

Vantaan Latu

Jäsentiedote

1

2014





**Vantaan
Latu**

Julkaisija

Vantaan Latu ry
Kotkansiipi 4 B 7, 01450 Vantaa
www.vantaanlatu.com
Perustettu 4.2.1965

**Ilmoita sähköpostiosoitteesi:
info@vantaanlatu.com tai
vantaan.latu@vantaanlatu.com**

Vantaan Latu ry:n

tiedote jaetaan 2 krt/vuosi.

Jäsenlehdet ladattavissa verkko-
sivuilta www.vantaanlatu.com
PDF-muodossa.

Ilmoitushinnat

1/1-sivua, 120x165 mm	200 €
1/2-sivua, 120x80 mm	150 €
1/4-sivua, 120x20 mm	50 €
Rivi-ilmoitus	10 €

Pankkiyhteys

FI91 5720 1055 5013 04
572010-55501304

Kansikuva

Kaukaa Lapista,
Staalojärven kämpältä.
Kuva Helena Leppänen

Taitto

Hannu Kerman

Painos

1200 kpl

Painopaikka

Mainiopaino Oy

Kokoukset

Vantaan Latu ry:n sääntömääräinen

kevätkokous

torstaina 20.2.2014

klo 18.30

Leinikkitie 22 D, 01350 Vantaa

(Vantaan Järjestörinti Tikkurilassa)

- 1.** Valitaan kokouksen puheenjohtaja, sihteeri, pöytäkirjan tarkastajat ja ääntenlaskijat.
- 2.** Todetaan kokouksen laillisuus ja päätösvaltaisuus.
- 3.** Esitetään hallituksen kertomus päättyneen toimintavuoden toiminnasta.
- 4.** Esitetään tilinpäätös ja toiminnantarkastajien lausunto.
- 5.** Päätetään tilinpäätöksen vahvistamisesta.
- 6.** Päätetään tilivapauden myöntämisestä hallitukselle ja muille tilivelvollisille.
- 7.** Käsitellään muut kokouskutsussa mainitut asiat.

Kahvitarjoilu. Tervetuloa!

Tule vaikuttamaan latuyhdistyksesi toimintaan!

Hyvä Vantaan Ladun jäsen

Uusi vuosi toi muutoksia mukanaan latuyhdistyksessämme. Kolme viime vuotta hallituksen puheenjohtajana toiminut Hannu Kerman luopui tehtävästä, jota hän on hoitanut pyyteettömästi meidän, vantaanlatulaisten hyväksi. Siitä Hannulle suuri kiitos! Hannu jatkaa edelleen hallituksen jäsenenä, joten työ jatkuu. Uudeksi puheenjohtajaksi syyskokous valitsi minut. Tehtävän otan vastaan suurella mielenkiinnolla.

Hallitus sai syyskokouksessa kaksi uutta jäsentä, Pekka Virtasen ja Hannele Liljan, joista Hannele esittäytyy tässä lehdessä. Hallituksen jäsenet yhteystietoineen näet takakannesta. Kuuntelemme mielellämme toiveitasi; ota yhteyttä tai nykäise meitä hihasta tapahtumissa.



Tänä vuonna ohjelmassamme on paljon vanhaa tuttua mutta myös uutta, muun muassa toukokuinen linturetki. Entäpä jos koekilisit Vantaan Ladun perinteistä lajia, kuntolentopalloa? Tule mukaan lumikenkäretkelle YHDESSÄ Lumille -päivänä tai osallistu opastetulle polkuretkelle. Ulkoillaan ja retkeillään iloisesti yhdessä. Aiempaa kokemusta lajeista ei tarvita.

Ohjelma ja tapahtumatiedot tarkentuvat vuoden mittaan. Seuraa nettisivujamme ja ilmoita sähköpostiosoitteesi, jos et vielä saa

meiltä postia, niin et jää mistään paitsi.

Lämpimästi tervetuloa tapahtumiin osallistujana tai mukaan toiminnan järjestämiseen – ihan mikä sinulle parhaiten sopii. Kaiken teemme talkoovoimin, joten sopivaa tekemistä löytyy jokaiselle halukkaalle. Yhdessäolo ja yhdessä tekeminen ovat monen mielestä juuri se juttu liikunnan lisäksi.

Viime vuonna näihin aikoihin hiihdettiin täyttä päätä, ja Bisän majan hiihtokausi alkoi 19. tammikuuta. Tätä kirjoittaessani maa on musta, vasta odottelemme lunta. Talvi tulee kuitenkin ennemmin tai myöhemmin. Poikkea silloin Bisän majalla hiihto- tai lumikenkäretkelläsi.

Reipasta ulkoiluvuotta toivottaen

Maarit Kylmäluoma

KUNTOLIIKUNTA 2014

KEPPIJUMPPA

Keppijumppaliikkeet ovat selkeitä, kokonaisvaltaisia ja kehon isoja lihasryhmiä liikuttavia. Lihasvoima- ja kestävyys harjoittelussa keppi tarjoaa riittävän vastuksen, ja lisäksi kepin käyttö tehostaa liikeratoja. Tervetuloa mukaan tehokkaaseen keppijumppaan!

KEPPIJUMPPA Rajakylässä,

Rajakylän koululla, Latukuja 1, maanantaisin klo 19.00–20.00. Tiedustelut Heli Limatius, puh. 040 839 8372. Maksu 4 €/kerta. Oma keppi ja alustaa ei tarvitse.

KUNTOLENTOPALLO

Tämä harrastajaryhmä koostuu kaikenikäisistä mukana olevista pelitaidoista ja humorintajusta riippumatta. Mukaan mahtuvat kaikki pelaamisesta kiinnostuneet – junnut ja vanhemmat, mummit ja vaarit. Aiempaa pelitautta ei vaadita! Tervetuloa mukaan tehokkaaseen palloon!

KUNTOLENTOPALLO Jokiniemen koululla, Kauratie 2.

Perjantaisin klo 20.00–22.00 miehille ja naisille. