



Joensuun
Latu

Jäsenlehti

1/2024



S.7

Jäsenyydestä iloa
koko vuodeksi

S.10

Suomen Latu
Kiilopää 60 vuotta

joensuunlatu.sporttisaitti.com

Puheenjohtajan terveiset	3
Joensuun Ladun hallitus 2024	4
Jäsenyydestä iloa koko vuodeksi	7
Kurkistus kuluneeseen vuoteen	9
Suomen Latu Kiilopää 60 vuotta	10
Lykynlammen ulkoilukeskus	12
Tammikuun tapahtumia	14
Tapahtumakalenteri 1/2024	16
Helmikuun tapahtumia	19
Maaliskuun tapahtumia	22
Huhtikuun tapahtumia	24
Toukokuun tapahtumia	25
Kesäkuun tapahtumia	29
Tulossa syksyllä	31
Joensuun Latu ry:n kevätkokous	32

JOENSUUN LADUN JÄSENLEHTI 1/2024

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**

On alkamassa Joensuun Ladun 73. toimintavuosi, minun viides vuoteni puheenjohtajana. Kiitos luottamuksesta! Nykyisten sääntöjemme mukaan puheenjohtajana voi toimia maksimissaan kuusi vuotta eli kolme kaksivuotiskautta.

On hienoa, että syyskouksessa saimme uusia jäseniä hallitukseen, toisaalta jää ikävä hallitustyöskentelyn tauolle jättäneitä, mutta toki heitä tapaamissa tilanteissa ja nyt saan tutustua uusiin aktiivilatulaisiin.

Tässä lehdessä esit-
täytyy Joensuun Ladun hallitus. Otathan meihin yhteyttä, kun sinulla on palautetta, toiveita, ideoita toiminnasta, haluat mukaan talkoolaiseksi tai muuten vain kaipaat ulkoiluhenkistä seuraa.

Joensuun Ladun toimintasuunnitelma on runsas: vanhoja tuttuja tapahtumia on suunnitteilla, mutta myös jotain uutta kokeillaan. Kiinnostaako monodisko Lykynlammella tai lähtisitkö bussilla Kolin Maisemahiihtoon kansallisena hiihtopäivänä? Lähialueen retkille kutsun sinut erityisesti mukaan. Ei tarvitse mennä maakuntaa edemmäs retkelle, kun löytää mukavia kohteita.

Tapahtumien ja retkien suunnittelu vaatii paljon työtä, monta asiaa on otettava huomioon, mm. aikataulut ja turvallisuus-
suunnitelmat pitää tehdä. Ilmoittautumisia

kysellään hyvissä ajoin ja mahdolliset ennakkomaksut on maksettava, jotta ilmoittautuminen on sitova ja retken suunnittelu etenee. Joitakin retkiä olemme joutuneet perumaan, kun tarpeeksi sitoutuneita ei ole ilmoittautunut ajoissa mukaan.

Tämä on harmi, retkenvetäjän työ menee hukkaan ja ne, jotka retkelle olisivat oikeasti halunneet, eivät sinne pääse. Tässä jäsenlehdessä on ennakotietoa myös loppuvuoden retkistä, voit retken ja sen ilmoittautumisohjeet merkitä omaan kalenteriisi, niin etteivät tärkeät päivämäärät vain unohdu.

Jos olet epävarma, onko retki juuri sinulle vaativuudeltaan sopiva, kysy rohkeasti lisätietoja retken yhteyshenkilöltä.

Tapaamisiin taas laduilla, poluilla, tapahtumissa ja talkoissa! Mukavaa ulkoiluvuotta 2024!

Marjatta Partanen, Joensuun Ladun puheenjohtaja

PS. Suomen Ladun nimenmuutoksen suunnitelmat on toistaiseksi haudattu eli edelleen olemme Suomen Latu ja Joensuun Latu ja teemme edelleen paljon muutakin kuin hiihdämme, vaikka hiihto on tosi mukavaa!





Joensuun Ladun hallitus 2024: Pentti Leskinen (vas.), Marjatta Partanen, Merja Mustonen, Arja Manninen, Eila Partanen, Tuula Turunen, Sointu Hyttinen, Jukka Nieminen, Sini Korhonen, Toni Mäenharju, Tanja Perkkiö, Aarne Granlund. Kuvasta puuttuu Kirsi Soikkeli.

Joensuun Ladun hallitus 2024



Marjatta Partanen

puheenjohtaja,

p. 050 341 7940

marjatta.partanen@gmail.com

Aloitin latu-uran Muumien hiihtokoulun ohjaajana, nyt saan olla puheenjohtajana mukana kaikessa mahdollisessa latutouhussa. Tykkään ulkoilla kaikkina vuoden aikoina, hiihdän talvisin, pyöräilen ja mökkeilen sulan maan aikaan, kävelen ja ihastelen luontoa kaikkina aikoina.

Aarne Granlund

p. 040 727 9689

aarnegranlund@gmail.com

Olen ollut Joensuun Ladun jäsen vuodesta 2020 lähtien muutettuani etelästä luonnon ja kalavesien äärelle Liperiin. Aloitan hallituksen jäsenenä 2024 ja tavoitteenani on innostaa nuorempaa väkeä mukaan toimintaan. Harrastan vapaalaskua, umpihankihiihtoa, vaeltamista ja perhokalastusta.

Sointu Hyttinen

p. 050 368 1961

sointu.hyttinen@gmail.com

Tulin Joensuun Latuun polkujuoksuohjajaksi reilut puolenkymmentä vuotta sitten. Tämän jälkeen ajauduin mukaan Ladun monipuoliseen hallitustyöskentelyyn. Polkujuoksuvetovastuun lisäksi suunnistan kesäaikaan. Talvella hiihdän ja säiden mahdollistaessa retkiluistelen luonnon jäillä.

Sini Korhonen

p. 050 350 9140

sinisusannakoo@gmail.com

Hallitustaipaleen ensimmäisellä kaksivuotiskaudella olen mukana nuorten hiihtotoiminnan aloitustohinoissa sekä varustevarastolla, toisinaan heitän oman lusikkani someviestinnän soppaan. Innostun lähes kaikenlaisesta luontoliikunnasta ja huomioni kiinnittyy herkästi luonnon upeisiin yksityiskohtiin.

Pentti Leskinen

p. 050 341 9725

penttileskinen13@gmail.com

Olen mukana Joensuun Ladun hallituksessa, varustevalasto- ja hiihtotyöryhmässä ja melonnan yhteyshenkilönä. Myös talkoo-

työt ovat tulleet tutuiksi, yhteisvoimin ylläpidämme Lykynlammen luistelurataa ja teemme majan pihan lumitöitä viikonloppuisin. Harrastuksiin kuuluu talvisin hiihto ja kesällä mökkeily ja melonta, myös vaellukset ja sukellus.

Arja Manninen

p. 040 730 7524

arja.anita@hotmail.com

Olen ollut Joensuun Ladun toiminnassa mukana jäsensihteerinä, retkien vetäjänä ja retkille osallistujana. Ulkoilmaihmisenä tykkään kaikenlaisesta liikkumisesta eri vuodenaikoina.

Merja Mustonen

p. 040 832 7795

mustonenmerjam@gmail.com

Aloitan viidettä kaksivuotiskautta Joensuun Ladun hallituksessa. Tulin mukaan aluksi tiedotustehtäviin, mutta pian olin sihteeri ja sittemmin myös jäsensihteeri. Vapaaehtoistyössä palkitsevinta on retkeilyn ilosanoman levittäminen ja mainio latulaisten yhteisö.

Eila Partanen

p. 050 502 8440

eila.partsu@gmail.com

Kiinnostuin hallitustyöstä uudelleen noin kymmenen vuoden tauon jälkeen. Toimin lisäksi viestintätyöryhmässä verkkosivujen ylläpitäjänä. Aiempaa kokemusta on lisäksi tiedottajana ja jäsensihteerinä. Aktiivisena liikkujana on mukava olla osana liikuntaa edistävässä yhteisössä, hyvän aiheen ja mukavien ihmisten parissa.

Tanja Perkkiö

p. 0500 947 202

tanja.perkkio@gmail.com

Käveleminen, patikointi, vaeltaminen ja retkeily. Sama asia kelpaa minulle kaikenmuotoisina kalenterimerkintöinä. Talvella hiihdän vähän, mieluiten umpihangessa. Joensuun Ladun lainattavat retkivarusteet toivat minut latulaisten ympyröihin ja viihdyn varastolla edelleen. Olen toiminut myös yhdistyksen varapuheenjohtajana. Minulle tärkeitä ovat vastuullisuus ympäristöä kohtaan sekä uudistuminen.

Kirsi Soikkeli

p. 044 548 5832

kirsi.soikkeli64@gmail.com

Aloitin kolmatta vuotta Joensuun Ladun hallituksessa. Vapaaehtoistyössä toimin lasten ja perheiden parissa. Saan kokea lasten aidon innostuksen ja uteliaisuuden, alun uuden oppimiselle. Liikunnan ilon myötä lapset oppivat uusia motorisia taitoja ja olemaan osana luontoa.

Tuula Turunen

p. 050 372 6242

thturunen@gmail.com

Joensuun Ladun toiminnassa olen ollut reilut 10 vuotta, aluksi rivijäsenenä hallituksessa. Tällä hetkellä vedän eripituisia ja -tasoisia retkiä eri vuodenaikoina ja toimin Joensuun Ladun retkityöryhmässä. Pidän luonnossa liikkumisesta kaikkina vuodenaikoina, sienestys ja marjastus ovat parhaita mahdollisia aktiviteettejä luonnossa, myös maastopyöräily ja uinti kuuluvat harrastuksiini.

Toni Mäenharju

varajäsen

p. 050 567 0063

toni.maenharju@gmail.com

Harrastan maastopyöräilyä ja talvella tykkään olla suksien päällä. Olen ollut latutoiminnassa vasta vuoden päivät. Tänä aikana olen päässyt tutustumaan varastolta lainattaviin välineisiin, jotka ovat mahdollistaneet uusien lajien kokeilun esim. retkiluistelun ja melonnan.

Jukka Nieminen

varajäsen

p. 0400 682 071

j.niemi@hotmail.com

Talkoilen Ladun tapahtumissa, kuten jäähiihdossa ja erilaisissa lasten tapahtumissa virittelemässä nuotiotulia, keittämässä nokipannukahvia, ohjaamassa liikennettä jne. Kuhamajan toiminta ja huoltohommat ovat vastuualuettani. Joensuun Ladun hallituksessa olen ollut kuusi vuotta ensin jäsenenä, nykyisin varajäsenenä. Hiihdän, pyöräilen ja myös kirkkovenesoutua harrastan.

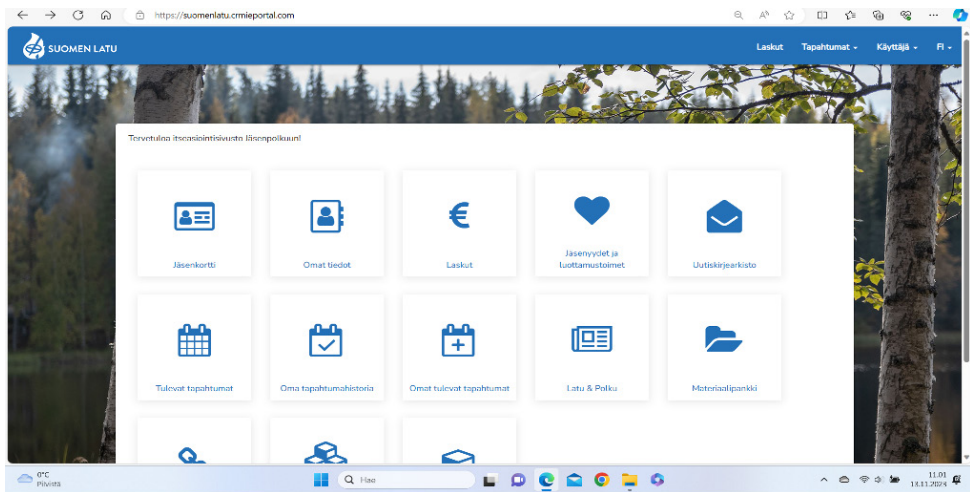
Kirsi Karjalainen

rahastonhoitaja

p. 040 512 9585

klakarjalainen@gmail.com

Olen ollut latulainen lähes koko ikäni ja aktiivina vuosikymmeniä. Vieläkään ei kylästyttä. Latutoiminta on minulle tosi miehuinen ja antoisa harrastus. Yhdessä liikkuminen on niin hurjan kivaa. Ja talkoovuoro Lykynlammen kahviossa antaa tuplasti enemmän energiaa kuin vie.



Jäsenyydestä iloa koko vuodeksi

Vuoden vaihtuessa Suomen Latu muistaa meitä pienellä jäsenmaksulaskulla. Joensuun Ladun vuoden 2024 jäsenmaksut pysyvät ennallaan. Henkilöjäsenmaksu on 28 €, opiskelijoilta ja alle 20-vuotiailta jäsenmaksu on 13 €. 38 eurolla jäsenyyden eduista pääsee osalliseksi koko perhe. Jonkin toisen latuyhdistyksen jäsen voi liittyä Joensuun Latuun rinnakkaisjäseneksi 17 eurolla. Jäsenmaksut eivät suinkaan päädy yhdistyksen kassaan sellaisenaan, vaan Suomen Latu ottaa osansa ja palauttaa yhdistyksille jäsenlajista riippuen noin kolmanneksen tai neljäsosan.

Sähköpostiosoitteensa ilmoittaneet saavat laskun **sähköpostiin 3.1.24**. Jos laskua ei kuulu, saattaa syynä olla viestin ohjautuminen roskapostiin tai väärä sähköpostiosoite. Jäsenpolussa (suomenlatu.crmieportal.com) voi sähköpostiosoitteensa tarkistaa ja tarvittaessa itse korjata. Niille, joilla ei ole sähköpostiosoitetta, lähetetään

lasku **postissa 27.12.23**. Kätevä ja ekologinen vaihtoehto on tilata jäsenmaksulasku e-laskuna.

Kuluneena syksynä, lokakuun alusta lähtien, oli ensimmäistä kertaa mahdollista liittyä latuyhdistyksen jäseneksi ns. 3+12-mallin mukaan eli maksamalla seuraavan vuoden jäsenmaksun, jolloin loppuvuoden jäsenyyden ja jäsenedut sai ikään kuin kaupan päälle. Näille uusille jäsenille seuraava jäsenmaksulasku tulee siis tietenkin vasta vuoden päästä.

Monia jäsenyyteen liittyviä asioita pystyy itse hallinnoimaan Jäsenpolussa, mutta jäsenyyskysymyksissä ja ongelmatilanteissa auttaa myös Suomen Ladun jäsenpalvelu (jasenpalvelu@suomenlatu.fi, p. 09 8567 7450). Joensuun Ladussa jäsenyysasioita hoitaa jäsensihteeri Merja Mustonen (mustonenmerjam@gmail.com, p. 040 832 7795).



Jäsenyyden edut

Mitä vastinetta jäsenmaksulle sitten saa, kun suurin osa Joensuun Ladun toiminnasta on avointa kaikille?

Kenties käytetyin jäsenetumme on retkeilyvarusteiden lainaus. Varustevalastomme on vuosien mittaan laajentunut ja monipuolistunut, ja lainaushinnat on pystytty pitämään alhaisina. Joensuun Ladun omistama Kuhamaja Kuhasalossa on niin ikään vain jäsenen varattavissa.

Useana vuonna latulaisten käyttöön on hankittu ensilumenladun kausikortti Kontiolahden ampumahiihtokeskukseen. Joensuun Ladun jäsenet saavat lisäksi vuokrata Hiihto-Katajan suksipaketteja jäsenhintaan. Muutamat paikalliset yritykset tarjoavat jäsenillemme alennuksia. Myös Suomen Ladulla on jäsenetuna alennuksia monista matkailupalveluista, retkeilyliikkeistä ja -tuotteista.

Majoitusta sisältävät matkat rajataan

pääsääntöisesti vain yhdistyksen jäsenille, samoin osa retkistä ja vaelluksista. Jäsenille tarjotaan joskus myös maksuttomia bussikuljetuksia ja jäsenen lapset on vapautettu Muumien hiihto- ja retkeilykoulujen osallistumismaksuista.

Jotkut tuntevat saavansa jäsenmaksulle riittävän vastineen neljä kertaa vuodessa ilmestyvästä Latu ja Polku -lehdestä. Jäsenmaksun voi ajatella myös kannatusmaksuksi hyödylliseksi koetulle toiminnalle.

Suosittelen Joensuun Ladun jäsenyyttä ystävälle tai naapurille! Suomen Latu palkitsee suositelijan pienellä Hanki jäsen -lahjalla. Lue lisää: suomenlatu.fi/hankijaisen. Jäsenyydestä on iloa koko vuodeksi!





Kurkistus kuluneeseen vuoteen

Joensuun Ladussa kulunut vuosi on ollut jälleen täynnä toimintaa. Järjestimme 131 tapahtumaa, retkeä, koulutusta tai ryhmäkokoontumista. Liikutimme niissä yli kahdatuhatta ulkoilun ystävää huolimatta siitä, että suurin vuotuinen tapahtumamme, Pyhäselän jäähiihto, kutistui ankaran tuulen ja lumisateen takia muutaman kymmenen sitkeän hiihtäjän tapahtumaksi.

Lapsiperheille tarjosimme ulkoilu-elämyksiä 30 kertaa. Suosituimpia olivat vuosittain toistuvat yhden päivän tai illan tapahtumat, Soihthiihto, UlkonaKuinLumiukko ja Koko perheen hämähommat. Muumien hiihto- ja retkeilykoulut edellyttävät sitoutumista useampaan kokoontumiseen, mutta niihinkin riitti innokkaita koululaisia. Lasten ja perheiden tapahtumat kokosivat kaikkiaan lähes 800 osallistujaa.

Polkujuoksusta on tullut kesäisten maanantai-iltojen kesto-suosikki. Myös iltapyöräilyt ovat vetäneet mukavasti porukkaa vuodesta toiseen. Patikkareissuista löytyi monenlaisia vaihtoehtoja lähialueiden päivä- ja viikonloppuretkistä viikon vaellukseen Sallassa. Sisäliikuntakin on tullut viime vuosina ohjelmaan, kun latulaisia on kutsuttu kuntosalille, kahvakuulailemaan ja vesijumppaan Karelia-AMK:n fysioterapeuttipiskelijoiden kanssa.

Joensuun Ladulta toivotaan usein helpoja retkiä, jotka eivät vaadi erityisen kovaa kuntoa. Olemme yrittäneet vastata kysyntään tarjoamalla mm. matalan kynnyksen luontoretkiä sekä muutaman tunnin sauva-kävely- ja lumikenkäretkiä, mutta hämmästyseksemme niitä on jouduttu perumaankin osallistujapulan takia. Esimerkiksi jokasyksyllä Sydän- ja polkuretkellä on eripituisia reittivaihtoehtoja, ja mukaan voi tulla vaikka vain istuskelemaan nuotiolle.

Kaiken tämän ja paljon muuta tekevät ahkerat ja innostuneet vapaaehtoistyöntekijämme. Vuosittain talkootyötä tehdään Joensuun Ladussa 5000–6000 tuntia. Tästä noin kolmannes on kulunut yhdistyksen hallinnon ja talouden pyörittämiseen; olemmehan kasvaneet jäsenmäärältämme Suomen Ladun neljänneksi suurimmaksi yhdistykseksi. Lykynlammen kahvion ylläpito hiihtokaudella vaatii noin 1500 talkootuntia. Vapaaehtoistehtäviin osallistui vuonna 2023 noin 110 latulaista, joista valtaosa työskenteli juuri kahviossa. Saimme toistakymmentä uutta vapaaehtoista talkoolaisrinkiin, uusia ohjaajia viisi, mutta koska osa talkoolaisista jää myös pois, niin uusia toimijoita kaivataan jatkuvasti lisää. Tulisitko sinä mukaan toteuttamaan latuvuotta 2024?





Suomen Latu Kiilopää 60 vuotta

Monelle latulaiselle tuttu Suomen Ladun toiminta-keskus, Kiilopää, täyttää 60 vuotta. Vuosikymmenten ajan Suomen Latu etsi Lapista sopivaa paikkaa toiminta- ja koulutuskeskukselle. Vuonna 1963 se viimein löytyi Kiilo-ojan laaksosta Kiilopään juurelta ja alueesta tehtiin vuokrasopimus Metsähallituksen kanssa. Kuuden kilometrin mittainen tie Kakslauttasesta Kiilopäälle valmistui vuonna 1964 ja samana vuonna alueelle pystytettiin ensimmäiset rakennukset.

Tänä päivänä Suomen Latu Kiilopään tavoitteena on olla Lapin tunnetuin ja ympäristövastuullisin luontolähtöinen liikunta-, hyvinvointi- ja elämyskeskus ja Suomen tunnetuin vaelluksen ja retkeilyn lähtöpiste. Vuosittain yli 100 000 retkeilijää, vaeltajaa ja hiihtäjää aloittaakin tutustumisensa Urho Kekkosen kansallispuistoon juuri Kiilopään pihalle pystytetyn jämäkän portin kautta. Omatoimisen retkeilyn vaihtoehtona järjestetään opastettua viikko-ohjelmaa ja tapahtumia. Vapaaehtoisille Kiilopää tarjoaa talkootyötä keittiössä, huoltotehtävissä ja apuoppaina.

Kiilopää käyttää matkailusta saamansa tuoton mm. rakennusten ylläpitoon. Vuonna 2024 alueelle rakennetaan asuinrakennus henkilökunnalle, päärakennukseen inva-wc ja lisäksi tehdään pienempiä vuosikoroja. Edellinen suuri investointi oli saunamaailman rakentaminen pari vuotta sitten.

Pitkän uran Suomen Ladun toiminnanjohtajana tehnyt Tuomo Jantunen on koonnut muisteluksia Kiilopäältä ja Saariselältä teokseen Kiilopään kiehisä. Sieltä voi lukea vaikkapa presidenttiemme vierailuista Kiilopäällä tai siellä oppaana työskennelleen Dominick Arduinin tarinan. Kirjaa on saatavana ainakin kirjastosta ja kustantajalta (Väyläkirjat, 2021).

