille, hinta 10 €. Kouluttajina Rauno Asikainen ja Harri Rytönen.



Lisätiedot ja ilmoittautuminen 9.9. mennessä:

Rauno Asikainen, rane.asikainen@gmail.com, p. 040 526 4325

Ruskavaellus Petkeljärvelle

14.9.2024 ILOMANTSI

Future Clubin ruskavaellus Ilo-mantsin Petkeljärvelle. Hinta 40 €, johon sisältyy bussikuljetus, sauna ja ruokailu. Future Clubin jäsenille ilmainen.

Lisätiedot ja ilmoittautuminen 10.9.

mennessä: Asko Timoskainen, p. 0400 576 303 tai info@future-club.fi



Suunnistusvaellus itärajalla

20.–22.9.2024 PATVINSUO

Lähtö kimppakyydeillä perjantaiaamuna klo 8 Urheilutalon Siltakadun puolelta parkkipaikalta (Siltakatu 12). Ajamme Patvinsuon kansallispuistoon, josta vaellamme Virtaniemen kautta suunnistaen Huuhkajasuon yli Surkanvaaraa kohti. Siitä matka jatkuu yöpymispaikkaamme Ritovaaran laelle. Lauantaiaamuna suunnistamme Kurikkavaaraan, etsimme vanhan kinttupolon pohjan, jota pitkin menemme Raaninsuon yli Jokivaaran kankaan kautta Suomujoen laavulle, missä yövyimme. Sunnuntaina vaellamme Patvinsuon halki Teretin kautta Patvinsuon opastuskeskukselle.





Vaativuustaso: vaativa. Mukaan tervettä ja turvallista seikkailumieltä. Tarvittaessa on mahdollisuus tilata huoltoajo yöpymispaikoille (Pekka Turunen), silloin vaellamme päivärepuilla.

Lisätiedot ja ilmoittautumiset 18.8. mennessä: Tuula Turunen, thturunen@gmail.com, p. 050 372 6242

Ilmoittautuneille järjestetään infotilaisuus ennen vaellusta.

Ilmoita myös voitko tarjota kimppakyydin. Kimppakyytimaksu Joensuun Ladun ohjeiden mukaisesti (kuljettajalle maksetaan yhteisvastuullisesti 0,40 €/km niin, ettei kuljettaja ole mukana jakamassa kustannuksia).

Sydän- ja polkuretki

21.9.2024

Joensuun Ladun ja Pohjois-Karjalan Sydänpiirin yhteistyö on jatkunut jo vuosikymmeniä. Jokasyksyinen yhteinen päiväretki toteutetaan myös tänä vuonna, mutta kohteesta kerromme lisää myöhemmin. Bussi lähtee klo 8.30 Kirkkokadun matkailupysäkiltä, Joensuun Taidemuseon edestä, paluu viimeistään klo 15.30. Seuraa tiedotusta Joensuun Ladun nettisivuilla ja uutiskirjeissä.

Ilmoittaudu 16.9. mennessä Turusen Riikalle, riikkaturunen17@gmail.com tai p. 044 235 1981. Kerro nimesi ja puhelinnumerosi ilmoittautumisen yhteydessä. Ilmoitathan myös, jos osallistuminen peruuntuu.

Hinta noin 30 €, sisältää bussikyydin, opastuksen patikkapolulla sekä nokipannukahvit. Varaa sopiva raha käteisenä. Matka toteutuu, jos on tarpeeksi ilmoittautuneita.



Äijävaellus Pitkäjärvelle

23.–24.9.2024 LIEKSA

Ukkojen oma patikkaretki Lieksan Pitkäjärven eräkämpälle. Tällä retkellä naiset jätetään kotiin ja nautitaan miesten välisistä keskusteluista ja mukavasta yhdessäolosta.

Lähdemme kimppakyydein Joensuusta klo 8.00 ja ajamme Hukkalammen tulipaikalle, johon jätämme autot ja patikoimme n. 6 km:n matkan Pitkäjärven kämpälle. Kämpällä syömme lounaan ja majoitumme varaustupaan, jossa on patjoilla varustetut sängyt, eli makuupussit tai sänkyvaatteet mukaan.

Eväät sekä juomat jokainen kantaa itse, eikä niiden tarvitse olla tiukimpien terveys-suositusten mukaisia. Lounaan jälkeen käymme vielä n. 2,5 km:n päässä olevalla Valkealammen entisöidyllä taistelualueella. Iltaohjelmassa saunomista ja äijämäistä yhdessäoloa. Seuraavana päivänä ennen kotimatkaa voimme vielä patikoida Ahokosken laavulle päiväkahville, jolloin päivämatkaksi tulee noin 15 km.

