

KuntoPosti

01/2018



Juankosken Kuntoilijat ry

Pappilanpellontie 4

73500 Juankoski

Puh. 045 114 8853 / www.juankoskenkuntoilijat.com

Juankosken Kuntoilijat ry

Juankosken Kuntoilijat ry on vuonna 1972 perustettu Suomen Latu ry:n alainen paikallisyhdistys. Kotipaikkana Juankoski ja toimialueena Koillis-Savo.

Vuosi 2017 oli yhdistyksen 45. toimintavuosi.

Yhdistyksen tarkoitus 2017 vuonna oli toimia hiihdon, retkeilyn ja kaikenlaisen luonnossa tapahtuvan liikunnan edistämiseksi Juankosken taajamassa sekä lähiympäristöissä. Yhdistyksen tavoite on saattaa kunto-, virkistys- ja terveystoimintaa kaikenikäisten ihmisten ulottuville ylläpitämään heidän kuntoaan ja terveyttään. Niin ulkona monipuolisesti liikkuen kuin myös sisällä pelaten ikään tai taitoon katsomatta. Yhdistyksen arvot ovat hyvinvointi, yhteisöllisyys, tasavertaisuus ja kestävä kehitys. Arvojen mukaan ulkoilemme, liikumme, olemme ja toimimme yhdessä avoimina, tasa-arvoisina sekä kestävän kehityksen mukaisesti.

Yhdistyksen ja Suomen Ladun tapahtumissa teemana vuonna 2017 oli Suomi100.

HALLITUS JA TOIMIHENKILÖT V. 2018

Anja Korhonen Pappilanpellontie 4 as 12 045 114 8853

Puheenjohtaja 73500 Juankoski
-tiedottaminen Sähköposti: anjaimeli.korh@luukku.com

Olavi Rissanen **Varapuheenjohtaja**
Hallitusjäsen Sähköposti: olari@luukku.com 0500 376 291

Annika Rautanen **Sihteeri**
Hallitusjäsen sähköposti: annika.rautanen@gmail.com
Jäsensihteeri

Muut hallituksen jäsenet: Pentti Laitinen, Kirsti Mikkonen, Henna Roth, Sirpa Ihanus
Varajäsenet **Erkki Hiltunen ja Tuula Hyvärinen** (uusina)
Sirpa Ihanus sirpa.ihanus@si-isannointi.fi

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

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

Latu- ja retkeilytoimikunta: Anja Korhonen
Jäsenet: Olavi Hiltunen, Olavi Rissanen ja Pentti Laitinen

Järjestö- ja koulutus-
toimikunta: Jäsenet: Anja Korhonen 045 114 8853
Helena Karjalainen, Annika Rautanen ja Sirpa Ihanus

Lapset - Nuoret työryhmä: Kirsti Mikkonen 040 5888143
Jäsenet: Mimmi ja Aatu Mikkonen, Henna Roth

Yhteyshenkilöt:

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

Vuoden Kuntoilija 2017 julkistetaan kevätkokouksessa 25.3.2018 klo 16.30

Suomen Latu ry järjestön strategian vuoteen 2021

Perustehtävämme: Edistämme kaikenikäisten ulkoilua ja liikunnallista elämäntapaa kaikkina vuodenaikoina. **Visio:** Kaikki löytävät mielekkään tavan ulkoilla ja nauttia luonnosta
Toimintatavat: Kaikilla on oikeus ulkoilla. Ulkoilemme hyvinvoivassa ympäristössä nyt ja tulevaisuudessa. Tietomme ja toimintamme ovat kaikille avoimia. Toimintamme perustuu vapaaehtoisuuteen. Olemme rohkeita kokeilemaan uutta ja uudistumaan.

Olemme jälleen toimineet järjestön strategian mukaisesti aktiivisina läpi vuoden 2017. Talkootunteja tehty kaikkiaan n. 4207 tuntia eri tapahtumien tiimoilta. Eri tapahtumiin ja peli-iltoihin on osallistunut 4572 (684 lasta tai nuorta ja 3888 aikuista) vuoden 2017 aikana! Tapahtumia, kokouksia, palavereita, peli-iltoja, retkiä ym. on ollut 500 kappaletta vuoden aikana. Olemme siis liikuttaneet noin kerran jokaista Juankosken asukasta vauvasta vaariin (asukkaita Juankosken taajamassa n. 4700).