Merja Mustonen,
Joensuu Ladun sihteeri

Lykynlammen ulkoilukeskus

Lykynlammen kahvio

Lykynlammen kahvio avataan lauantaina 30.12.2023 klo 11. Kahvio pidetään auki talkoovoimin 17.3.2024 saakka lauantaisin ja sunnuntaisin klo 11–16. Kahvio on auki myös maanantaina 1.1., hiihtolomaviikolla 4.–10.3. klo 11–16 arkipäivisin sekä Soih-tuhiihto-päivänä 17.2. klo 20 saakka. Kah-

viosta myydään lämmintä ja kylmää juotavaa, Lykynlammella paistettuja munkkeja ja pullaa, täytettyjä leipiä, hedelmiä ja makeisia. Kahviossa saa syödä myös omia eväitä ja paistaa takassa makkaraa (grillimakkaraa myytävänä kahviossa).

Joensuun kaupunki tarjoaa mahdollisuuden sauna

Lykynlammen rinnesaunassa ilmaiseksi

- lauantaisin 30.12.–16.3. klo 12–16
- Soih-tuhiihto-päivänä 17.2. klo 12–19
- hiihtolomaviikon keskiviikkona 6.3. klo 12–16
- suihkutilat, WC ja pukuhuoneet ovat käytettävissä kahviorakennuksen alakerrassa päivittäin klo 8–21

Voitelupalvelut Lykynlammella

Future Clubin voitelumestarit voitelevat ja **antavat opastusta voitelun nikseistä**. Voitelupalvelu on avoinna **lauantaisin ja sunnuntaisin 30.12.–17.3. klo 11–15**.

Hinnasto:

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

Lisätiedot: Asko Timoskainen, asko.timoskainen@saunalahti.fi, p. 0400 576 303



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 päätteksi loppusiivous. Tehtäviin annetaan perehdytys. Kokeneet talkoolaiset ovat tervetulleita, uudet talkoolaiset otetaan myös 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 riukskaa latulaista tarvittaessa puhdistaa lumikolalla ja hiekoittaa majan sisäänkäyntien edustat ja saunaportaat. Kolailun jälkeen saat kahviosta munkkikahvit.

Ilmoittaudu talkoisiin:

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

Jos säät ovat suotuisat ja Lykynlampi jäätyy kestäväksi, avataan jälle **matkaluistelu-**



rata (noin 2 km) ja pystytetään napakelkka. Auraus- ja jäänkunnostustalkoisiin tarvitaan väkeä. Seuraile nettisivuja ja Facebookia, siellä kysellään talkoolaisia.

Lisätiedot ja ilmoittautumiset talkoisiin:

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

Maastohiihtosuksia vuokrattavana

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

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



Tammikuun tapahtumia

Talvikilometrikisa

1.1.–28.2.2024

Joensuun Latu on 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 JnsLatuT24. Tarkemmat ohjeet Joensuun Ladun nettisivuilta.

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

Retkeilyvarusteiden kirppari

6.–7.1.2024 klo 11

LYKYNLAMPI

Tuo sinulle tarpeettomat **liikunta- ja retkeilyvälineet** Lykynlammen kirpparille ja tule tekemään löytöjä. **HUOM!** **Maksu käteisellä**, kortti ei käy.

Kirpparitavaroiden vastaanotto lauantaina klo 10 alkaen. Hae rahat ja/tai myymättömät tavarat sunnuntaina klo 16 mennessä. Hinnoittele tuote niin, että sen itsekin sillä hinnalla ostaisit. Merkitse hinta tuotteeseen maalarinteipillä. Joensuun Latu ei ota välityspalkkiota!



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

Villasukkajuoksua kokeilemaan pakkasella!

Villasukkajuoksu on paljasjalkajuoksun talvimuoto sopivalla pakkassäällä (pakkasta yli -5 astetta). Nilkat ja lihaskalvot tykkäävät. Entä eikö varpaita palele? Kylmä ei tule, kun pysyy liikkeessä koko ajan, jalkapohja ja jalkaterä tekevät työtä ja jalassa on useampi sukkakerros. Tarkempi ajankohta ilmoitetaan juoksusäiden salliessa Joensuun Ladun sivuilla sekä Itä-Suomen polkuilijoiden facebook-ryhmässä.

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



Metsäjumppaa yhdessä

9.1., 23.1., 6.2., 20.2.2024 klo 13–15 ERI PUOLILLA JOENSUUTA

Vuodenvaihteen jälkeen lähdemme neljänä tiistaina yhdessä ulos. Aikuisille (65+, emme tarkasta papereita) suunnatuilla yhteislenkeillä reippaillaan ja jumppaillaan lähiympäristön ulkoliikuntapaikkoihin tutustuen. Evästauot pidetään nuotiopaikoilla, joten ota mukaan eväät ja lämmintä juotavaa. Tarvitset myös säänmukaisen, tuulenpitävän vaatetuksen ja mielellään nastakengät tai irtonastat sekä taukopaikalle istuin-alustan ja taukotakin. Vaativuustaso: helppo. Hyvinvointi löytyy yhteisiltä poluilta!



Kokoontumiset:

9.1. klo 13 virkistysuimala Vesikon pääoven edessä (Uimarintie 1)

23.1. klo 13 Utransaaren parkkipaikka (Utransaarentie 90)

6.2. klo 13 Lykynlammen ulkoilukeskuksen kahvilan edessä

20.2. klo 13 Kuhasalon parkkipaikka (Kukkosensaari 5)

Vetäjät: Tuula Turunen, Martti Sivonen, Marjatta Partanen ja Terttu Hytti



KUVA: LASSI KATJARINNE/SUOMEN LATU

Jos tarvitset kimpakyydin tai tarjoat sellaisen, ota yhteys: Tuula Turunen, p. 050 372 6242
Ei ennakkoilmoittautumista. Jos kiinnostuneita on, niin kevättalvella voidaan jatkaa hiihtoretkien merkeissä. Niistä ilmoitetaan Joensuun Ladun nettisivuilla ja uutiskirjeissä tarkemmin.

Retkeily- ja vaellusinfo

13.1.2024 klo 13 LYKYNLAMPI

Joensuun Ladun retki-info Lykynlammen ulkoilukeskuksessa majan vanhalla puolella. Retkeilytyöryhmän jäsenet kertovat suunnitelluista lähialueen retkistä, syksyn Lapin vaellusvaihtoehdoista ja ensilumen hiihtoviiikosta. Mehutarjoilu. Tervetuloa!



Monodisko

14.1.2024 klo 13–15 LYKYNLAMPI

Sunnuntai-iltapäivällä Lykynlammen hiihtomajan puulattia muuttuu parketiksi. Lykkärin ikärajattomassa monodiskossa tyyli on välillä vapaa, välillä perinteinen, kun DJ Taku soittaa lumikauden liukkaimmat hitit ja villeimmät viisut koko perheelle. Tule ladulta, ota munkki ja kaakao ja joraa hiki uudelleen pintaan!



