

JYVÄSKYLÄN SEUDUN JOOGAYHDISTYS RY

Jäsenkirje 1/2026, 10.03.2026

Hyvät joogaajat,

Kevään **joogaharjoitukset** alkoivat tammikuun alussa ja niitä pidetään tuttuun tapaan Puistokoululla lauantapäivinä klo 10.30 – 11.55. Harjoituksissa käy 30 - 35 jäsentä. Osallistujien määrä on kasvanut sitten koronavuosien, ja olemme iloksemme saaneet sekä uusia jäseniä että uusia ohjaajia mukaan toimintaamme. Harjoituksia on vielä maaliskuu- ja huhtikuun aikana yhteensä kuusi (6) kertaa: 14.3., 21.3., 28.3., 11.4., 18.4. ja 25.4. Muistathan, että pääsiäislauantaina 4.4. ei ole harjoitusta.

Helmikuun alussa pidimme **Jooga tekee hyvää, kaiken ikää –tapahtuman**. Lauantaina meitä kokoontui 24 henkilöä joogaamaan ja kuuntelemaan terveystieteiden tohtorin ja pitkäaikaisen jooganopettajan Irma Äyräväisen luentoa. Irma kertoi ajankohtaista tietoa vanhenemisesta, ja kuinka voimme omalla toiminnallamme säilyttää toimintakykymme ja elämänilomme. Terveelliset elämäntavat ja hyvät sosiaaliset suhteet sekä säännöllinen joogaharjoitus tuovat varmasti meille monelle lisää hyviä elämänvuosia. Aihe kiinnosti ja herätti vilkasta keskustelua.

Joogataapahtuman tuotto, 400 €, lahjoitetaan Suomen Joogaliitolle, joogaopiston ruokasalin akustiikan parantamiseen. Pyrimme järjestämään vuosittain tällaisen luento-, keskustelu- ja joogataapahtuman. Mikäli sinulla on tähän liittyviä toiveita ja ideoita, kerrothan niistä meille.

Kurssi- ja jäsenmaksu

Tarkistathan, että olet maksanut jäsenmaksun ja mikäli osallistut kevätjoogaan, niin myös kurssimaksun. Vuoden 2026 jäsenmaksu on 15 € ja se maksetaan tilille FI15 5290 0220 1206 51 (viite 86626). Kurssimaksu on 40 € ja tilinumero on sama. Viitenumero on 86639.

Joogayhdistyksen vuosikokous

Tervetuloa yhdistyksen vuosikokoukseen, joka pidetään keskiviikkona 18.3.2025 klo 16.30 – 18.30 Pääkirjaston neuvotteluhuoneessa (sisäänkäyntikerros, entisen kahvila Novellin neuvotteluhuone). Ilmoittautumiset mielellään sähköpostilla osoitteeseen

jkl.joogayhdistys@gmail.com.

Esityslista

1. Kokouksen avaus
2. Kokouksen laillisuuden ja päätösvaltaisuuden toteaminen
3. Kokousvirkaillijoiden valinta: puheenjohtaja, sihteeri, pöytäkirjantarkastajat (2) ja äänten laskijat
4. Esityslistan hyväksyminen
5. Vuoden 2025 toimintakertomus
6. Vuoden 2025 tilinpäätös ja toiminnantarkastajan lausunto
7. Tilinpäätöksen vahvistaminen ja vastuuvapauden myöntäminen tilivelvollisille tilikaudelta 2025
8. Vuoden 2026 toimintasuunnitelman ja talousarvion vahvistaminen

9. Jäsenmaksun määrittäminen vuodelle 2027
10. Hallituksen jäsenten valinta erovuoroisten tilalle
11. Toiminnantarkastajien valinta: yksi varsinainen toiminnantarkastaja ja yksi varatoiminnantarkastaja
12. Jäsenten kokoukselle esittämät asiat
13. Kokouksen päättäminen

Kesäjooga

Kesäkuussa meillä on tarjolla joogaharjoituksia tiistai-iltapäivisin 9.6., 16.6., 23.6. ja 30.6. klo 17-18.30 Kansalaisopiston liikuntasalissa eli pääkirjaston tiloissa. Kurssimaksu on 30 € ja jooga on kaikille avoin. Voit ilmoittautua yhdistyksen sähköpostiin jkl.joogayhdistys@gmail.com 1.4. lähtien tai Puistokoulun lauantaijoogassa. Maksa kurssimaksu tilille FI15 5290 0220 1206 51 ja käytä viitenumeroa 86639.

Hyvinvointimessut

Paviljongissa on 11.-12.4. hyvinvointimessut, ja siellä Suomen Joogaliitolla on oma esittelypisteensä. Messujen aikataulu lauantaina on klo 10 -17 ja sunnuntaina 10 -16. Messuilla saa hyviä terveyteen ja liikuntaan liittyviä vinkkejä. Samalla käynnillä pääset myös osallistumaan kädentaitomessuille.

Kaunista kevättä,

terveisin Marjaana Lehto, pj.

Uudet nettisivumme

Muistuttelen vielä uusista nettisivuistamme. Sivujen osoite on <https://jkljooga.nettisivut.fi> Sivuille on kerätty tietoa yhdistyksestä ja Joogaliitosta. Etusivulta löytyy myös uusin jäsenkirje. Yhdistyksen nettisivut ja osoite ovat uudistuneet, mutta sähköpostiosoite on edelleen jkl.joogayhdistys@gmail.com

Valoa ja kevättä kohden mennään!

terveisin Marjaana Lehto, pj.