

Jäsenlehti 1 / 2019



JOENSUUN LATU

<https://joensuunlatu.sporttisaitti.com/>

Sisällysluettelo

Puheenjohtajan terveiset.....	3
Johtokunta 2019 esittäytyy	4
Sydämellinen yhteistyö jatkuu.....	6
Lisää ohjaajia	7
Talvikausi käynnistyy vuodenvaihteessa.....	8
Tammikuun tapahtumia.....	11
Helmikuun tapahtumia.....	13
Toimintakalenteri 1 / 2019.....	16
Maaliskuun tapahtumia.....	18
Huhtikuun tapahtumia.....	20
Toukokuun tapahtumia.....	21
Kesäkuun tapahtumia.....	26
Liity jäseneksi	28
Ensiapukoulutusta.....	28
Kuhamaja jäsenten käytössä	28
Retkeilyvarusteet.....	29
Kutsu Joensuun Latu ry:n kevätkokoukseen.....	31



Puheenjohtajan terveiset

Ensimmäinen työntäyteinen vuoteni Joensuun Ladun puheenjohtajana on nyt takana. Monessa olen saanut olla mukana ja se on myös työllistänyt vapaa-aikaani runsaasti, mutta samalla olen saanut myös paljon: uusia ystäviä, ulkoilu- ja liikuntakokemuksia, retkiä lähelle ja kauemmas. Kaiken kaikkiaan tämä latuharrastus on pitänyt minut liikkeessä, ja niinhän sitä sanotaan, että vierivä kivi ei sammaloidu.

Terveellinen ulkoilu ja liikuntaharrastus lisääntyvät Suomessa koko ajan, ja Joensuun Latu pyrkii osaltaan olemaan mukana kehittämässä Joensuun seudun ulkoilu-, retkeily- ja liikuntamahdollisuuksia, ja siihen on antanut meidän katto-organisaatiomme, Suomen Latu, hyviä eväitä.

Viime vuonna Joensuun Latu oli mukana Suomen Ladun tapahtumakiertueissa, kuten hiihtokiertue, Vartin vinkit –hiihtokoulu ja #UlkonaKuinLumiukko -kiertue, jossa Ystävyyspuisto muuttui lumiukkokuistoksi. Myös tulevana vuotena muutama Suomen Ladun kiertue rantautuu Joensuuhun, ja mielellään toivotamme ihmisiä mukaan näihin tapahtumiin hakemaan terveyttä ulkoilusta, liikunnasta ja mukavasta yhdessäolosta.



Meitä on Joensuussa jo yli 2000 jäsentä ja jäsenmäärä kasvaa tasaisesti. Tarvitsemme toimintamme ylläpitämiseen myöskin paljon vapaaehtoisia toimijoita erilaisiin tapahtumajärjestelyihin, joten tervetuloa mukaan kehittämään ja toteuttamaan tai vaikka vaan nauttimaan Joensuun Ladun monipuolisesta ulkoilu-, retkeily- ja liikuntatoiminnasta.

Hannu Melin, puheenjohtaja

Johtokunta 2019 esittäytyy

Hannu Melin, puheenjohtaja

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

Hannu on ollut Ladun puheenjohtajana nyt vuoden ajan, liikkuu mielellään suksilla ja polkupyörällä. Myöskin vaelluskengät ja lenkkitosut löytyvät useasti jaloista.



Kari Kettunen

p. 050 554 5133, kj.kettunen@gmail.com

Kari on toiminut Joensuun Ladun varaston avaimenhaltijana ja Lykynlammen kahvion yleismiehenä, uusi mies johtokunnassa. Hän hiihtää, laskee, matkaluistelee, lumikenkäilee, pyöräilee, geokätköilee ja golfaa.



Merja Mustonen

p. 050 337 8460, merja.mustonen@joensuu.fi

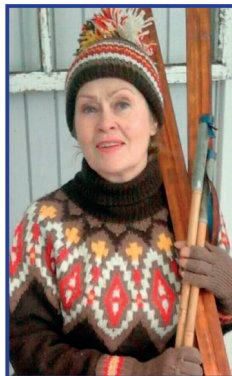
Merja on hoitanut sihteerin ja tiedottajan hommia Joensuun Ladussa muutaman vuoden ajan. Joutavina hetkinään hän mm. pyöräilee, hiihtää ja päiväretkeilee, välttelee moottoreilla liikkumista ja löytää luonnosta helposti ihmeteltävää.



Tuula Turunen

p. 050 372 6242, thturunen@gmail.com

Tuula harrastaa pitkiä ja lyhyitä vaelluksia kesällä ja talvella, murtomaahiihtoa, melontaa, maastopyöräilyä ja on Vesikon vakioasiakas. Sienestys ja marjastus Patvinsuon kansallispuistossa ja lähiympäristössä on hänen mielestään parasta terveysliikuntaa. Koulutukseltaan Tuula on mm. luonto- ja eräopas, on hoitanut Patvinsuon kansallispuiston palveluja vuodesta 2013, tällä hetkellä veljensä Pekan auttavana kätenä.



Eija Sollo

p. 0500 950 996, eija.sollo@pp.inet.fi

Eija kiinnostui lasten hiihdon ohjauksesta, liittyi Joensuun Latuun vuonna 1982 ja on siitä lähtien pysynyt laduilla, poluilla ja pyörän päällä.



Jukka Nieminen

p. 0400 682 071, j.niemi@hotmail.com

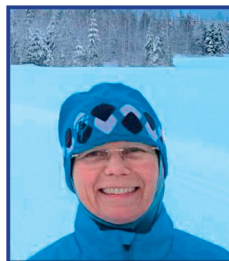
Jukka eläkeläinen kävelee, pyöräilee, soutelee ja moottorikelkkailee. Jos aikaa jää, hän harrastaa vanhoja koneita.



Marjatta Partanen

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

Marjatta on ollut Joensuun Ladun jäsen yli 20 vuotta ja sinä aikana mukana monissa mukavissa jutuissa. Nykyisin hänen vastuutehtävänsä on rekrytoida Lykynlammen kahvion talkoolaiset. Hän pyöräilee, hiihtelee, laskettelee, päiväretkeilee, mökkeilee, marjastaa ja nauttii kaikenlaisesta ulkona olost.



Liisa Oura, varajäsen

p. 040 829 4239, liisa.oura@gmail.com

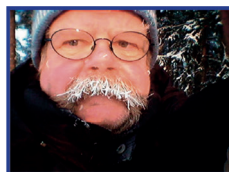
Liisa pitää retkeilystä ja vaelluksista patikoiden, reppua tai rinkkaa kanniskellen, hiihtäen, lumikenkäillen, retkiluistimillakin jos talvi sen sallii sekä poluilla juoksennellen ja vesillä me-loen. Kaikkia näitä puuhia myös pienissä porukoissa muiden latulaisten kanssa. Haluaa oppia lisää linnuista, sammalista, sienistä ja jäkälistä. Retkivuoden huippu on parin viikon ahkiovaellus avotunturissa.



Jorma Pitkänen, varajäsen

p. 050 365 0549, jjp@pp.inet.fi

Jorma on palannut monen vuoden jälkeen johdokunnan varajäseneksi. Jorma kävelee, pyöräilee, hiihtää, päiväretkeilee, geokätköilee, frisbeegolfaa ja lukee.