Lisätiedot ja ilmoittautuminen 31.8. mennessä: Hannu Melin, hannu.melin@gmail.com, p. 040 773 5767

Ilmoita myös voitko tarjota kimppakyydin. Kimppakyytimaksu Joensuun Ladun ohjeiden mukaisesti (kuljettajalle maksetaan yhteisvastuullisesti 0,40 €/km niin, ettei kuljettaja ole mukana jakamassa kustannuksia).



Juuanharjua Keihäsjoelle

28.9.2024 JUUKA

Patikoidaan Juuanharjua pitkin Keihäsjoen autiotuvalle, josta mahdollisesti vielä poiketaan Keihäsjoen suojelualan metsään, riippuen olosuhteista, paluu pääosin samaa reittiä. Kokonaismatka maksimissaan noin 15 km.

Tulistellaan nuotiolla, jos ei ole rajoituksia ja tulipaikalla on polttopuita. Varaudu eväiden kanssa siihen, ettei nuotiota välttämättä ole. Säänmukainen vaatetus ja kengät, eväät, vaellussauvat suositeltavat. Polku on melko mukavaa tallata, pari jyrkkää nousua/laskua, mutta nekin ovat aika lyhyitä. Kimppakyydit.

Lisätiedot ja ilmoittautuminen 15.9. mennessä: Juha Tiainen, juhaolli@gmail.com



Melontakauden päätösretki

28.–29.9.2024 KOITERE

Joensuun Ladun melojat ovat tervetulleita Joensuun Kauhojen retkelle:

Lisätiedot: toiminta@joensuunkauhojat.net

Valokuvailta

30.9.2024 klo 17–19 JOENSUUN PÄÄKIRJASTO, MUIKKU-SALI (Koskikatu 25)

Vaellus Kevolla

Joensuun Ladun vaeltajat kulkivat elo-syyskuussa Kevon luonnonpuistossa, kävivät ihailemassa mahtavaa kanjonia ja pistäytyivät Kuivi-tunturilla. Osallistujat näyttävät kuvia ja kertovat.

Pyöräily halki Afrikan I

Eero Oura lähti tammikuussa Kairosta polkemaan halki koko Afrikan. Matka keskeytyi 1500 km jälkeen Ugandassa kolariin moottoripyörän kanssa. Kuvia ja tarinaa.



Lokakuun tapahtumia

Karpalo- ja suppilovahveroretki Patvinsuolle

5.–6.10.2024 PATVINSUON KANSALLISPUISTO

Lähtö kimpakyydein Joensuun Urheilutalon Siltakadun puoleiselta parkkipaikalta (Siltakatu 12) lauantaina klo 7.00. Paluu samaan paikkaan sunnuntaina noin klo 16–17. Tuula, retken vetäjä, on vastassa Patvinsuon opastuskeskuksen parkkipaikalla.



Majoittuminen Metsänvartijan talossa. Makuupussit / lakanat, lämmintä vaatetta, saunomisvälineet, sisätossut tai villasukat sekä muut henkilökohtaiset tarvikkeet.

Retki omin eväin, karpalosuolle eväät, lämmintä juomista riittävästi, säänmukainen vaatetus (kerrospukeutuminen), kumisaappaat ja sanko. Karpaloretken päätteeksi perinteiset makkaratulet Suomujoen laavulla (nuotioeväät jätetään autoon), illalla rantsauna. Sunnuntaina kiipeämme Surkanvaaralle etsimään syksyn viimeisiä sieniä. Eväshetki ennen kotiin lähtöä Lakkapolun levikkeellä.

Vaativuustaso: keskivaativa

Hinta: 30 € / henkilö + kimpakyytimaksu Joensuun Ladun ohjeiden mukaisesti (kuljettajalle maksetaan yhteisvastuullisesti 0,40 €/km niin, ettei kuljettaja ole mukana jakamassa kustannuksia).

Lisätiedot ja ilmoittautumiset 30.9. mennessä: Tuula Turunen, thturunen@gmail.com, p. 050 372 6242

Ilmoita myös voitko tarjota kimpakyydin.

Koko perheen hämărăhommat

25.10.2024 LYKYNLAMPI

Pimeään laskeutuessa metsä muuttuu salaperäiseksi, jopa jännittäväksi. Tule mukaan Lykynlammelle hämărăhommiin koko perheen kanssa! Metsässä kuljetaan heijastimin merkittyä polkua ja polun varrella tehdään erilaisia tehtäviä. Polun jälkeen voi nauttia omia eväitä nuotitulen ääressä uudella laavulla tai majan pihapiirissä.