Tiedossa olevat tapahtumat tammi-kesäkuu 2024

SIVU

Tammikuu

30.12.	la	Lykynlammen kahvio avataan	12
1.1.	la	Talvikilometrikisa alkaa	14
6.–7.1.	la-su	Retkeilyvarusteiden kirppari Lykynlammella	14
		Villasukkajuoksua kokeilemaan pakkasella!	14
9.1.	ti	Metsäjumppaa yhdessä	15
13.1.	la	Retkeily- ja vaellusinfo	15
14.1.	su	Monodisko	15
20.1.	la	Lumikenkien kokeilupäivä koko perheelle	18
23.1.	ti	Metsäjumppaa yhdessä	15
23.1.–31.1.	ti, ke	Aikuisten hiihtokoulu	18
27.1.	la	Tammipakkasellako lumikenkäilemään?	18

Helmikuu

3.–17.2.	la, su	Muumien hiihtokoulut (varapäivä 18.2.)	19
6.2.	ti	Metsäjumppaa yhdessä	15
17.2.	la	Lumikengillä Pyörteenvaaralle	20
17.2.	la	Soihtuhiihto	20
17.–18.2.	la-su	UlkonaKuinLumiukko	20
20.2.	ti	Metsäjumppaa yhdessä	15
24.2.	la	Yhdessä Kolin maisemahiihtoon bussilla	21
28.2.	ke	Talvikilometrikisa päättyy	14

Maaliskuu

9.3.	la	Otsalamppuhiihto Pyhäsaareen	22
10.3.	su	Pyhäselän jäähiihto	22
16.–23.3.	la-la	Kevään hiihtoviikko Sallassa	23
		Hankiaishiihtoa Patvinsuolla	23
17.3.	su	Lykynlammen kahvio suljetaan	12

Huhtikuu

SIVU

10.4.	ke	Joensuun Ladun kevätkokous	32
30.4.–21.5.	ti	Muumien retkeilykoulu	24
30.4.–21.5.	ti	Hyvinvointia liikuntaryhmästä	24

Toukokuu

1.5.	su	Kilometrikisa alkaa	25
		Polkujuoksun yhteislenkit	25
6.5.	ma	Uusien jäsenten ilta	25
7.5.	ti	Iltapyöräily: Mattisenlahti, Ollilan tupa	26
14.5.	ti	Iltapyöräily: Kantakaupungin kierto	26
15.5.	ke	Rakastu retkeilyyn -kurssi	26
15.5.	ke	Kirkkovenesoudut alkavat	27
18.5.	la	Suomun kierto	28
21.5.	ti	Iltapyöräily: Kontiolahden satama	26
25.5.	la	Polkujuoksun ohjaajakoulutus	28
26.5.	su	Patikointia Karelianpoluilla	28
28.5.	ti	Iltapyöräily: Niittylahti–Suhmura	26

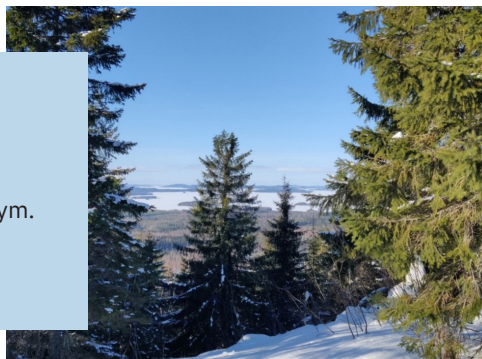
Kesäkuu

4.6.	ti	Iltapyöräily: Jokiranta–Onttola	29
8.–9.6.	la-su	Pirhun kierto -vaellus	29
8.–9.6.	la-su	Lapsiperheiden Nuku yö ulkona Jäsenlehti 2/2024 ilmestyy	30
11.6.	ti	Iltapyöräily: Paihola	29
15.6.	la	Pielisjoen melonta	30
		Ukonhattujen kesäyö - päiväretki keskellä yötä	31

Toimintakalenteri täydentyy vuoden mittaan.

Ajantasaisin tieto uusista retkistä,
muuttuvista ajankohdista, peruutuksista ym.
löytyy nettisivuiltamme:

joensuunlatu.sporttisaitti.com





Lumikenkien kokeilupäivä koko perheelle

20.1.2024 klo 11–15 LYKYNLAMPI

Tervetuloa lumikenkäilemään Lykynlammen majan pihapiiriin! Nyt on mahdollisuus kokeilla lasten ja aikuisten lumikenkiä Muumien lumikenkäilyradalla tai pienellä metsäretkellä.

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

Aikuisten hiihtokoulu

23.–24.1.2024 ja 30.–31.1.2024 klo 18.30–20 JOENSUUN LAULURINNE

Tule mukaan aikuisten hiihtokouluun, joka järjestetään yhteistyössä Joensuun Hiihto-Katajan kanssa. Kurssilla on ryhmät aloittelijoille ja edistyneemmille kuntohiittäjille. Kahden ensimmäisen illan aiheena on perinteinen hiihto ja kahden viimeisen luisteluhiihto. Jos sinulla ei ole omia suksia, voit tarvittaessa saada ne kursseille Hiihto-Katajalta. Kurssilla opettavat Hiihto-Katajan hiihtovalmentajat ja -ohjaajat. Hinta: 70 € (Joensuun Ladun ja Hiihto-Katajan jäsenet), muut 90 €. Säävaraus: pakkasraja -15 astetta, lumen puute. Maksimiosallistujamäärä 30, minimi 5. Ilmoittautumislinkki Joensuun Ladun nettisivuilla tapahtumakuvauksessa.



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

Tammipakkaselako lumikenkäilemään?

27.1.2024 klo 10 LYKYNLAMPI

Meitä ei pakkasukko pelota 😊 Lähe minulle kaveriksi mukkaan lumikenkäilemään Lykynlammen metän siimekseen Lykyn hiihtomajalta. Varroo mukkaan lumikenkäilyvarusteiden lisäksi lämmintä vaatetta ja juomaa. Retken kesto riippuu lähtijöitten innosta ja kunnosta. Maasto suattaa haastaa polovee ja lonkkoo. Munkkikahveet maistuu jäläkkeenpäin, varroo vähän siihen siis rahhoo. Suat tulla ilimottamati.



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

Helmikuun tapahtumia

Muumien hiihtokoulut

3.2., 4.2., 10.2., 17.2.2024 LYKYNLAMPI



Muumiperheen hiihtokoulu: la 3.2., la 10.2. ja la 17.2. klo 9.30–11.30. Hiihtopaikalle voi tulla liukuvasti ja olla siellä lapselle sopivan ajan. Muumiperheen hiihtokoulu on tarkoitettu 2–5-vuotiaille lapsille, jotka aloittelevat tutustumista hiihtoon. Lapsi osallistuu Muumiperheen hiihtokouluun oman aikuisen kanssa, joka myöskin liikkuu suksilla hiihtoaueella. Hiihdon perustaitoja opetellaan Muumien innostamana leikkien ja tehtävälätujen avulla lapselle sopivaan tahtiin. Muumiperheen hiihtokouluun mahtuu 20 lasta oman aikuisen kanssa.

Muumipeikot-ryhmä: la 3.3., su 4.2., la 10.2. ja la 17.2. klo 10–11.30. Muumipeikot on tarkoitettu 5–7-vuotiaille lapsille, jotka osaavat jo vähän hiihtää (Lykynlammen 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. Ryhmään mahtuu 8–15 lasta ohjaajien määrästä riippuen.

Jos enemmän kuin yksi kerta peruuntuu sään vuoksi, varapäivä on su 18.2. **Ilmoittautuminen Muumiperheen hiihtokouluun ja Muumipeikot-ryhmään avautuu lauantaina 13.1. Joensuun Ladun nettisivuilla.** Kannattaa toimia nopeasti, useimmiten paikat on varattu loppuun ensimmäisten tuntien aikana.