Sydämellinen yhteistyö jatkuu



Suomen Latu ja Suomen Sydänliitto jatkavat yhteistyötä myös vuonna 2019. Paikallistasonalla Joensuun Ladun yhteistyökumppanina on Pohjois-Karjalan Sydänpiiri yhdistyksineen. **Laura Naumanen** on Sydänpiirin uusi toiminnanjohtaja.

Millaisissa merkeissä yhteistyö jatkuu vuonna 2019?

Joensuun Ladulle luonnossa liikkuminen on keskeistä. Ladun teema ”Hyvä olo ulkoilusta – se lisää onnellisuutta, terveyttä ja hyvinvointia” sopii kaikille, tavattoman hyvin myös sydänyhdistysten jäsenille. Ladulla on laaja kokemus luonnossa tapahtuvasta liikunnasta, paljon liikunta-aktiiveja ja runsaasti tapahtumia. Toki yhteistyötä on tehty vuosikymmenet mm. Sydän- ja polkuretkien muodossa, ja nyt yhteisiä tapahtumia lisätään.

Niitä ovat

- Joensuun Ladun valokuva- ja teemailta 18.3., jossa on sekä sydänterveysteen että mielekkääseen luontoliikuntaan porautuvat alustukset

- Sydänviikolla 10.5. Linnunlahdella järjestettävä Unelmien liikuntapäivä, joka tarjoaa virkistystä keholle ja mielelle

- Satumetsä 8.9. Lykynlammella, jossa on monipuolisia tehtävärasteja lapsille ja opastusta retkeilyn kiehtovaan maailmaan

- Perinteinen Sydän- ja polkuretki maailman sydänpäivänä 29.9., jolloin osallistujat viedään johonkin mielenkiintoiseen paikkaan. Retkeilyn kynnyks pidetään nyt niin matalana, että toivomme saavamme mukaan myös liki liikumattomat.

Millainen liikkuja itse olet, Laura?

Omasta mielestäni aika ahkera. Hyötyliikun eli kuljen työmatkat pyörällä. Kun on aikaa, juoksen mielelläni polkuja pitkin, hiihdän niin laduilla kuin umpihangessakin ja vuoden kohohtana ovat jo kauan olleet pitkät syysvaellukset napapiirin pohjoispuolisissa suurissa kansallispuistoissa.

Lisää ohjaajia

Yhdistyksemme toiminta pyörii vapaaehtoisien varassa. Suurkiitos kaikille aktiiveille siitä monimuotoisesta toiminnasta, jota olemme pystyneet tarjoamaan! Kaipaamme moniin toimiin mukaan aina myös uusia henkilöitä.

Ohjaajia ja apuohjaajia tarvitaan aina esim. lapsille järjestettävään toimintaan, lumikenkäily- tai hiihtoretkiin ja vaelluksiin, retki- ja matkaluisteluun tai yleisötapahtumiin kuten



Soihtuhiihtoon ja Pyhäselän jäähiihtoon jne. Kevään tullessa polkujuoksuihin ja melontaan olisi hyvä saada vahvistusta. Hommat voivat olla kertaluonteisia keikkoja tai pidempiaikaisia vastuutehtäviä.

Lykynlammen kahvio, Kuhamaja ja retkeilyvarusteiden luovutus toivottavat tervetulleiksi myös uudet vapaaehtoiset. Vapaaehtoisena toimiminen näissä puuhissa on hyödyllistä ja hauskaa, vaikkei siitä rahallista etua saakaan. Koulutusta ja opastusta saa ja mm. Suomen Ladulla on ohjaajakursseja, joihin osallistumisen kustannamme, kunhan sitoutuu toimimaan Ladun ohjaajana.

Lisätietoja löydät Suomen Ladun nettisivuilta: <https://www.suomenlatu.fi/ulkoile/koulutukset.html>

Liisa Oura

Ajantasainen tieto netistä ja sähköpostiviesteistä

Retkikuvaukset ja muut tarkemmat tiedot tämän lehden tapahtumista on koottu Joensuun Ladun nettisivuille: joensuunlatu.sporttisaitti.com

Osa tapahtumista toteutetaan nopealla aikataululla eivätkä ne välttämättä näy lainkaan jäsenlehdessä. Muutoksia voi tulla myös esimerkiksi poikkeuksellisen lumitilanteen takia. Ajantasaisin tieto äkkilähdöistä, peruutuksista ym. kannattaa tarkistaa netistä.

Tulevista tapahtumista tiedotetaan myös kuukausittain sähköpostiin lähetettävillä uutiskirjeillä. Jos et vielä saa uutiskirjettä, ilmoita sähköpostiosoitteesi Merja Mustoselle, merja.mustonen@joensuu.fi. Muista ilmoittaa myös, jos sähköpostiosoitteesi muuttuu.

Talvikausi käynnistyy vuodenvaihteessa

Retkiluistelu

Retkiluistelu otetaan Ladun ohjelmaan jäätilanteen salliessa. Luistelu-reissuista ilmoitellaan Ladun netti- ja Facebook-sivuilla ja luistelijoiden sähköpostilistalla ja olosuhteiden suosiessa tehdään äkkilähtöjä.

Yhteyshenkilönä retkiluisteluasioissa on Eero Oura, eero.oura@gmail.com, p. 045 260 8551



Lykynlammen kahviopalvelut käytössä viikonloppuisin

Lykynlammen ulkoilukeskuksen kahvio avautuu lauantaina 29.12.2018 klo 11. Kahvio on auki lauantaisin ja sunnuntaisin klo 11 - 16 sunnuntaihin 10.3.2019 saakka. Kahvio palvelee myös Joensuun alueen hiihtoloma-viikolla, 4. - 8.3, päivittäin klo 11 - 16 sekä Soihdunhiihdon iltana 9.2. klo 20:een asti. Pakkasrajaa ei ole.

Kahvion tuotteet ovat edelleen perinteisiä: kahvia, mehua ja tietysti munkkeja (joskus myös pullaa), täytettyjä sämpylöitä, hedelmiä ja makeisia.

Kahviossa voi syödä myös omia eväitä ja paistaa makkaraa takassa (makkaraa myytävänä kahviossa).

Tule talkoolaiseksi kahvioon!

Kahvioon tarvitaan 3 - 5 talkoolaisia jokaisena aukiolopäivänä. Talkoolaisten tehtävänä on asiakaspalvelu, myynti, kahvinkeitto, astioiden pesu ja pöytien siistiminen. Tehtäviin saat perehdytyksen. Halutessasi saat myös leipoa munkkeja ja pullaa.

Tue terveystoimintaa ja ilmoittaudu rohkeasti mukaan talkoisiin: marjatta.partanen@gmail.com tai p. 050 341 7940 mieluummin sähköpostilla.

Voit ilmoittautua myös Ladun nettisivuilla olevan lomakkeen kautta <http://joensuunlatu.sporttisaitti.com/kalenteri/ilmoittautuminen-vapaaehtoistyoh/>

Kun on monta osallistujaa, kenellekään ei kerry mahdollisuuksia urakkaa. Erityistaitoja ei talkoolaisilta vaadita, vain reipas ja auttavainen mieli



riittää. Auton puute ei ole esteenä, sillä kimp-pakyydeistä sovitaan talkoolaisten kesken ja bussillakin pääsee.

Jos sovittuihin työvuoroihin tulee muutoksia, ilmoita niistä ajoissa Marjatalle ja hanki mielellään itsellesi sijainen.

