



Järvivesiliikuntaa kesä 2022

Eila Puustinen

KuntoPosti

02/2022

KuntoPosti ainoastaan sähköisenä

www.juankoskenkuntoilijat.com

Juankosken Kuntoilijat ry

Pappilanpellontie 4

73500 Juankoski

Puh. 050 4017027 /anja.korhonen05@gmail.com

Juankosken Kuntoilijat ry

Juankosken Kuntoilijat ry on vuonna 1972 perustettu Suomen Latu ry:n alainen paikallisyhdistys. Toimimme hiihdon, retkeilyn ja kaikenlaisen luonnossa tapahtuvan liikunnan sekä sisäliikunnan edistämiseksi Juankoski kotipaikkana ja toimialueena koko Koillis-Savo. Yhdistys toimii aktiivisesti myös Itä-Suomen latualueella.

HALLITUS JA TOIMIHENKILÖT v. 2022

Anja Korhonen Pappilapellontie 4 as 12
Puheenjohtaja 050 401 7027
- tiedottaminen 73500 Juankoski
- jäsensihteeri Sähköposti: anja.korhonen05@gmail.com

Eila Puustinen Sähköposti: eilapuustinen8@gmail.com
Varapuheenjohtaja 040 595 9380
- hallitusjäsen
- tiedottaminen

Virpi Tomukorpi Sähköposti: virpi.tomukorpi@gmail.com
Sihteeri 040 569 4928
Hallitusjäsen

Muut hallitusjäsenet: Olavi Rissanen, Kirsti Mikkanen, **Pirkko Kekäläinen (uusi)**,
Rauno Juutilainen

Niilo Hartikainen sähköposti: niilo.p.hartikainen@gmail.com
Varajäsen
-valokuvaus, tiedotus

Senja Miettinen senja.miettinen.jk@hotmail.com
Varajäsen

Tuija Lepistö Sähköposti: tuija.lepisto@pp.inet.fi
Rahastonhoitaja 040 708 1967

Pankkiyhteys: Pohjois-Savon osuuspankki **FI49 5096 1440 0111 48**
Bic OKOYFIHH

Kotisivut: <http://www.juankoskenkuntoilijat.com>

Tapahtuma- ja retkeilytoimikunta: Anja Korhonen 050 401 7027
Jäsenet: Olavi Rissanen, Raimo Hartikainen, Niilo Hartikainen ja
Eila Puustinen

Järjestö- ja koulutus- Anja Korhonen 050 401 7027
toimikunta: Jäsenet: Helena Karjalainen, Virpi Tomukorpi, Kirsti Mikkanen ja Henna Roth

Yhteyshenkilöt:
Sulkapallo: Kaija Pirinen pirinen.k@gmail.com
Lentopallo: Juho Antikainen juho.antikainen@pp3.inet.fi
Talviuinti: Anneli Pehkonen 044 - 3335252

Yhdistyksen arvot: Hyvinvointi, yhteisöllisyys, tasavertaisuus ja kestävä kehitys
Vuoden Kuntoilija 2021 Olavi Rissanen. Seurava julkistetaan v.2023 kevätkokouksessa.

Suomen Latu ry:n strategian myötä mennään eteenpäin vuonna 2023

Perustehtävämme: Edistämme kaikenikäisten ulkoilua ja liikunnallista elämäntapaa kaikkina vuodenaikoina.

Visio: Kaikki löytävät mielekkään tavan liikkua, ulkoilla ja nauttia luonnosta.

Toimintatavat: Ulkoilemme ja liikumme hyvinvoivassa ympäristössä nyt ja tulevaisuudessa. Tietomme ja toimintamme ovat kaikille vapaaehtoisia ja avointa.

Puheenjohtajan tarinointia:

Juhlavuotemme alkoi kivasti onnistuneella Kansallisen hiihtopäivän tapahtumalla Nuottiniemen hiihtoladuilla. Reilut 60 osallistujaa tuli paikalle. Lapsille tehtiin oma Muumilatu, joka tuntui olevan mieleinen. Yhdistys tarjosi makkarat ja mehut kaikille juhluvuoden kunniaksi. Juhlat Muuruveden kylätalolla 21.5.2022
Aino Pasanen ja Helena Karjalainen OKM-ansiomitalit. Tietotekniikka Haatanen ansioplaketti. Juantehtaan koulun retkeilykummiluokka, Soihtu ry sekä Helena Karjalainen vastaanottivat yhdistyksen standardit.

Laskiaissunnuntaina iloittiin ulkoilusta Pappilanmäellä, jonne saapui n. 120 mäenlaskijaa ja ulkoilijaa. Lumiukkoja rakennettiin tavoitteena saada 50 lumiukkoa valmiiksi. Määrä kuvasti yhdistyksen vuosia ja tavoite täyttyi. Upein Lumiukko valittiin. Valinta osui jääkiekkoilijaan, joka hienosti seisoi Suomi-paita päällä ja mitali kaulassa. Mehua, nuotiomakkaraa, kahvia ja pannaria löytyi myyntipöydästä. Iloinen puheenporina täytti Pappilanmäen muutaman tunnin ajan. Angry Birds-hahmot saivat kyytiä potkurilla Pappilanmäellä.

Muumien hiihtolatu tehtiin keskustan valoladulle. Lapsia saatiin 9 ja aikuisia 12 kokeilemaan hiihtotaitojaan.