HUOM! Mikäli haluat yhdistyksen sähköpostituslistalle tai pois sieltä laita puheenjohtajalle viestiä. Samoin mikäli et ole enää yhdistyksen jäsen, tiedota siitä meille. Saamme jäsenrekisterin kuntoon ja ajantasalle. Suoraan: jasenpalvelu@suomenlatu.fi

Vuosi 2017 meni juhluvuoden merkeissä; Juhlimme 100-vuotista Suomea ja omaa 45-vuotista yhdistyksemme taivalta. Osallistuimme kaikkiin valtakunnallisiin Suomi 100 päiviin sekä teimme vielä oman Suomi 100 päivän Itsenäisyyspäivänä Soittokunnan talolla yhdessä Soihdun, Juankosken Kulttuurihistoriallisen Seuran ja SPR:n kanssa. Monia Suomen lippuja askarreltiin tapahtumassa, juotiin maukkaat täytekkukahvit. Kiitokset kaikille yhteistoiminnassa ja mukanaolleille. Koulu yhteistyötä teimme retkeilykummiluokan sekä Ruukinkoulun yläasteen luokkien kanssa. Jäällä tapahtuva leikkimielinen Curling sai suuren suosion. Sen pariin teimme useita tapahtumia. Curling esiteltiin myös Suomen Ladun järjestön kokouksessa yhtenä perhe- ja lasten ulkoilun esimerkkinä. Savo-Karjalan latualueen toiminnassa olemme vilkkaasti mukana aluetapahtumissa (Hossa, järjestimme lentopalloturnauksen), aluekokouksissa ja -palaverissa. Kirsti Mikkonen ja Anja Korhonen toimivat myös latualueen aluetyöryhmässä. Yhdistyksen puheenjohtaja toimi Suomen Ladun 1. varapuheenjohtajana, sekä järjestötoimikunnassa puheenjohtajana ja työvaliokunnassa jäsenenä. Vuosi 2018 Suomen Latu toimii yhteistyössä Sydäniiton kanssa ja näin ollen me täällä Juankoskella teemme yhdessä tapahtumia Koillis-Savon Sydänyhdistyksen kanssa. Vuosi 2018 mennään teemalla **Polulle Sydämellä**. Teemaan perustuen toimintasuunnitelmaan on otettuna yhteisiä tapahtumia.

Tulevat tapahtumat:

- ◆ 17.3. Mukana Ruukinkoulun kirppis-päivässä.
- ◆ 18.3. Mukana seurakunnan Marian päivän tapahtumassa ulkoiluosiolla Pappilanmäessä klo 11.00
- ◆ 25.3. Yhdistyksen sääntömääräinen yleiskokous klo 16.30 kts takasivu. P-Savon OP:n kerhohuone. Kahvit.
- ◆ 10.4. Lappiin lähtevien infoilta P-Savon OP:n kerhohuone klo 18.30
- ◆ Huom! [HiihtoMetriKisassa](#) keräillään hiihtomatkoja motivoitina hienoon, perinteiseen talvilajiin Sähköpostiin anjairmeli.korh@luukku.com ta 045 114 8853 tekstiviestillä. Muista nimesi.
- ◆ 18.4. **Sydänyhdistys**, fysioterapia ja Kuntoilijat yhdessä Juankosken kirjastolla klo 13.00-15.00
- ◆ 26.4. - 2.5. Lapin kevätviikko Kiilopäällä. Suomen Latu 80v juhla ja järjestön kevätkokous.
- ◆ 10.5. Unelmien liikuntapäivä yhdessä **Sydänyhdistyksen** kanssa.
- ◆ 26.5. Patikkaretki suunnataan Kolille yhdessä **Sydänyhdistyksen** kanssa. Bussin aikataulut myöhemmin. Omat eväät reppuu.
- ◆ 05.6. Pihapelit-ilta klo 17.30 – 19.00. Avoin kaikille.
- ◆ 10.6. Pyöräretki suuntautuen Kaaville. Lähtö klo 10.00. Kahvit yhdistykseltä. Eväät ja juomaa reppuun.
- ◆ 5.-6.7. Sulkavan retkisoutu. Ilmoittaudu pikaisesti mukaan. Osallistumismaksu 90€ sis. Venevuokra, tapaturman hoitovakuutus, osallistumismaksu. Sähköpostiin tai puhelimitse.
- ◆ KAIKKI osallistumaan Savo-Karjalan latualueen **KESÄFESTAREILLE 4. - 5.8.2018 Tanhuvaara**, Savonlinna. Runsaasti liikuntapainotteista ohjelmaa. (lentopallo, kyykkä, mölkky, melonta, luontopolku, nuotio, polkujuoksuohjaus, lastentoimintaa, suunnitteilla hiekanveistoa ym, ym, ym). Mahd. teltailla, asuntoautoilla tai sisämajoittua. Karaokeetanssit. Merkkää kalenteriin, mennään joukolla mukaan. Seuraa ilmoittelua.
- ◆ 15.8. Polkujuoksutapahtuma Juankoskella.
- ◆ 24.8. Venetsialaiset ilta klo 18.30 Pikonniemessä, Juankoskella
- ◆ 25.8. Kuutamokävely Kaavilla yhteistoimintaa **Sydänyhdistyksen** kanssa.
- ◆ Kesälajit frisbeegolf, kyykkä, mölkky, mahdollisia sauvakävelyiltoja ym yhteistä liikunnallista toimintaa pidetään yllä resurssien mukaan.
- ◆ Kirkkovenesodut Kivennavalla maanantaisin. Lähtö klo 18.00 virastotalon piha.
- ◆ Mölkky ja kyykkä ilta keskiviikkoisin klo 18.00 - 20.00 lämpölaitoksen viereinen kenttä. Avoin kaikille.
- ◆ Tennis keskiviikkoisin klo 18.00 – 20.00. Avoimena peli-iltana kaikille.
- ◆ Maastopyöräilyä pyritään edistämään yhdistyksessä. Pyöräilyn Kilometrikisaan liitymme keväällä sen toteutuessa. Jokainen voi rekisteröityä itse Kilometrikisaan. Yhdistys lähettää joukkuekoodin
- ◆ Tapahtumista ilmoitellaan muistilistalla, facebookissa, kotisivuilla ja Suomen Ladun tapahtumakalenterin kautta.