Osallistumismaksut:

Muumiperheen hiihtokoulu: jäsenille ilmainen ja 30 € perhe/ei-jäsen
Muumipeikot: jäsenten lapsille ilmainen ja 30 €/ei-jäsenten lapset

Lisätiedot: [Eija Sollo](mailto:eija.sollo@pp.inet.fi), eija.sollo@pp.inet.fi, puh. 0500 950996



Lumikengillä Pyörteenvaaralle

17.2.2024 klo 10 PAIHOLA

Helppoa lumikenkäilyä Paiholan Pyörteenvaaran maastossa. Kokoontuminen klo 10.00 Kesäkahvila Kakkulaiturin parkkipaikalla (Niemenkartanontie 4, Paihola). Omat sauvat, lumikengät ja eväät mukaan. Joensuun Ladun jäsenet voivat myös lainata yhdistyksen lumikenkiä. Retken kesto noin 2 tuntia.



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

Soihtuhihto

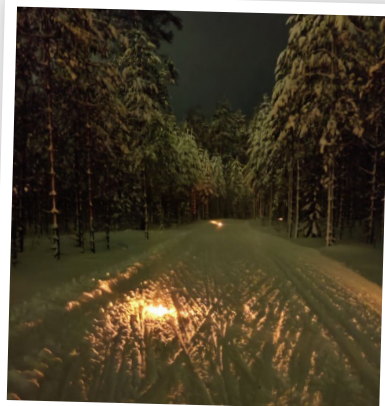
17.2.2024 klo 17–20 LYKYNLAMPI

Tule hiihtämään Lykynlammen laduille pimenevässä illassa, ulkosoihtujen valossa. Soihtuilla valaistaan uudistetut 1–3 kilometrin metsäladut sekä stadionalueella perheen pienimmille tarkoitetut lyhyemmät lenkit. Lasten mukana hiihtelee myös Muumipeikko. Sauna on lämpiminä klo 12–19 ja kahvio on auki klo 20 saakka.



Lisätiedot: Hannu Melin,

hannu.melin@gmail.com, p. 040 773 5767



UlkonaKuinLumiukko

17.–18.2.2024 LYKYNLAMPI

Taas rakennetaan lumiukkoja Lykynlammelle. Aihioita valmistetaan porukalla lauantaina 17.2. Tervetuloa mukaan, lapioiminen on kunnon liikuntaa, yleensä tulee hiki, ainakin lämmin! Sunnuntaina aihioista muotoillaan lumiukkoja. Tule koko perheen voimin teemmään oma lumiukkosi! Voit tuoda lumiukolle sopivia somisteita: pipo, kaulaliina, nappeja, käpyjä, heiniä, oksia jne.



Yhdessä Kolin maisemahiihtoon bussilla

24.2.2024 klo 8–17.30 KOLI

Lähdetään bussilla kansallisena hiihtopäivänä Suomen kauneimmalle laturetkelle Kolin maisemahiihtoon. Lähtö Kirkkokadun matkailupysäkiltä, taidemuseon edestä klo 8, paluu noin klo 17.30. Tulo- ja lähtöpaikka on Kolin kylän Seurojentalo (Merilänrannantie 4 C, Koli).

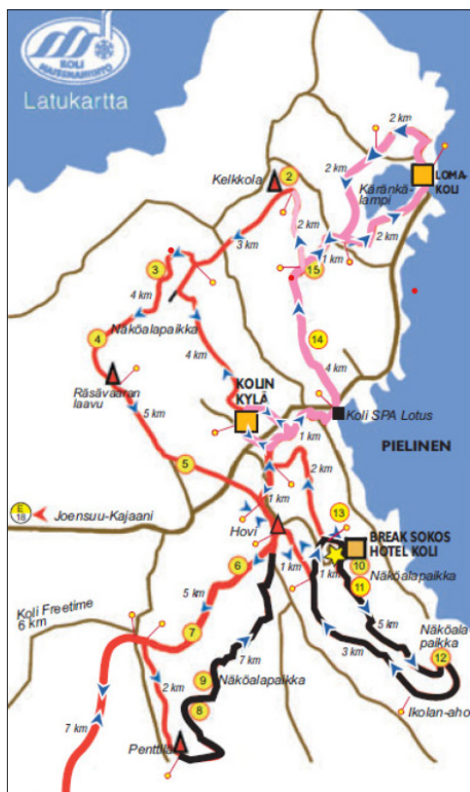
Hinnat: bussimatka Joensuun Ladun jäsenille (esitä jäsenkortti) on ilmainen, muille meno-paluu 15 €, maksu bussissa käteisellä.

Osallistumismaksut laturetkelle:

15.2.2024 mennessä pankkiin maksettuna 38 €, 15.2.2024 jälkeen ja paikan päällä: aikuiset 43 €, lapset (15–17 v.) 25 €, lapset (alle 15 v.) ilmaiseksi aikuisen mukana.

Ilmoittautuminen bussikuljetukseen 19.2. mennessä Joensuun Ladun nettisivujen kautta.

Lisätiedot: Kolin maisemahiihdon nettisivuilta ja [Marjatta Partanen](#), marjatta.partanen@gmail.com, p. 050 341 7940



Kuhamajan latukahvila

Jos ja kun Pyhäselälle saadaan jääladut, kokeillaan Kuhamajalla pop up -latukahvilaa, jolloin Kuhamaja on avoinna, tarjoillaan mm. mehua ja nokipannukahvia pientä korvausta vastaan. Voit myös syödä omia eväitä ja paistella makkaroita nuotiolla. Seuraa ilmoittelua! Ota oma muki mukaan!



Maaliskuun tapahtumia

Otsalamppuhihto

Pyhäsaareen

9.3.2024 PYHÄSELKÄ



Otsalampun valossa pime-
nevän taivaan alla voi kokea Pyhäselän
taianomaisen suuruuden sekä jäällä vilk-
kuvien otsalamppujen jonon. Pyhäsa-
aren nuotiotulille voi hiihdellä makkaralle ja
nokipannukahville Aavarannalta, Linnun-
lahdelta sekä Reijolasta (käteismaksu).
Toki voit ottaa myös omat makkarat
mukaan ja paistella ne laavun nuotiopai-
kalla. Nuotiotulet klo 17–20. Säästä luon-
toa ja ota oma muki mukaan!

Sää- ja jäävaraus. Tapahtuman toteutuminen varmistuu samalla viikolla.



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

Pyhäselän jäähihto

10.3.2024 PYHÄSELKÄ



Kevään odotetuin hiihtota-
pahtuma, Pyhäselän jäähihto,
toteutetaan, jos sää-, jää- ja lumitilanne
sen sallivat. Joensuun Ladulla on latuase-
mat Pyhäsaarella ja Kuhasalossa, muut
latuasemat ovat Reijolan Hopeasaarella,
Niittylahden opistolla ja Nivan leirikeskuk-
sella. Kaikki latuasemat ovat avoimia klo
10–16 ja niissä on myynnissä mm. mak-
karaa, mehua, kahvia sekä voileipiä. Seu-
raa tiedotusta Joensuun Ladun netti-
sivuilta sekä tiedotusvälineistä. Säästä
luontoa ja ota oma muki mukaan! Sää- ja
jäävaraus. Tapahtuman toteutuminen var-
mistuu samalla viikolla.



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

Kevään hiihtoviikko Sallassa

16.–23.3.2024 SALLA

Tunturikerho Kumpen ja Joensuun Ladun yhteinen hiihtoviikko 2024 suuntautuu uusimmalle kansallispuistoalueelle Sallaan. Ilmoittautuminen on päättynyt.

Peruutuspaikkoja voi kysyä: Maija Kakriainen, maija.kakriainen@gmail.com, p. 040 765 7644

Hankiaishiihtoa

PATVINSUON KANSALLISPUISTO

Hankiaishiihdon tarkka ajankohta ilmoitetaan Joensuun Ladun nettisivuilla ja Facebookissa.