Sauna kruunaa hiihtopäivän

Joensuun kaupungin liikuntapalvelut tarjoaa mahdollisuuden saunaan Lykynlammen rinnesaunassa ilmaiseksi lauantaisin 29.12.2018 - 9.3.2019 klo 12 - 16. Suihkutilat, WC ja pukuhuoneet kahviorakennuksen alakerrassa ovat käytettävissä päivittäin klo 8 - 21.

Talviseurantaa Lykyllä

Suomen Latu lähti mukaan Suomen ympäristökeskus SYKE:n ja Luonto-Liiton Talviseuranta-kampanjaan.

Syyskokouksessa talkoitiin luontokeskus Haltian pihamaalla satakunta lumimittaria. Yksi näistä mittareista on nyt meillä ja se toimitetaan Lykynlammen majalle.

Talviseurannassa havainnoidaan talven etene mistä tarkkailemalla lumen muutoksia. Havainnot toimitetaan SYKE:n ja Luonnon-tieteellisen keskusmuseon tietokantoihin.



Voitelupalvelu ja voitelutilat

Lykynlammella toimii viikonloppuisin suk sien voitelupalvelu. Future Clubin aktiivihiihtäjät voitelevat ja työn lomassa opastavat sekä antavat voiteluvinkkejä.

Voitelupiste on auki lauantaisin ja sunnuntai sin 29.12.2018 - 24.2.2019 klo 11 - 15. Silloin kun Future Clubilla ei ole voitelupalvelua, voitelutilat ovat hiihtäjien käytettävissä kahvion aukioloaikoina.

Hinnat:

- perinteinen voitelu (pito + luisto) 16 €
- luistelusuksien luistovoitelu 12 €
- uuden suksiparin pohjustus ja kelivoitelu 25 €
- pitovoiteen lisäys 5 €



Lisätiedot: Toivo Turunen,
toivo.turunen@gmail.com,
p. 0400 375 070

Kysy Lykynlammen vuokrauksesta ym. palveluista Joensuun kaupungilta, p. 013 267 5222
<http://www.joensuu.fi/lykynlampi>

Liikunta- ja retkeilyvälineiden kirppari Lykynlammella 29.12.

Ulkoilu-, retkeily- ja liikuntavälineiden kirpputori Lykynlammella kahvion avajaisten yhteydessä lauantaina klo 11 - 15. Tavaroiden tuonti ja hinnoittelu klo 10 alkaen Lykynlammen kahviossa.

Lisätiedot:

Hannu Melin, hannu.melin@gmail.com,
p. 040 773 5767 ja **Jukka Nieminen**,
j.niemi@hotmail.com, p. 0400 682 071



Karvapohjasuksien testaus 29.12.

Peltosen karvapohjasuksia testattavana Lykynlammella. Jos lumitilanne on huono, siirretään lauantaille 12.1.

Tammikuun tapahtumia

Uuden vuoden avaus Kuoringalla hiihtäen tai luistellen 1.1.

Kuoringan ympäri hiihtäen tai jäätilanteen salliessa luistellen. Lähtö Kuopiontien levikkeeltä klo 10, matka on n. 15 km, eteläpäässä taukopaikka.

Säänmukainen tuulenpitävä vaatetus, juotavaa, evästä, lumen määrästä riippuen metsäsuksukset tai latusukset. Luistimina käyvät

hokkaritkin, mutta Ladulta voi vuokrata retkiluistimia (monokiinnitys) 5 €/ päivä; luistellen liikuttaessa kaulaan jäänaskalit.

Lisätiedot:

Eero Oura, eero.oura@gmail.com

Aikuisten hiihtokoulu Lykynlammella 12.1.

Future Clubin hiihtokoulussa klo 10 - 16 opiskellaan perinteisen ja luisteluhiihdon teoriaa ja käytäntöä, tekniikkaa ja suksihuoltoa. Hinta 35 €, sisältää kahvit. Vähintään 12 osallistujaa.

Lisätiedot ja ilmoittautuminen

10.1. mennessä: Toivo Turunen,
toivo.turunen@gmail.com, p. 0400 375 070



Umpihankihiihto Pärnävaaralla 12.1.

Kokoontuminen klo 10 Pärnävaaran kahvion edessä, parin kolmen tunnin hiihtoretki valmiiden latujen ulkopuolella. Sopii sekä aloittelijoille että kokeneemmille umpihankihiihtäjille. Säänmukainen vaatetus, juotavaa, pientä evästä, taukovaate sekä mielellään metsäsuk-

set; normaalisuksillakin pärjää. Vetäjällä mukana Joensuun Ladun metsäsuksia.

Lisätiedot:

Eero Oura, eero.oura@gmail.com

Muumien hiihtokoulun ohjaajakurssi Lykynlammella 19.1.

Ilmoittautuminen Suomen Ladun nettisivujen kautta osoitteessa: https://www.lyyti.fi/reg/muumienhiihtokoulunohjaaja_joensuu2019

Paikkoja on rajattu määrä.

Ilmoittautuminen päättyy 29.12.



Kansallispuistoilta Kontiolahdella 24.1.

Ammattiluontokuvaaja ja toimittaja Tea Karvisen esitys Suomen kansallispuistoista sanoin ja kuvin klo 18 Kontiolahden koulukeskuksen Ohto-auditoriossa. Vapaa pääsy. Järj. Kontiolahden kulttuuripalvelut yhteistyössä Kontiolahden kirjaston / Joensuun seutu-

kirjaston, Kontiolahden Luonnonystävien ja Joensuun Ladun kanssa.

Lisätiedot:

Merja Mustonen, p. 050 337 8460
merja.mustonen@joensuu.fi

Suomen Ladun hiihtokiertue Lykynlammella 26.1.

Suomen Ladun toteuttama hiihtokiertue, jossa opastusta sekä perinteisen että luisteluhiihdon tekniikkaan ja välineisiin, voiteluinfo sekä mahdollisuus testata Fischerin karvapohjasuksia. **Lisätiedot: Hannu Melin, hannu.melin@gmail.com, p. 040 773 5767 ja Toivo Turunen, toivo.turunen@gmail.com, p. 0400 375 070**

Valokuvailta 28.1.

klo 18 - 20 Carelicumin auditorio, Torikatu 21 C

Kylmää ja kuumaa

Sanni Rannikko: Naisten retkikunta Grönlannissa

Eero Oura: Kansainvälinen retkikunta Bayudan aavikolla Saharan reunamilla

Lisätiedot: Eero Oura, eero.oura@gmail.com

Helmikuun tapahtumia

#UlkonaKuinLumiukko 2.2. - 10.3.

Tehdään yhdessä lumiukkoja Lykynlammella! Seuraa tiedotusta Joensuun Ladun nettisivuilla!

Vasta-alkajien umpihankihiihtoretki Lykynlammella 2.2.

Kokoontuminen klo 10 Lykynlammen majan edessä, tutustuminen metsäsuksiin, jonka jälkeen parin tunnin hiihtoretki helppokulkuisessa maastossa, valmiiden latujen ulkopuolella. Sopii sekä aloittelijoille että kokeneemmille umpihankihiihtäjille. Säänmukainen vaatetus, juotavaa, pientä evästä, taukovaate sekä miellellään metsäsuksut; normaalisuksillakin pärjää.

Ilmoittautuminen 30.1. mennessä:

Maria Siltakorpi, p. 045 631 9882

Ilmoita samalla, jos haluat käyttöösi metsäsuksut (5 €) Joensuun Ladulta.