Polulle voi lähteä klo 18 ja 19 välisenä aikana. Mukaan mahtuu 100 henkilöä. Ilmoittautumisen avautuu lokakuun puolivälissä. Seuraa tiedotusta Joensuun Ladun nettisivuilla. Sääva-raus, mahdollisesta peruutuksesta ilmoitetaan osallistujille vuorokautta ennen tapahtumaa.

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

Marraskuun tapahtumia

Valokuvailta

**4.11.2024 klo 17–19 JOENSUUN PÄÄKIRJASTO,
MUIKKU-SALI (Koskikatu 25)**



Vaellus Korvatunturille

Joensuun Ladun vaeltajat kävivät syyskuussa vael-tamassa Kemihaarasta Korvatunturille ja takaisin. Osallistujat näyttävät kuvia ja kertovat.

Pyöräily halki Afrikan II

Eero Oura paranteli luunmurtumansa kotona ja palasi pyöräilemään Victorian putouksilta Kap-kaupunkiin. 4500 km jäi välistä, mutta matkaa jäi vielä 3000 km. Komeita kuvia ja tarinaa.



Joensuun Latu ry:n syyskokous

Joensuun Ladun sääntömääräinen syyskokous pidetään **keskiviikkona 6.11.2024 klo 18** alkaen Itä-Suomen Liikuntaopistolla (ISLO, Länsikatu 15, Joensuu). Kokouksessa käsitellään mm. vuoden 2024 toimintasuunnitelma, päätetään jäsenmaksuista ja valitaan yhdistyksen hallituksen jäsenet erovuoroisten tilalle. Kokousmateriaalit julkaistaan Joensuun Ladun nettisivuilla ennen kokousta.

Kahvitarjoilu. Tervetuloa!

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

Uusien jäsenten ilta

13.11.2024 klo 18–19.30 ISLO (Länsikatu 15)

Uusia jäseniä kutsutaan tutustumaan Joensuun Ladun toimintaan ja toimijoihin.

Ilmoittautuminen 7.11. mennessä: Merja Mustonen, mustonenmerjam@gmail.com, p. 040 832 7795

Rospuuttoretki Petkeljärven kansallispuistoon

23.11.2024 ILOMANTSI

Patikoidaan Petkeljärven kansallispuistossa ja sen lähimaastoissa. Retken kokonaispituus noin 15–20 km, reitti määritty tarkemmin olosuhteiden mukaan.

Nuotiota poltellaan, jos polttopuita löytyy, mutta varaudu niin, että nuotion puuttuminen ei romuta ruokahuoltoasi. Säänmukainen vaatetus, otsalamppu, vaellussauvat suositeltavat. Polut ovat melko mukavia kävellä, sääolosuhteet saattavat tuoda jonkin verran vaikeuskeroita. Kimpapakyydit.

Lisätiedot ja ilmoittautuminen 17.11. mennessä: Juha Tiainen, juhaolli@gmail.com



Ensilumen hiihtoviikko Kiilopäällä

30.11.–7.12.2024 KIILOPÄÄ

Lähdetään pienen tauon jälkeen taas ensilumille Kiilopäälle!

Matkustamme Kiilopäälle bussilla. Perillä viikon aikana voi omatoimisten aktiviteettien lisäksi osallistua Kiilopään oppaiden vetämille retkille Kiilopään viikko-ohjelman mukaisesti.

Majoitusvaihtoehdot (7 yötä):

Hotelli Niilanpää

* 2 hengen huone kahdelle 306,50 €/hlö

* 2 hengen huone yksin majoittuvalle 537 €

Majoitushinta sisältää aamupalan, liinavaatteet, lähtösiivouksen, iltasaunan hotellin saunoissa sekä mahdollisuuden osallistua viikko-ohjelman aktiviteetteihin.

Hirsimökki (2–4 hlöä) 933 €/mökki. Mökissä on kaksi sänkyä makuuhuoneessa sekä olohuoneen puolella levitettävä kahden nukuttava vuodesohva, sauna ja vaatteiden kuivauskaappi. Keittiössä mm. jääkaappi, mikro ja keittolevy, ei uunia.

Hirsimökin majoitushintaan ei sisälly aamupala. Sen voi tilata ennakoon pakettihintaan 84 €/hlö/7 vrk. Jos haluat aamupalan, varaathan sen ilmoittautumisen yhteydessä. Majoitushintaan sisältyvät pyyhkeet, liinavaatteet, lähtösiivous sekä mahdollisuus osallistua viikko-ohjelman aktiviteetteihin.

Pohjan Ukko (max.10 hlöä) 1486 €/mökki, jossa kaksi makuuhuonetta, kaksi tilavaa parvea, kaksi wc:tä, sauna pesuhuoneineen, vaatteiden kuivauskaappi ja tv. Keittiössä jääkaappi-pakastinyhdistelmä, sähköliesi, mikro, veden- ja kahvinkeitin, astianpesukone.

