

# RETKEILYREITTIVINKIT LAPSIPERHEILLE

## IMATRA

Lamassaaren luontopolku	3,7 km
Kruununpuisto	2,4 km
Seppoin polku	4,2 km
Kylpylän luontopolku	4,0 km
Mellonlahden luontolenkki	2,4 km
Risuniemen luontopolku	2,5 km
Vuoksenniskan georeitti	2,5 km

## RUOKOLAHTI

Kummakiven reitti	2,2 km
Torsanjoen luontopolku	1,4 km
Eukkojen polku	2,9 km
Kissankierros	6,7 km
Myllykosken laavu	1,0 km

## RAUTJÄRVI

Hiitolanjoen maisemapolku	5,9 km
Haukkavuoren luontopolku	4,4 km

## PARIKKALA

Pöropeikon polku	3,3 km
Aate-Pekan polku	3,2 km
Siikalahden luontopolku	1,0 km

## ETELÄ-KARJALAN RETKEILYKOhteita



LUE  
QR-KOODI



Etelä-Karjalan Liikunta ja Urheilu ry (EKL) on toteuttanut Retkeilypassin osana Kulttuuriympäristöä liikunnan keinoin -hanketta 2021-2023.



LEADER  
Etelä-Karjalan Kärki



# Retkeily PASSI

KOKO PERHEELLE



# LIKKUEN LUONNOSSA

Lähiluonto on täynnä nähtävää ja koettavaa kaikkina vuodenaikoina. Liiku, tutki ja kokeile aikuisen kanssa! Väritä kuva tai liimaa ympyrään tarra, kun olet suorittanut tehtävän.

## NUKU YÖ ULKONA

Unikaverina raikas ilma, kattona tähtitaivas. Nukkukaa teltassa, trampalla, riippumatossa tai mättäällä. Pakkaa mukaan omat retkitavarasi.



## KARTAN LUKU

Harjoitelkaa maastokartan avulla suunnistamista ja kompassin käyttöä.



## ELÄIMET

Minkä eläimen näet pihassa tai lähimetsässä? Mitä eläinten jättämiä jälkiä näet?



## VALOKUVAAI/PIIRRÄ

Ota kuva tai piirrä lempiasiasi luonnossa. Voit näyttää kuvan kavereillesi ja kysyä heidän lempiasiaa.



## TEMPPURATA

Toteuttakaa oma temppurata luonnossa. Puun rungolla tai juurakoilla tasapainoilua, ison kiven päälle kiipeämistä, kannolta kannolle hyppäämistä, käpyjen tarkkuusheittoa jne.



## ROSKATON RETKEILY

Näitkö matkan varrella roskia? Korjaa omat ja toistenkin roskat luonnosta. Kurkkaa koodista kuinka monta vuotta muovipullolla kestävä maatua.



## HÄMÄRÄHOMMIA

Valitkaa sopiva turvallinen alue (metsä, puisto, piha, kenttä) ja järjestäkää perheille yhteinen seikkailu pimeällä. Seurassa ja ohjatusti pimeä ei olekaan enää niin pelottava asia. Heijastimet ja taskulamput mukaan! QR-koodista vinkkejä leikkeihin.



## LIKKUEN

Kokeilkaa itsellenne uutta liikuntamuotoa luonnossa!



## EVÄSRETKEI

Valmistakaa yhdessä eväät ja lähtekää lähiluontoon retkelle.



## LUONNON ANTIMET

Lähtekää keräämään syötäviä kasveja, marjoja tai sieniä. Vai kalastatko ennemmin onkien laiturilta tai veneestä, talvella pilkkien?



## TUNTEET JA AISTIT

Millaisia tunteita koet luonnossa? Onko metsässä pelottavaa, missä paikassa rauhoituit, mikä virkistää? Ota kaikki aistit käyttöön. Kuuntele, haistele, maistele.



## TULEN TEKO

Harjoitelkaa nuotion sytyttämistä vaikka eväsretkellä. Tehkää tulet vain sallituille paikoille ja silloinkin tarkistaa voimassa olevat varoitukset.