Muumien hiihtokoulu Lykynlammella 2. - 3.2. ja 9. - 10.2.

• **Muumiperheen hiihtokoulu** 2 - 4-vuotiaille lapsille. Hiihdon perustaitoja opetellaan tasaisessa maastossa leikkien ja tehtävälätkien avulla. Ryhmään mahtuu 18 lasta oman suksilla olevan aikuisen kanssa. Hinta: Ei-jäsen 15 €, jäsenhintaa 10 € / lapsi

• **Muumipeikkojen ryhmä** 5 - 6-vuotiaille lapsille, jotka opettelevat hiihdon perustaitoja, kuten vuorohiihto, kääntyminen, kaatuminen, mäen nousu ja lasku. Ryhmään mahtuu 15 lasta. Hinta: Ei-jäsen 30 €, jäsenhintaa 20 € / lapsi.

Vanhemmat ovat tervetulleita apuohjaajiksi. Lasten hiihtomaassa ja latualueilla liikutaan vain suksit jalassa. Hiihdon jälkeen meuhutarjoilu hiihtomajan vanhalla puolella, makkarapaistomahdollisuus, kahviopalvelut klo 11 - 16. Pakkasraja -15°C.

Verkkoilmoittautuminen ryhmiin alkaa ma 21.1. klo 9.00 ja päättyy 25.1. tai, kun ryhmien osallistujamäärät ovat täynnä. Osallistu-

mismaksu maksetaan käteisellä ensimmäisellä kokoontumiskerralla. Ota Joensuun Ladun jäsenkortti mukaan.

Lisätiedot: Taina Kuivalainen, taina.kuivalainen@gmail.com



Lumikenkäilyä Paiholassa 3.2.

Parin tunnin lumikenkäilyretki vaihtelevassa maastossa. Kokoontuminen Paiholassa klo 11.00 Sairaalantie 4 parkkipaikalla. Joensuun Latu vuokraa lumikenkiä ja sauvoja. Säänmukainen pukeutuminen ja juomaa mukaan.

Lumen puuttuessa retki tehdään sauvakävelen.

Lisätiedot:
Arja Manninen, arja.anita@hotmail.com

Snowshoeing in Lykynlampi 9.2. (in english)

For more details and signing up by 6.2. to Maria Siltakorpi, 045 6319882

Soihtuhihto 9.2.

Tunnelmallinen perhehihtotapahtuma soihduttajien valaisemassa metsässä, Lykynlammen laduilla klo 17 - 20. Helppo, soihtuilla valaistu maasto, matkat 0,3 - 4 km.

Reitit soveltuvat myös perheen pienimmille ja itse Muumipeikko on mukana hiihtämässä. Lykynlammen kahvio avoinna koko päivän klo 20:een saakka. Rinnesauna lämpimänä klo 12 - 20.



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

Talvikalastuspäivä Rääkkylässä 9.2.

Päivän aikana tutustutaan perinteisiin suomalaisiin talvikalastusmuotoihin, koetaan iskukoukkuja, talviverkkoja ja -katiskoita, käydään hauki- ja ahvenpilkillä sekä hämärän saapuessa madepilkillä.

Tapaaminen klo 10 Rääkkylän kirkon parkkipaikalla, josta opastus Pötsönlahteen. Rannalla tukikohtana laavu ja kota, jonne pääsee läm-

mittelemään. Retken hinta 20 € / hlö sisältää tervetuliaiskahvin/teen, päivälliseksi kalakeittoa itse pyydystetyistä kaloista sekä iltanuotiolla n. klo 21 makkarat juomineen.

Lisätiedot ja ilmoittautuminen 28.1. mennessä: Juha Karttunen, p. 050 414 9382, juha_karttunen@hotmail.com

Lumikenkäretki Hiidenvaaralle 16.2.

Lähtö kimpakyydeillä kaupunginkirjaston edessä klo 9 Hiidenvaaralle, jossa noin kolmen tunnin retki. Talviseen liikuntaan sopiva varustus, taukovaatetta, omat eväät ja lämmintä juotavaa mukaan. Jos omia lumikenkiä ja sauvoja ei ole, ne voi vuokrata Joensuun Ladulta. Vetäjinä Liisa Oura ja Tuula Turunen.

**Ilmoittautuminen 13.2. mennessä:
Liisa Oura, liisa.oura@gmail.com,
p. 040 829 4239**



Toimintakalenteri 1/2019

Vuodenvaihteen toimintaa			sivu
29.12. – 10.3.	la, su	Lykynlammen kahvio auki klo 11 - 16	9
29.12. – 24.2.	la, su	Future Clubin voitelupalvelu Lykynlammella klo 11 - 15	10
29.12.	la	Liikunta- ja retkeilyvälineiden kirppari Lykynlammella	11
29.12.	la	Karvaphojasuksien testaus	11
Tammikuu			
1.1.	ti	Uuden vuoden avaus Kuoringalla hiihtäen tai luistellen	11
12.1.	la	Aikuisten hiihtokoulu Lykynlammella	12
12.1.	la	Umpihankiihto Pärnävaaralla	12
19.1.	la	Muumien hiihtokoulun ohjaajakurssi Lykynlammella	12
24.1.	to	Kansallispuistoilta Kontiolahdella	12
26.1.	la	Suomen Ladun hiihtokiertue Lykynlammella	13
28.1.	ma	Valokuvailta	13
Helmikuu			
2.2. – 10.3.		#UlkonaKuinLumiukko	13
2.2.	la	Vasta-alkajien umpihankiihtoretkeily Lykynlammella	13
2. – 3.2., 9. – 10.2.	ti	Muumien hiihtokoulu Lykynlammella	14
3.2.	su	Lumikenkäilyä Paiholassa	14
9.2.	la	Soihtuhiihto	15
9.2.	la	Snowshoeing in Lykynlampi (in English)	14
9.2.	la	Talvikalastuspäivä Rääkkylässä	15
16.2.	la	Lumikenkäretkeily Hiidenvaaralle	15
23.2.	la	Matkaluistelu Oravissa	18
25.2.	ma	Valokuvailta	18
Maaliskuu			
2.3.	la	Otsalamppuhiihto Pyhäsaareen	18
3.3.	su	Pyhäselän jäähiihto	19
8. – 9.3.	pe-la	Ahmanhiihto	19
11.3. – 6.5.		65+ -ryhmä	19
18.3.	ma	Valokuvailta	20
21.3.	to	Joensuun Latu ry:n kevätkokous Botaniassa	31
Huhtikuu			
30.3. – 6.4.	la - la	Savo-Karjalan latualueen yhteinen hiihtoviikko Lappiin	20
29.4.	ma	Valokuvailta	21

Toimintakalenteri 1/2019

Toukokuu			sivu
1.5.	ke	Kilometrikisa alkaa	21
		Polkujuoksu tutuksi - yhteislenkkejä jatketaan	21
7.5., 14.5., 21.5.	ti	Melontakurssi	22
8.5.	ke	Maastopyöräilyn alkeet	22
10.5.	pe	Liikettä aivoille ja keholle - unelmien liikuntapäivä	23
10.5.	pe	Perhe- ja ystäväporukkakätköily - unelmien liikuntapäivä	23
11.5.	la	Retkeily tutuksi	24
14.5.	ti	Iltapyöräily: Jaamankangas - Jokirannantie	24
15.5.	ke	Kirkkovenesoudut alkavat	25
18.5.	la	Suomun kierto	25
19.5.	su	Jaaman kierros pyöräillen	25
21.5.	ti	Iltapyöräily: Särkivaara	24
25.5.	la	Retki Tuusniemen Seinävuoren rotkolle	26
28.5.	ti	Iltapyöräily: Karhunmäki - Mulonsalo	24
vk 22		Jäsenlehti 2/2019 ilmestyy	
30.5. – 2.6.	to - su	Vaellus Susitaipaleella	26
Kesäkuu			
4.6.	ti	Iltapyöräily: Paihola	26
8.6.	la	Avoimet kylät -päivän kyläpyöräily	27
11.6.	ti	Iltapyöräily: Vaivio	26
14. – 16.6.	pe - su	Vähän meloneiden retki Kolovedelle	27
15.6.	la	Pyhäselän ympäripyöräily	27
18.6.	ti	Iltapyöräily: Kuorinka	26

Toimintakalenterin muutokset ja täydennykset ovat mahdollisia.