Pohjan Ukko mökin majoitushintaan ei sisälly aamupala. Sen voi tilata ennakoon pakettihintaan 84 €/hlö/7 vrk. Jos haluat aamupalan, varaathan sen ilmoittautumisen yhteydessä. Majoitushintaan sisältyvät pyyhkeet, liinavaatteet, lähtösiivous sekä mahdollisuus osallistua viikko-ohjelman aktiviteetteihin.

Päivällinen ei kuulu majoitusten hintaan. Sen voi tilata ennakoon pakettihintaan 175 €/hlö/7 vrk. Jos haluat päivällisen, varaathan sen ilmoittautumisen yhteydessä.

Saunamaailma sijaitsee hotelli Niilanpään päädyssä ja sisältää perinteisten naisten ja miesten saunojen lisäksi savusaunan sekä avannon Kiilopurossa. Avannossa voi käydä saunavuorojen ulkopuolellakin. Jos mieliä avantoon, niin mukaan kannattaa ottaa uima-asu, joskin sen voi vuokrata vastaanotosta. Varaamme vuoron savusaunaan kaikille halukkaille ja ilmoitamme siitä erikseen.

Bussikuljetuksen hinta on 115–180 €/hlö riippuen lähtijöiden määrästä. Kyytiin voidaan ottaa myös pelkän kuljetuksen tarvitsevia, mikäli majoittujilta jää tilaa bussiin.

Matka toteutuu, mikäli lähtijöitä on vähintään 26 henkilöä. **Matka on tarkoitettu vain Joensuun Ladun jäsenille.**

Ilmoittautumisaika 15.8.–15.9. Ilmoittautuminen tapahtuu alla olevalla ilmoittautumislomakkeella (avataan 15.8.). Maksa varausmaksu 150 € heti ilmoittautumisen jälkeen Joensuun Ladun tilille FI62 1040 5000 5920 39. Kirjoita viestikenttään nimi/nimet, joita varausmaksu koskee. Huom! myös huonekaverin täytyy maksaa ennakkomaksu sekä täyttää ja lähettää ilmoittautumislomake. Kun olemme saaneet ilmoittautumisesi ja varausmaksu näkyy Ladun tilillä, varaus on sitova ja voimassa. Tämän jälkeen lähetetään vahvistussähköposti ilmoittautumisesta. Loppumaksu tulee maksuun 15.10. Retkikirje lähetetään lähempänä kaamosviikkoa.

Suosittelemme omaa matka- ja matkustajavakuutusta. Matkalla noudatetaan Joensuun Ladun matkaehtoja.

Jos sinulla on kysyttävää, otathan yhteyttä: Eila Partanen, eila.partsu@gmail.com, p. 050 502 8440 tai Kirsi Karjalainen, klakarjalainen@gmail.com, p. 040 512 9585



Kurkistus ensi vuoteen

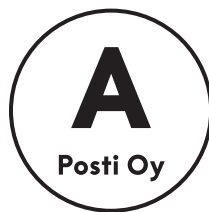
Lykynlammen kahvio avataan 4.1.2025

Kevään hiihtoviikko

Suunnittelemme Tunturikerho Kumpen sekä Karjalan Retkeilijöiden kanssa maaliskuussa 2025 yhteistä hiihtoviikkoa Lapin lumille. Kohteina voisi olla Muonion ladut, Särkijärvi, Keimiötunturi sekä Kilpisjärvi. Jos kiinnostusta riittää, niin Muonion ja Kilpisjärven matkan voisi yhdistää.

Jotta kyseistä retkeä voimme alkaa toteuttaa, niin haluamme tietää, saammeko riittävästi lähtijöitä. Alustava hinta-arvio Muonioon on n. 300–400 €/hlö ja Kilpisjärvelle 600–700 €/hlö (sis. aamiaisen).

Mikäli olet kiinnostunut Kilpisjärven tai Muonion hiihtoviikosta, niin kerrothan siitä sähköpostilla osoitteeseen: hannu.melin@gmail.com. Syksyllä tiedämme ja tiedotamme asiasta lisää.



Posti Green



SUOMEN LATU

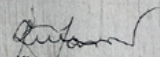
VUODEN JÄSENYHDISTYS

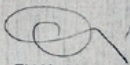
Joensuun Latu ry

*Huomionosoitus myönnetään jäsenyhdistykselle, joka on
menestyksellisesti toteuttanut Suomen Ladun toiminta-ajatusta
ja strategiaa (Ulkoile – Osallistu – Vaikuta).*

28.4.2024

SUOMEN LATU RY


Kirre Palmi
puheenjohtaja


Eki Karlsson
toiminnanjohtaja