

ORIVEDEN KUNTA

LIIKUTAAN YHDESSÄ 2020



***SISÄLIIKUNTA
FRISBEEGOLF
LUONTOPATIKOINTI
VESILIIKUNTA***

***Oriveden Kaupunki
Liikuntapalvelut***



Liikutaan yhdessä 2020

Oriveden kaupungin liikuntapalvelut järjestävät vuonna 2020 neljä erilaista liikunnallista tapahtumaa, joissa kaikissa on oma teemansa. Tapahtumiin voivat osallistua kaiken ikäiset ja kuntoiset, vauvasta vaariin. Tarkoituksena olisi liikkua yhdessä nauttien liikunnan tuomasta hyvästä olostä sekä mukavista sosiaalisista hetkistä.

Liikutaan yhdessä 2020 korvaa aiemmin olleen vuoden mittaisen lestikierroksen.

1. SISÄLIIKUNTA

Sisäliikunta päivä järjestetään liikuntahallilla perjantaina 21.2 klo:10-14. Päivä aloitetaan yhteisellä aamujumpalla isossa salissa. Sen jälkeen pyörii useita ryhmiä yhtä aikaa, mistä jokainen voi valita haluamansa. Voit käydä kokeilemassa kuntosaliharjoittelua tai erilaisia pallopelejä ja jumppia. Tapahtuma on kaikille maksuton eikä se vaadi ennakko ilmoittautumista. Tapahtuman tarkempi aikataulu julkaistaan lähemmin Oriveden kaupungin nettisivuilla, Facebookissa sekä Oriveden Sanomissa.



2. FRISBEEGOLF

Frisbeegolfia pääset kokeilemaan ja pelaamaan Rovastinkankaalla torstaina 14.5 klo:17.00 alkaen. Mahdollisuus on lähteä kiertämään koko 9-väyläinen rata tai kokeilla lajia lyhyemmällä ja helppo kulkuisemmalla reitillä. Tapahtuma on kaikille maksuton ja kesto noin pari tuntia. Jos omistat omat frisbeet voit ottaa ne mukaasi.

3. LUONTOPATIKOINTI

Patikointi retki järjestetään Ruoveden kunnassa sijaitsevalle Siikanevalle, joka on Pirkanmaan laajin yhtenäinen suoalue. Se on myös maakunnan tärkein soidensuojelualue.

Retkelle lähdetään perjantaina 28.8 kaupungintalolta maksuttomalla bussilla kuljetuksella klo.12.00. Kyytiin pääsee myös matkan varrelta. Siikanevalla on mahdollisuus kiertää 2,6 kilometrin mittainen reitti, jossa suoalueet kuljetaan pitköspuita pitkin. Mikäli ei halua kiertää koko reittiä pääsee parkkialueelta myös kulkemaan suoraan pitköspuita pitkin laavulle. Patikoinnin jälkeen voi jokainen nauttia omia eväitä laavulla nuotiotulen äärellä. Takaisinpäin lähdemme viimeistään klo:15.00.

Kuljetuksen järjestämiseksi täytyy tapahtumaan ilmoittautua ennakoon 21.8 mennessä vastaavalle liikunnanohjaajalle joko sähköpostilla sallamari.myllykoski@orivesi.fi tai puhelimitse 040-1339210.



4. VESILIIKUNTA

1. Lapsille (1-6 lk. uimataitoiset) uimahalli disco perjantaina 30.10 klo:16.30-20. Luvassa musiikkia Dj:n soittamana, herkuttelua ja kisailuja. Pääsymaksu 4,50 €.
2. Vesiliikunta päivä järjestetään uimahallilla perjantaina 4.12 klo:10-13. Päivän aikana useita vesijumppia terapia- sekä kuntoaltaassa. Halukkaat pääsevät myös pelaamaan vesipalloa. Tapahtumaan pääsee normaalilla uintimaksulla. Terapia-altaan ryhmiin mahtuu 15 ensimmäistä jumpparia ja kuntoaltaan ryhmiin 25 ensimmäistä. Tapahtuman tarkempi aikataulu julkaistaan lähemmin Oriveden kaupungin nettisivuilla, Facebookissa sekä Oriveden Sanomissa.
3. Kynttiläuinti uimahallilla perjantaina 18.12 klo: 17-20. Tule rentoutumaan kynttilän loisteseen, joulumusiikin soidessa. Normaali uintimaksu.

ORIVESI



LISÄTIETOJA;

Vastaava liikunnanohjaaja, Salla-Mari Myllykoski puh. 040-1339210

Vapaa-aikaohjaaja, Petteri Lähteenmäki puh. 040-1339126

Sekä www.orivesi.fi -> palvelut -> liikunta -> liikutaan yhdessä