Tarkista tuoreimmat tiedot Joensuun Ladun verkkosivuilta: joensuunlatu.sporttisaitti.com

Moniin retkiin pyydetään järjestelyjen helpottamiseksi **ennakkoilmoittautumista**.

Reissujen vetäjät ovat liikkuvaa väkeä eikä puhelimeen vastaaminen ole aina mahdollista, joten ilmoittautumiset otetaan mieluiten vastaan sähköpostilla tai tekstiviestillä. Useimpiin tapahtumiin voi ilmoittautua myös nettisivuilla retkikuvausten yhteydessä olevilla lomakkeilla.

Matkaluistelu Oravissa 23.2.

Matkaluistelu Suomen pisimmällä jäärädalla Oravista Rantasalmen Järvisydämeen ja takaisin (36 km) tai vaihtoehtoisesti Oravista Linnansaareen ja takaisin (10 km) tai mitä tahansa siltä väliltä. Oravissa sekä Järvisydämessä on ravintolat, Linnansaarella kahvio (Linnansaaripäivä). Ratamaksu 8 €. Oravista voi vuokrata

luistimet tai potkukelkan. Matkat kimpapakyydeillä, kokoontuminen klo 8 Urheilutalon kirjaston puoleisella parkkipaikalla.

Lisätiedot ja ilmoittautuminen:

**Kari Kettunen, p. 050 554 5133,
kj.kettunen@gmail.com**

Valokuvailta 25.2.

klo 18 - 20 Carelicumin auditorio, Torikatu 21 C

Lähiretkeilyn helmiä

Katri Tiainen ja Rauno Asikainen: Pyöräilyä ja melontaa Saimaalla sekä elokuinen melontaretki Puulan vesillä.

Pitkä pyöräily Tajikistanin Pamirilla

Eero Oura: Kolmen viikon pyöräretki Pamirin vuoristossa.

Lisätiedot:

Eero Oura, eero.oura@gmail.com

Maaliskuun tapahtumia

Otsalamppuhiihto Pyhäsaareen 2.3.

Pyhäselän hiihtoviikonloppu alkaa lauantai-iltana otsalamppuhiihdolla Pyhäsaareen. Lähtöpaikkoina Jäähiihdon perinteiset lähtöpaikat Pyhäselän rannoilla. Pyhäsaaren “nuotiokahvila” on avoinna klo 17 - 20 ja sieltä saa makaraa, kahvia ja mehua sopuhintaan.

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

Pyhäselän jäähihto 3.3.

Perinteinen retkihihtotapahtuma Pyhäselän jäällä ja rannoilla. Hiihtomatkat 2 - 60 km Rannoilla on useita latuasemia, joissa on myynnissä pientä purtavaa, kahvia ja makkaraa. Ladut sekä perinteiselle että vapaalle hiihtotyyliille, opastekartat latuasemilla ja lähtöpaikoilla.

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



Ahmanhiihto 8. - 9.3.

Joensuun Ladun jäsenille 4 euron alennus osallistumismaksusta. Ota jäsenkortti mukaan!

65+ -ryhmä 11.3. - 6.5.

Henkilökohtaista ja ryhmäohjausta terveyden edistämässä ja terveysliikunnassa 65-vuotiaille tai sitä vanhemmille latulaisille, ensisijaisesti sellaisille, joilla on haastetta liikuntakyvyn tai terveyden kanssa. Ohjaajina toisen lukukauden fysioterapeuttipiskelijät.

Kokoontumiskerrat (toivotaan sitoutumista koko jaksoon): Ryhmä kokoontuu **maanantaisin** Karelia-ammattikorkeakoulun tiloissa **Tikkarinne 9:ssä**:

ma 11.3. klo 8.30 - 10.00 terveyskuntotestit

ma 19.3. – 6.5. klo 8.45 - 10.00 ohjattua toimintaa, seitsemän kokoontumista, huom. ei 22.4.

Ilmoittautuminen:

14. - 31.1. ammattikorkeakoulun aulassa (Tikkarinne 9, E-talo, aula, vahtimestarin lasihuone) täyttämällä ilmoittautumiskaavake ja terveysseula, jolla varmistetaan osallistujien turvallisuus; vaatii henkilökohtaisen käynnin koululla. Opiskelijat ottavat yhteyttä 11.2. mennessä joko puhelimitse tai sähköpostilla.

Lisätiedot:

Anu Pukki, fysioterapian opettaja,
anu.pukki@karelia.fi, p. 050 3016 348 ja
Liisa Oura, Joensuun Latu,
liisa.oura@gmail.com, p. 040 829 4239



Valokuvailta 18.3.

klo 18 - 20 Carelicumin auditorio, Torikatu 21 C

Sydämellinen ilta

Tuomas Varis: Kardiologi ja osastonylilääkäri
Siun soten Sydänkeskuksesta luennoi yleisim-

mistä sydänsairauksista, niiden riskitekijöistä ja hoidosta.

Laura Pastinen: Mistä liikunnasta sydän tykkää?
Mikä Joensuun Ladun tapahtumista sopii sydämelle? Mikä neuvoksi kun metsään menee?

Huhtikuun tapahtumia

Savo-Karjalan latualueen yhteinen hiihtoviikko Lappiin 30.3. - 6.4.

Viisi retkikohdetta, Kilpisjärvi, Muonion Särkijärvi, Ylläs, Kiilopää ja Saariselkä, bussikuljetus Mikkelistä, Varkaudesta, Kuopiosta, Siilinjärveltä, Joensuusta, Outokummusta ja Iisalmesta. Iisalmessa jakaudutaan eri retki-kohteisiin meneviin busseihin.

- 1) **Kilpisjärvi**, Kilpisjärven retkeilykeskus
- 2) **Muonio**, Särkijärven majat
- 3) **Ylläs**, Äkäshotelli
(täynnä, kysy muita kohteita)
- 4) **Kiilopää**, hotelli Niilanpää
- 5) **Saariselkä**, kylpylähotelli
Holiday Club Saariselkä

Lisätiedot majoitusvaihtoehdoista hintoineen Joensuun Ladun nettisivuilla.

Matkajärjestelyissä noudatetaan Joensuun Latu ry:n matkaehdoja <https://joensuunlatu.sporttisaitti.com/@Bin/796268/Matkaehdot2018.pdf>

Ilmoittautuminen vahvistettava varausmaksulla 150 € Joensuun Ladun tilille FI62 1040 5000 5920 39 joulukuun loppuun

mennessä. Loput matkan hinnasta mak-suun alkutalven 2019 aikana.