Alueella: * S-Karjalan latualueen **Kesäfestarit**, urheiluopisto Tanhuvaara, Savonlinna 4.- 5.8.2018

* S-Karjalan latualueen aluekokous ja syyspäivät Iisalmi 6.-7.10.2018

Valtakunnallisesti:

- * Erämelonnan SM, Lappeenranta 26.-27.5.2018
- * Suomi-Meloo 9.-15.6.2018 Kuopiosta
- * Suomen Ladun frisbeegolfkisat Kotka 11.-12.8.2018
- * Nuku yö ulkona-valtakunnallinen tapahtuma 8.-9.9.2018
- * Suomen Latu ry järjestön kevätpäivät ja -kokous Suomen Latu Kiilopää 27.4.-1.5.2018. Kokous 29.4.2018
- * Suomen Latu ry järjestön syyspäivät ja -kokous Espoo 19.-21.10.2018
- * Suomen Ladun Kiilopäähiihto 24.11.2018 avaa tulevan vuoden laturetkitapahtumat

Salivuorot Ruukinkoulu: Lentopallo torstai klo 20.00 - 22.00
Kevät 2018 → 31.05.2018 Sulkapallo keskiviikko klo 20.00.- 21.30
Sulkapallo lauantai aloittelevat, perheet klo 16.00 - 17.00
Sulkapallo lauantai klo 17.00 - 18.00
Sulkapallo sunnuntai klo 19.00 - 21.00
Tennis sunnuntai klo 10.00 - 11.30

Talviuinti: Ruukin Kievarin saunallinen vuoro torstai alk. klo 17.00 → n. klo 18.30

Maksu 4,00€/kertamaksu suoritetaan saunaosastolla.

Kausikortit aamu/päivä-uintiin arkipäivisin klo 8.30 → 14.00 respasta 25€ (suihku ja pukutilat käytössä). Kertamaksulla aamu/päivä 2 € respaan.

Olemme osallistuneet yhdistyksenä Suomen Ladun UlkonaKuinLumiukko-haastekampanjaan ja näin ojentaneet lahjamme 80 vuotta täyttäneelle Suomen Ladulle 28.1.2018



Kiitokset kaikille aktiiveille lumiukkojen rakentajille !

JUANKOSKEN KUNTOILIJAT RY

sääntömääräinen

kevätkokous

25.03.2018

klo 16.30

Pohjois-Savon Osuuspankin kerhohuone

Käsitellään sääntöjenmukaiset asiat.

Vuosikertomus ja tilinpäätös 2017

VUODEN KUNTOILIJAJA 2017 julkistaminen

KAHVIT

TERVETULOA

Hallitus

Reipasta, liikunnallista sekä ulkoilullista yhdessäoloa kohti kevättä ja kesää. Aurinkoa !