Hiihdämme saman, upean reitin kun vuosi sitten: Patvinsuon opastuskeskus – Surkansuo – Surkanlammet – Nälämäjoen tulipaikka, jossa lyhyt evästauko – Nälämänjoen vartta Terettiin, jossa pidempi lounastauko – Kurkilahti – opastuskeskus. Kaikki sukset käy, jos on hyvät hankiaiset. Vaativuustaso: keskivaativa.

Retkieväiksi lämmintä juomista, välipalaa, nuotioeväät, taukotakki, istuinalusta ja päälle kelinmukainen vaatetus. Lähtö kimppekyydeillä Joensuun Urheilutalolta, Siltakadun puolelta parkkipaikalta klo 7.00, paluu samaan paikkaan noin klo 17.00.

Ilmoittautuminen ja lisätiedot vetäjältä: Tuula Turunen, thturunen@gmail.com, p. 050 372 6242. Ilmoita samalla, voitko tarjota kimppekyydin.



Huhtikuun tapahtumia

Muumien retkeilykoulu

30.4., 7.5., 14.5., 21.5.2024 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 sisältyy olennaisena osana retkeilytaitojen lisäksi ryhmätoiminta, ympäröivän luonnon tutkiminen ja ympäristökasvatus. Toiminta on lapsilähtöistä ja leikinomaista.



Ilmoittautuminen 15.4. alkaen Joensuun Ladun nettisivuilla.

Mukaan mahtuu 12 lasta. Ilmoittautuneille lähetetään tarkemmat tiedot ennen retkeilykoulun alkua. **Lisätiedot:** [Kirsi Soikkeli](mailto:kirsi.soikkeli64@gmail.com), kirsi.soikkeli64@gmail.com, p. 044 548 5832

Hyvinvointia liikuntaryhmästä

30.4.–21.5.2024 TIKKARINNE

Oletko halukas edistämään terveyttäsi ja hyvinvointiasi ryhmässä? Karelia-ammattikorkeakoulun toisen lukukauden fysioterapeuttiopiskelijat ohjaavat terveyttä ja hyvinvointia edistäviä ryhmiä 30.4., 7.5., 14.5. ja 21.5. Kaksi samansisältöistä ryhmää kokoontuu tiistaisin Tikkarinteen kampuksella (Tikkarinne 9), ensimmäinen klo 9.00–9.45 ja toinen klo 10.00–10.45. Ryhmiin otetaan 7 henkilöä.

Ilmoittautumiset 1.4. mennessä: tarmo@karelia.fi tai p. 050 913 1787

Ilmoittautuessasi ilmoita seuraavat tiedot:

Joensuun Ladun ryhmä

tiistaisin kellonaika (ilmoita, kumpaan ryhmään haluat osallistua)

omat yhteystietosi: nimi, puhelin, sähköposti



Toukokuun tapahtumia

Kilometrikisa

1.5.–30.9.2024

Valtakunnallisessa pyöräilyn kilometrikisassa kohennetaan kuntoa ja kerätään pyöräilykilometrejä Joensuun Ladun joukkueelle. Ohjeet joukkueeseen liittymisestä kerrotaan myöhemmin nettisivuilla ja uutiskirjeessä.

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

Polkujuoksun yhteislenkit

Toukokuussa jatkamme yhteisiä polkujuoksulenkkejä tuttuun tapaan maanantai-iltaisina. Polkujuoksu on pehmeämmän alustan ansiosta asfalttijuoksua ystävällisempää kuntoilua. Epätasainen alusta ja mahdolliset korkeuserot vaativat koko kroppaa työhön. Poluilla juostessa kehittyä tasapaino, hapenottokyky, keuhonhallinta ja lihaskunto. Menoon keskittyessä ajatuksetkin pääsevät irti arjesta. Yhteislenkeillä tutustutaan paikalliseen luontoon ja polkuverkostoon, opetellaan juoksutekniikka ja tehdään oheisharjoituksia. Lenkkejä tehdään Joensuun ympäristössä. Lenkkien kesto 1–1,5 tuntia.



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

Uusien jäsenten ilta

6.5.2024 klo 17–19 KUHASALO

Uusia jäseniä kutsutaan tutustumaan Joensuun Ladun toimintaan ja toimijoihin nokipannukahvien äärelle Kuhamajalle Kuhasaloon / Kukkosensaareen (opasteet parkkipaikalta).

Ilmoittautuminen 29.4. mennessä: Merja Mustonen, mustonenmerjam@gmail.com, p. 040 832 7795





Iltapyöräilyt

Tiistain 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 kolikkoina ja korttina taskuun. Ei ennakkoilmoittautumista, säävaraus. Jos pyöräily joudutaan perumaan, siitä ilmoitetaan Joensuun Ladun nettisivuilla sekä Facebookissa.



7.5.24 Mattisenlahti, Ollilan tupa, lisätiedot: Marjatta Partanen,
marjatta.partanen@gmail.com, p. 050 341 7940

14.5.24 Kantakaupungin kierto, lisätiedot: Hannu Melin,
hannu.melin@gmail.com, p. 040 773 5767

21.5.24 Kontiolahden satama, lisätiedot: Merja Mustonen,
mustonenmerjam@gmail.com, p. 040 832 7795

28.5.24 Niittylahti-Suhmura, lisätiedot: Hannu Melin,
hannu.melin@gmail.com, p. 040 773 5767

Rakastu retkeilyyn -kurssi

15.5.2024 klo 17–20 ISLO

Haluaisitko aloittaa tulevana kesänä retkeilyn? Oletko jo käynyt päiväretkellä, mutta haluaisit tietää kuinka yöpyä maastossa? Nyt on oiva tilaisuus päästä tutustumaan retkeilyn saloihin matalalla kynnyksellä, yhdessä muiden innokkaiden kanssa! Rakastu retkeilyyn -varusteilttaa vietämme keskiviikkona 15.5. Itä-Suomen liikuntaopiston tiloissa (ISLO, Länsikatu 15). Käymme läpi retkeilyn perusteita: retken suunnittelu, turvallisuus, varusteet, yöpyminen ja ruokailu maastossa sekä muut esille tulevat seikat.





Hinta on 10 € Joensuun Ladun jäseniltä, ei-jäseniltä 20 €. **Ilmoittautuminen 6.5. mennessä** Joensuun Ladun nettisivuille avattavan lomakkeen kautta. Kurssi toteutuu, jos osallistujia on vähintään viisi. Ryhmään otetaan enintään 12 henkilöä. Kouluttajina Pilvi Tapio ja Minna Päivinen.

Lisätiedot: Pilvi Tapio, pilvi.tapio@hotmail.com, p. 044 982 9654, Minna Päivinen, minnapaivinen78@gmail.com, p. 040 704 5535

Jos haluat päästä harjoittelemaan oppimiasi retkeilytaitoja käytännössä sekä yöpymään maastossa, lähde mukaan **8.–9.6. Pirhun kierrolle**. Huomioi erillinen ilmoittautuminen retkelle.

Kirkkovenesoudut alkavat 15.5.

ke klo 18 HASANNIEMI

Future Clubin viikoittaisissa soutuharjoituksissa soudetaan kirkkoveneellä joka keskiviikko Pielisjoella tai Pyhäselällä. Harjoitukset ovat maksuttomia ja kaikille avoimia. Osoite: Länsiviitta, Hasanniemi. Säävara.