Ilmoittautumiset vain nettilomakkeella:
<https://joensuunlatu.sporttisaitti.com/lappi/lapin-hiihtoviikko-2019/>

Lisätiedot:

Hannu Melin, hannu.melin@gmail.com



Valokuvailta 29.4.

klo 18 - 20 Carelicumin auditorio, Torikatu 21 C

Ilkan parhaat luontokuvat

Ilkka Karppasen maisema- ja luontokuvia; kysymyksiä esim. kalustosta tai kuvaustekniikoista voi esittää kuvaesityksen lopuksi tai etukäteen sähköpostitse: ilkka.karppanen@gmail.com

Ladun Hetta - Pallas -vaellus

Ladun ruskaretkelle syksyllä 2018 osallistuneet kertovat vaelluksestaan.

Lisätiedot:

Eero Oura, eero.oura@gmail.com

Toukokuun tapahtumia

Kilometrikisa alkaa 1.5.

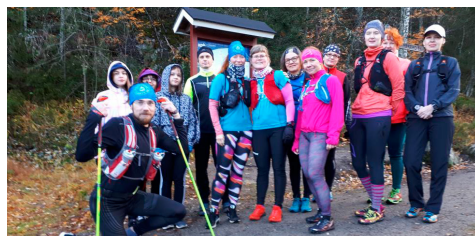
Joensuun Latu osallistui vuoden 2018 kilometrikisaan tehosarjassa, 1.5. - 22.9. Joukkueessamme oli kirjautunut 28 pyöräilijää, tällä kertaa myös sähköavusteisia pyöräilijöitä. Pyöräilimme yhteensä 40 071 km, 1431 km/hlö. Pyöräilypäiviä kertyi yhteensä 1526,54

pv/ hlö. Bensaa säästimme 2805 litraa ja hiili-dioksidia 7012 kg.

Taas pyöräillään! Katso kilometrikisaan ilmoittautumisohjeet ja Joensuun Ladun joukkueen osallistumiskoodi nettisivuilta.

Polkujuoksu tutuksi - yhteislenkkejä jatketaan

Polkujuoksun yhteislenkit jatkuvat jälleen keväällä. Polkujuoksun ohjaajina toimivat Joensuun seudulla Laura Pastinen, Sointu Hyttinen, Piritta Torssonen ja Liisa Oura ja Juuassa Eini ja Antti Eronen, jotka kaikki ovat



suorittaneet Suomen Ladun polkujuoksuohjaajakoulutuksen. Uusiakin ohjaajia tarvitaan, joten jos olet kiinnostunut ohjaajakoulutuksesta, ota yhteys Liisa Ouraan.

Polkujuoksuista tiedotetaan Joensuun Ladun verkko- ja facebook-sivuilla sekä Itä-Suomen polkuilijoiden facebook-ryhmässä.

Lisätiedot ohjaajilta:

Laura Pastinen, lpastinen@hotmail.com
(Joensuun seutu) ja

Eini Eronen, einie76@gmail.com (Juuca)

Melontakurssi 7. - 21.5.

Melonnin peruskurssi kolmena peräkkäisenä tiistaina 7.5., 14.5. ja 21.5., yhteensä n. 10 h. Kouluttajina toimivat Eero Oura, Jaana Kalajoki ja Liisa Oura. Latu tarjoaa kaluston, liivit ja varusteet. Suuren suosion vuoksi kursseille pääsevät vain Ladun jäsenet, hinta 80 €.

Kurssi on joka vuosi täyttynyt jo talvella, joten ilmoittaudu ajoissa.

Lisätiedot ja ilmoittautuminen:
**Eero Oura, eero.oura@gmail.com,
p. 045 2608 551**

Maastopyöräilyn alkeet 8.5.

Aloittelijoille sopiva parin tunnin ja noin 10 km:n maastopyöräilylenkki, lähtö matkustajasatamasta kahvila Tuulaakin edestä klo 17, josta pyöräillään Linnunlahden kautta Siilaisen neulaspoluille. Helpon reitin varrella toimintapisteitä, joissa käydään läpi maastoajamiseen liittyvät perusperiaatteet. Säänmukaiset varus-

teet, juotavaa, kypärä ja maastoajoon sopiva polkupyörä. Säävaraus.

Lisätiedot:
**Markus Haataja, p. 050 358 1885
markus.haataja@telemail.fi,**



Liikettä aivoille ja keholle - unelmien liikuntapäivä 10.5.

Toiminnallinen tapahtuma, jossa pääsee käyttämään sekä kehoa että aivonystyröitä, järjestetään Sydänviikon perjantaina Sydänpiirin ja Joensuun Ladun yhteistyönä Botanian lähisöllä. Aikataulu ja ohjelma täsmentyvät myöhemmin.

Lisätiedot: Laura Naumanen,
laura.naumanen@sydan.fi,
p. 044 339 7339



Perhe- ja ystäväporukkakätköily - unelmien liikuntapäivä 10.5.

Geokätköilyä perhe- ja ystäväporukassa Botanialla klo 17 - 20 (lähtö Botanian puutarhassa), sopii sekä lajin uusille kokeilijoille että harrastajille. Järjestäjien puolesta on piilotettu kätköt, jotka löytyvät järjestäjien laitteilla. Botanian pääsymaksu 8 €, eläkeläiset ja 8 - 16-vuotiaat 5 €.

Ilmoittautuminen 9.5. mennessä: Annu Jantunen, annu.jantunen@gmail.com

Paikalle voi tulla myös ilmoittautumatta, mutta laitteet jaetaan ensin ilmoittautuneille.



Retkeily tutuksi 11.5.

Miten teen onnistuneen retken? Mitä kamoja mukaan? Miten pakkaan?

Tule tutustumaan retkeilymahdollisuuksiin Joensuun lähellä ja hieman kauempana, jokamiehenoikeuksiin, Joensuun Ladun toimintaan sekä Joensuun Ladun retkeilyvälineisiin ja -varusteisiin. Tavoitteena on madaltaa uusien

retkeilystä kiinnostuneiden kynnystä aloittaa retkeilyharrastus. Tapahtuma järjestetään Lykynlammen majalla ja sen lähimaastossa klo 10 - 14. Vapaa pääsy.

Lisätiedot: Liisa Oura, p. 040 829 4239, liisa.oura@gmail.com

Tiistain iltapyöräilyt

Tiistai-iltojen pyöräilyissä ajetaan 30 - 50 kilometrin lenkki Joensuun ympäristössä n. 18 - 20 kilometrin tuntivauhtia. Lähtö klo 17 matkustajasatamasta Tuulaakin edestä. Kypärä päähän, mukaan juomaa ja pientä evästä ja mahdollisesti hieman kahvi- tai jätskirahaa. Säävaraus.

14.5. Jaamankangas - Jokirannantie (33 km)

21.5. Särkivaara (43 km)

28.5. Karhunmäki - Mulonsalo (35 km)

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



Kirkkovenesoudut 15.5. alkaen (ke, su)

Future Clubin väki harjoittelee kirkkovenesoutua kahdesti viikossa tekemällä muutaman tunnin kuntolenkin järvelle tai joelle ja latulaiset ovat tervetulleita mukaan.

Soutamaan lähdetään Hasanniemen venevajoilta keskiviikkoisin ja sunnuntaisin klo 18.

Lisätiedot:

Toivo Turunen, p. 0400 375 070,
toivo.turunen@gmail.com



Suomun kierto 18.5.