Nuorisotoimen tapahtumaa Pappilanmäellä avustettiin lainaamalla tarvikkeita tapahtumaan. 31 osallistujaa.

Juankosken eskarilaisten lumikenkäilyä avustettiin etsimällä ohjaajat Siilin Latu ry:n ohjaajista. Näin eskarilaiset pääsivät kokeilemaan lumikenkäilyä ohjaajien ja opettajiensa kanssa Pikonniemen uimarannalla. 22 osallistujaa.

Maaliskuun lopulla, **Marian ilmestyspäivänä**, toimittiin seurakunnan kanssa yhteistoiminnassa pulkkamäessä Tehtaankirkon lähistöllä. 45 osallistujaa.

Juankosken Martoille ohjattiin tuolijumppaa soittokunnantalolla. 13 mukana.

Pyörät tutuksi tapahtuma yhdessä Sepon Urheilun ja Patruunan kanssa veti mukavan joukon, parisen kymmentä, pyöristä ja pyöräilystä kiinnostunutta. Tutustuttiin myös sähköavusteisiin pyöriin ja sähköpotkulautaan. Auton perälle kiinnitettävään useamman pyörän kuljetustelinettä

esitteli Niilo Hartikainen.

Kiva kesä leiripäivät 4H:n kanssa yhteistoominnassa pidettiin kesäkuussa koulujen päätyttyä. 26 osallistujaa.

Haminalahden kulttuuripolulle menimme yhteisbussilla. Opas oli pyydetty mukaan kertomaan kulttuuripolun historiaa. Oppaan kertomat tarinat olivat mielenkiintoisia, hänen kertoessaan tavallaan oman sukunsa historiaa. Parikymmentä mukana.

Järvivesi- ja rantajumpassa käväisi 40 osallistujaa.

Vesiliikuntailta Pikonniemessä osottautui suosituksi, yli 40 osallistujaa kokeili ja tutustui sup-lautoihin, kanootteihin ja kajakkeihin.

Melojat kokoontuivat järvelle joka torstai. Osallistui 39 melojaa. Kanavasoudussa oli mukana 3 jäsentä Heinävedellä. Karkeisen Kierto melottin elokuussa.

Latualueen Petkeljärven kansallispuistoretkeen osallistui 6 Kuntoilijaa, muista latuyhdistyksistä lisäksi mukava joukko. Bussilla kiertäen katsottiin ja kulltiin sotahistoriaa. Mielenkiintoinen retki.

JunnuFestarit MLL:n kanssa yhdessä marraskuulla..

Talvi(avanto)uimarit polskuttelivat joka keskiviikko Ruukin Kievarin saunaosastolla kevään ja 5.10. alkoi talvikausi kesätauon jälkeen. 167 käyntikertaa.

Itä-Suomen latualueella on osallistuttu aluekokoukseen, aluetyöryhmän työskentelyyn, puheenjohtajapäiville. Yhdistysvierasiluon Lieksassa.

Suomen Ladun järjestön kevät- ja syyskokouksiin osallistuttu.

Lukuisiin webinaareihin vuoden aikana osallistuttu.

Anja Korhonen Suomen Ladun järjestötoimikunnan jäsen sekä Itä-Suomen latualueen aluetyöryhmän jäsen sekä alueen Latunen yhteyshenkilö.

Kirsti Mikkonen jäsen Itä-suomen latualueen aluetyöryhmässä, Latunen henkilö omassa yhdistyksessä



Suomen Ladun Vuoden Ulkoilija 2022 **Olavi Hiltunen**
Toiminnanjohtaja **Eki Karlsson** tuo onnittelut



Yhdistyksen Vuoden Kuntoilija 2021
Olavi Rissanen

Yhdistyksen kunniajäsen **Kirsti Mikkonen** ja yhdistyksen kunniapuheenjohtaja **Anja Korhonen**
Varapuheenjohtaja **Eila Puustinen** ojensi plakaatit yhdessä toiminnanjohtajan kanssa.



Salivuorot Ruukinkoulu:	Lentopallo tiistai	klo 19.00 - 21.00
	Sulkapallo lauantai	klo 16.00 - 17.30
	Sulkapallo sunnuntai	klo 18.00 - 19.30
	Tennis sunnuntai	klo 10.00 - 11.00



Talviuinti: Ruukin Kievarin jäsenten saunallinen vuoro keskiviikkoisin klo 16.00 – 18.30
Ilmoittautumista ei tarvita, saavu paikalle. Hinta **6,00€/kertamaksu jäsentensaunalla**.
Saunallisella vuorolla jäsenet voi käydä myös pelkästään uimassa pukutiloja käyttäen **3,00€/kerta**

Kausikortti mahdollisuus 50€/syyskausi ja 50€/kevätkausi. Saunaton kausikortti 25€/syyskausi ja 25€ kevätkausi. Mikäli joku kerta haluaa saunaa niin lisämaksu 3€/kerta saunattomaan kausikorttiin.



JUANKOSKEN KUNTOILIJAT RY

sääntömääräinen

SYYSKOKOUS

24.11.2022

klo 17.30

Soittokunnantalo, Juankoskentie 9A

Käsitellään sääntöjenmukaiset asiat.

Toimintasuunnitelma ja talousarvio v. 2023

Jouluiset KAHVIT

TERVETULOA

Hallitus

Ulkoile – Osallistu – Vaikuta lajeissamme ja tapahtumissa