Lisätiedot: Asko Timoskainen, p. 0400 576 303

Suomun kierto

18.5.2024 klo 8 PATVINSUON KANSALLISPUISTO

Future Clubin perinteinen kevään patikkaretki (16 km) Lieksan Suomujärvelle, Patvinsuon kansallispuistoon on kaikille avoin. Bussikuljetus, sauna, retken hinta 35 €. Lähtö Kirkkokadun matkailupysäkiltä, taidemuseon edestä klo 8.00.



Lisätiedot ja ilmoittautuminen 10.5. mennessä: info@future-club.fi tai [Asko Timoskainen](#)
p. 0400 576 303

Polkujuoksun ohjaajakoulutus

25.5.2024 klo 10–17 KONTIOLAHTI

Koulutus sisältää verkkokurssin ennen lähipäivää sekä lähipäivän Kontiolahden ampumahiihtokeskuksessa (Napak ympintie 24). Kurssi maksetaan heti ilmoittautumisen yhteydessä joko verkkopankissa tai luottokortilla. Koulutus maksaa 120 € Suomen Ladun jäsenille ja 150 € ei-jäsenille. Joensuun Ladun jäsenenä voit käyttää ohjaajakoulutukseen ilmaispai-
kan, jos ohjaat tai alat ohjata kurssin käytyäsi Joensuun Ladussa.



**Ilmaispai-
kan käytöstä pitää sopia ottamalla yhteyttä**
[Sointu Hyttiseen](mailto:sointu.hyttinen@gmail.com), sointu.hyttinen@gmail.com, p. 050 368 1961. Sopimus tulee tehdä ennen kurssille ilmoittautumista.



Patikointia Karelianpoluilla

26.5.2024 klo 9 KITEE

Kuusikoita, harjuja, vesimaisemia, luontokohteita. Polku sisältää nousuja ja las-
kuja, ja se luokitellaan sen tähden keskivaativaksi. Patikointi ensin 7 km polulla,
josta poiketaan luontopolulle. Lähtö kimppakyydeillä Joensuun Urheilutalolta
Siltakadun puoleiselta parkkipaikalta klo 9. Omat eväät.



Kyytijärjestelyjen takia **ilmoittautuminen ja lisätiedot 20.5. mennessä:** Liisa Oura,
liisa.oura@gmail.com, p. 040 829 4239 (mieluiten sähköpostilla tai WhatsAppilla)



Kesäkuun tapahtumia

Iltapyöräilyt

4.6.24 Jokiranta–Ottola, lisätiedot: [Sinikka Saavalainen](#),
sinsaavalainen@gmail.com, p. 050 343 7735

11.6.24 Paihola, lisätiedot: [Arja Manninen](#), arja.anita@hotmail.com,
p. 040 730 7524 (Huom. Kesäkahvila Kakkulaiturilla käy maksuvälineenä vain kortti.)



Pirhun kierto -vaellus

8.–9.6.2024 ILOMANTSI

Lähtö lauantaiamuna 8.6. klo 8.00 kimpapyörydeillä Joensuun Urheilutalolta Siltakadun puoleiselta parkkipaikalta Polvikoskelle Ilomantsiin (noin 120 km, 1 h 30 min). Paikan päällä jakaudumme kahteen ryhmään, reippaammin ja rauhallisemmin käveleviin; vetäjinä Tuula Turunen, Pilvi Tapio, Hannu Melin ja Minna Päivinen.

Kävelemme Verkkoputaalle, joka on suunnilleen retken puolivälissä ja jossa yövyimme telttamajoituksessa. Paikassa on myös autiokämpä, nuotiopaikka ja kuivakäymälä. Verkkoputaalla käymme käytännössä läpi Rakastu Retkeilyyn -kurssin asioita, kuten majoitusta, retkiruuan valmistusta, välineistöä ym. retkeilyyn liittyviä asioita.

Sunnuntaina kävelemme Polvikoskelle Koivusuon läpi, joka on upea luonnonsuojelualue. Sunnuntaina käydään myös Virmajärvellä, Suomen ja Euroopan mantereiden itäisimmällä pisteellä.

Vaativuustaso: helppo, reitin pituus noin 19 km

Sitova ilmoittautuminen 20.5. mennessä: [Tuula Turunen](#), thturunen@gmail.com,
p. 050 372 6242. Ilmoita myös, voitko tarjota kimpapyödyin.

Lisätietoa 13.1. klo 13.00 Lykynlammella Joensuun Ladun retki-infossa, ilmoittautuneille oma infotilaisuus 27.5.

Lapsiperheiden Nuku yö ulkona -tapahtuma

8.–9.6.2024 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. Ennakkoilmoittautuminen toukokuussa. Seuraa tiedotusta Joensuun Ladun nettisivuilla. Mukaan mahtuu 30 henkilöä.



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

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



Pelastakaa Lapset - Rädda Barnen
Save the Children



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.

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

Joensuun Ladun jäsenet ovat tervetulleita Joensuun Kauhojen melontaretkille. Niistä tiedotetaan netissä ja uutiskirjeissä myöhemmin.



Ukonhattujen kesäyö - päiväretki keskellä yötä

KESÄ-HEINÄKUU 2024, TOHMAJÄRVI

Teemme yöretken Tohmajärven Piilovaaraan keskikesällä, juhannuksen jälkeen. Kuuntelemme lintujen yölaulua ja ihailamme meitä pidempiä, kukassa huojuvia, Suomessa harvinaisia ukonhattuja. Retki toteutetaan kimppekyydein Joensuusta, lähdemme liikkeelle ilta-myöhään ja palaamme ennen aamunkoittoa. Päivämäärä tarkentuu alkukesästä. Retkelle on ennakoilmoittautuminen, osallistujamäärä on rajoitettu. Seuraa ilmoittelua verkkosivulamme.

Lisätiedot: [Tanja Perkkiö](mailto:tanja.perkkio@gmail.com), tanja.perkkio@gmail.com

Tulossa syksyllä

Järjestämme syksyllä ainakin yhden Lapin vaelluksen, kaksi, jos molemmille löytyy riittävästi kiinnostusta. Tule Lykynlammelle 13.1. klo 13 kuuntelemaan retkeily- ja vaellusinfoa, niin saat lisätietoa vaelluksista:

17.–24.8.24 Kevon kanjonin kurkkaus – Kuivin kierros

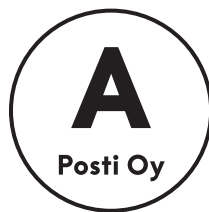
Kuivin kierros on noin 90 km pitkä vaativa ympyrälenkki Kevon luonnonpuistossa.

7.–14.9.24 Korvatunturin ruskavaellus

Keskivaativa noin 70 km pitkä vaellus Savukosken Tulppiosta osittain UKK-reittiä Nuorttiin ja Korvatunturin maastoon. Kokenut retken vetäjä Alpo Juvonen on paikalla Lykynlammen infotilaisuudessa.

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





Posti Green

Joensuun Latu ry:n kevätkokous

Joensuun Ladun sääntömääräinen kevätkokous pidetään
10.4.2024 klo 18 alkaen Itä-Suomen Liikuntaopistolla
(ISLO, Länsikatu 15, Joensuu). Kokouksessa käsitellään mm.
vuoden 2023 toimintakertomus ja tilinpäätös vuodelta 2023.
Kokousmateriaalit julkaistaan Joensuun Ladun nettisivuilla
ennen kokousta.

Kokouksen päätteeksi Tarmo Sotikov Joensuun
Kameraseurasta antaa valokuvausvinkkejä.

Kahvitarjoilu. Tervetuloa!

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



joensuunlatu.sporttisaitti.com