Kevään patikointiretki Patvinsuon kansallispuistoon. Tarkemmat tiedot myöhemmin Future Clubin ja Joensuun Ladun nettisivuilta.

Lisätiedot:

Toivo Turunen, p. 0400 375 070,
toivo.turunen@gmail.com

Jaaman kierros pyöräillen 19.5.

Noin 55 kilometrin lenkki Jaaman kierrosta mukaillen, välillä metsäautotieosuuksia, mutta tavallisella pyörällä pärjää. Lähtö matkustajasatamasta klo 9, paluu klo 15:een mennessä, omat eväät mukaan, makkaranpaistotauko Häikänniemessä.

Lisätiedot ja ilmoittautuminen

15.5. mennessä:

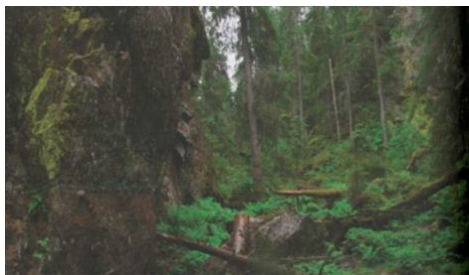
Kari Kettunen, p. 050 554 5133
(miel. tekstiviestillä),
kj.kettunen@gmail.com

Retki Tuusniemen Seinävuoren rotkolle 25.5.

Lähtö bussilla klo 8 Joensuun matkailupysäkillä. Rotkolla on n. 2,5 kilometrin kiertolenkki, josta on mahdollisuus poiketa myös rotkon pohjalle. Lenkki alkaa ja päättyy laavulle, jossa nokipannukahvit. Kahvittelun jälkeen halukkaat voivat patikoida n. 6 km metsätaipaleen kohti Kaavia Mäkimajalle, josta bussi poimii heidät kyytiin. Retken hinta varmistuu myöhemmin.

**Sitova ilmoittautuminen 13.5. mennessä:
Pekka Laakkonen, p. 0500 192 469
pekka1.laakkonen@gmail.com,**

Ilmoittautuneille lähetetään tarkemmat retki- ja varustusohjeet.



Vaellus Susitaipaleella 30.5. - 2.6.

Susitaival on 95 km pitkä vaellusreitti, joka kuljetaan noin 20 - 30 kilometrin päivämatkoina. Huoltoauto kuljettaa tavarat, jos tietön kunto sen sallii. Pitkien päivamatkojen takia vaellus on vaativa. Max 10 osallistujaa. Ilmoittautuneille järjestetään info-tilaisuus ennen vaellusta.

**Ilmoittautuminen 15.5. mennessä:
Tuula Turunen,
tthurunen@gmail.com,
p. 050 372 6242**

Kesäkuun tapahtumia

Tiistain iltapyöräilyt jatkuvat

- 4.6. Paihola (46 km)
- 11.6. Vaivio (47 km)
- 18.6. Kuorinka (46 km)

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

Avoimet kylät -päivän kyläpyöräily 8.6.

Tutustutaan Joensuun lähikyliin pyöräillen! Kohteet päätetään, kunhan varmistuu, mitkä kylät ovat mukana Avoimet kylät -tapahtumassa.

Lisätiedot:

Merja Mustonen, p. 050 337 8460,
merja.mustonen@joensuu.fi

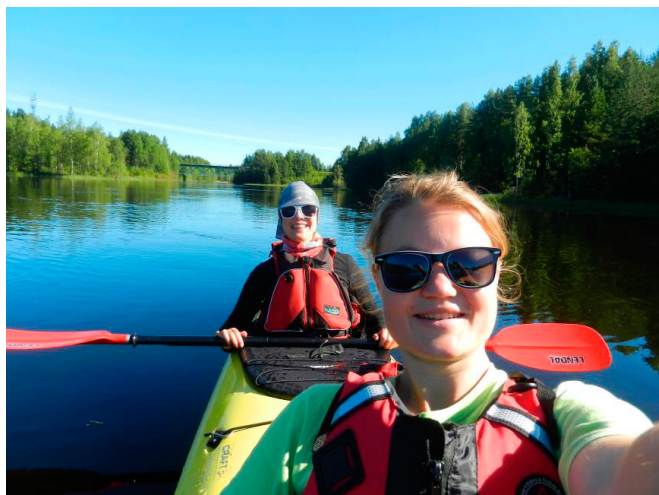
Vähän meloneiden retki Kolovedelle 14. - 16.6.

Aloitteleville, peruskurssin käyneille melojille suunnattu retki helppoon ja turvalliseen melontakohteeseen, Koloveden kansallispuistoon. Lyhyet päivämatkat ja taukoja riittävästi, yöpymispaikoista päätetään yhdessä. Ladulta voi vuokrata melontakaluston ja retkeilyva-

rusteita. Lähtö perjantai-iltana, paluu sunnuntaina.

Lisätiedot ja ilmoittautuminen:

eero.oura@gmail.com



Pyhäselän ympäripyöräily 15.6.

Pyhäselän ympäri vauhdikkaasti tai leppoisasti polkien. Sopiva ryhmä löytyy kaikille, kunhan jaksaa polkea 120 km päivän aikana. Jos retkiryhmään löytyy tarpeeksi polkijoita, niin retki on mahdollista toteuttaa myös kaksipäiväisenä, jolloin yöpyminen olisi Rääkkylässä.

Pyörien selässä latulaisten lisäksi Joensuun Pyöräilijät ja Tunturikerho Kumpe.

Lisätiedot:

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

Liity jäseneksi

Jäsenmaksut vuodelle 2019:

Henkilöjäsen	25 €	Perhejäsenmaksu (kattaa samassa osoitteessa asuvat perheenjäsenet)	32 €
Rinnakkaisjäsen (jäsenenä myös toisessa latuyhdistyksessä)	16 €	Nuorisojäsen (alle 20 v.) ja opiskelijajäsen (alle 29 v.)	12 €

Liity jäseneksi netissä: <https://verkkomaksu.suomenlatu.fi/?y=210>

tai ilmoittaudu jäseneksi p. 040 730 7524 / Arja Manninen, tai arja.anita@hotmail.com

Ensiapukoulutusta

Joensuun Latu maksaa puolet SPR:n EA1-kurssin tai EA-kertauskurssin osallistumismaksusta, jos osallistuja sitoutuu toimimaan vähintään kahdesti Ladun vapaaehtoistehtävissä. Summan voi maksaa takaisin, jos ei pystykään sitoutumaan Ladun toimintaan.

Sovi asiasta etukäteen
Liisa Ouran kanssa,
p. 040 829 4239,
liisa.oura@gmail.com



Kuhamaja jäsenten käytössä

Joensuun Ladun jäsenet voivat käyttää Kuhamajaa sijaitsevaa, kotakeittiöllä varustettua 10 hengen Kuhamajaa, joka on sopiva retkikohde esim. perheille kaikkina vuodenaikoina. Majalle pääsee jalkaisin, hiihtäen, pyöräillen, soutaen, meloen ja melko lähelle autollakin. Kuhamajan käyttömaksut: 20 €/päivä ja 40 €/viikonloppu.

Varaustilanteen voi tarkistaa Ladun nettisivulta ja sopia majan käytöstä Martti Ossin (p. 040 536 7298, ossimartti@gmail.com) tai varusteiden vuokrauksesta vastaavien kanssa.



Retkeilyvarusteet

Joensuun Ladun jäsenillä on käytettävissään laaja valikoima latuyhdistyksen hankkimia retkeilyvarusteita. Harvemmin tarvittavia tai kalliimpia välineitä voi saada edullisesti kokeiltavaksi tai lyhytaikaiseen henkilökohtaiseen käyttöön. Uusimpia hankintoja ovat kaksi pienehköä tyttöjen rinkkaa, viidet lumikengät ja kolmet vaellus- eli teleskooppisauvat.

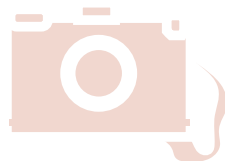
Voit nähdä retkeilyvarusteiden varaustilanteen Ladun nettisivulta, katsoa sieltä sopivan ajankohdan sekä sopia vuokrauksesta seuraavien henkilöiden kanssa:

Kari Kettunen	p. 050 554 5133	kj.kettunen@gmail.com (Varastovastaava)
Martti Ossi	p. 040 536 7298	ossimartti@gmail.com
Liisa Oura	p. 040 829 4239	liisa.oura@gmail.com
Hannu Melin	p. 040 773 5767	hannu.melin@gmail.com
Eero Oura	p. 045 260 8551	eero.oura@gmail.com
Ilkka Raittila	p. 0400 137 753	ilkka.raittila@gmail.com
Pirjo Saukkonen	p. 040 509 0705	pirjohsaukkonen@gmail.com
Marjatta Partanen	p. 050 341 7940	marjatta.partanen@gmail.com
Kirsi Karjalainen	p. 040 512 9585	kirsi.karjalainen@uef.fi

Retkillä kuvataan luontoa ja ihmisiä

Joensuun Ladun retkillä saatetaan kuvata paitsi luontokohteita, myös retken osallistujia. Onnistuneita otoksia kerätään valokuvapankkiin ja kuvia käytetään Ladun tiedotuksessa ja markkinoinnissa. Kuvapankkia käyttävät Ladun viestintäryhmän jäsenet ja sen vastuuhenkilö on Risto Paanala.

Jos et halua omien kasvojesi näkyvän tiedotteissamme, ilmoita siitä retken vetäjälle ja/tai kuvaajalle.



LAINATTAVAT RETKEILYVARUSTEET 2019

(Suluissa käyttömaksu)	kpl	(Suluissa käyttömaksu)	kpl
1. Hiihtovarusteet (5 €/ vrk, 10 €/ vkloppu tai viikko)		8. Teltat, laavut (20 €/ vrk, viikonloppu tai viikko)	
Optigrip, pitopohja 225 cm/ 2 pr, 210 cm/1 pr, Karhu suomup. 210 cm 4 pr	7	1 hengen teltat / Hilleberg Akto	2
Retkisukset Järvinen, suomupohja: 210 cm/ 1 pr ja 230 cm/ 4 pr sekä 190 cm 1 pr, vaijeris. Retkisukset Peltonen nanogrip 1 pr, retkiside	6 1	2 hengen teltat/ Hilleberg Nallo 2 ja Nallo 2GT Hilleberg Nammatj 2/ 2kpl Fjällreven Abisko Lite 2/ 2 kpl	6
Telemark-sukset teräsreuna: -Merrell (200 cm) -Fischer (210 cm)	2	3 hengen teltat/ Hilleberg Nallo 3 ja Hilleberg Nallo 3 GT Hilleberg Nammatj 3 ja Nammatj 3GT The North Face HIM 3 geodeettinen	5
2. (Liuku)lumikengät, retkiluistimet (5 €/ vrk, 10 €/ viikonloppu tai viikko)		3 hengen teltat (myös talvikäyttö) /: Hilleberg Keron 3; Hilleberg Kaitum 3 Fjällreven Abisko Endurance 3	3
Liukulumikengät; OAC KAR147 yleisiteellä	2	Laavu	4
Lumikengät TSL (3 paria kumilenkkisitein)	9	Hätämajoite: bivakki Hilleberg Windsack 3:lle	1
Lumikengät Tubbs (kokoja L, M, S)	10	Makuualustat: - Therm-A-Rest Prolite +L - Prolite plus Large (10 €/ viikko)	2
Lumikengät (merkki ei tiedossa)	5	Riippumatot: Hennessy Hammock Expedition zip	2
Lasten lumikengät Faber	5	9. Kajakit, kanootit ja vene (10 €/ arki-ilta, 20 €/ vrk, 30 €/ viikonloppu, 50 €/ viikko)	
Lumikengät Alposet	1	Kajakkiyksikkö: Mari +varusteet (melat, liivit)	2
Retkiluistimet Arctic Experience	7	Kajakkiyksikkö Lettman 475 + varusteet	1
3. Ahkiot (20 €/ vrk, 20 €/ viikonloppu tai viikko)		Kajakkiyksikkö Tahe Seaspirit + varusteet	1
Ahkio (lasikuitu, alumiiniaisat)	2	Kajakkiyksikkö Atlantic + varusteet	1
Fjällpulkan (lasikuitu)	2	Kajakkikaksikko Boreal Esperanto	1
Pitkä vaellusahkio (lasikuitu)	1	Kajakkikaksikko Inari + varusteet	1
Paljakka (lasikuitu)	2	Inkkanokanootti Old Town 510	2
Lapsen vetoahkio Savotta	1	Kajakkikaksikko Argo Suomujärvellä	1
4. Rinkat (10 €/ vrk tai 10 €/ vkloppu tai viikko)		Soutuvene Suomujärvellä (avaimet Suomulle saa varastovastaavilta)	1
Savotta putkirinkka M + L	2	Fat Biket eli "Läskipyörät": Inseta Wampa 17"	2
Deuter anatominen 75 + 10	2	10. Muut retkivälineet (10 €/ kerta, 10 €/ viikko)	
Deuter anatominen 55 + 10	1	Tenttukeitin + välineet	2
Deuter anatominen, 60 + 10 lady	2	Kaasukeitin + välineet	3
Karrimor, anatominen 65 l	1	Primus vedenkeitin	1
Halti, anatominen 65 l	1	Hyötykasvikuivuri Evermat	1
Kajka-rinkat 55 l W ja 65 l W (uudet)	2	Retkisaha, lapio	1
5. Sauvat		6. Frisbeegolfkiekot (maksutta)	3
Exel kävelysauvat	35		
Karhu	1		
Retkihihtosauvat	20		
Vaellussauvat	3		

Kutsu Joensuun Latu ry:n kevätkokoukseen

Joensuun Ladun sääntömääräinen kevätkokous pidetään torstaina 21.3.2019 klo 18.00 alkaen Joensuussa Botaniassa (Heinäpurontie 70).

Kokouksessa käsitellään mm. yhdistyksen säännöt, vuoden 2018 toimintakertomus ja tilinpäätös vuodelta 2018.

Kahvitarjoilu. Tervetuloa!

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

Joensuun Ladun jäsenlehti 1 / 2019

Julkaisija: Joensuun Latu ry

Toimituskunta: Merja Mustonen, Hannu Melin, Arja Manninen, Liisa Oura, Risto Paanala

Paino: Lasermedia, Pamilonkatu 1, 80100 Joensuu

Painosmäärä: 1300 kpl



Posti Green

PYHÄSELÄN JÄÄHIIHTO

Sunnuntaina 3.3.2019

● HUOLTOPISTEET AVOINNA klo 10 - 16

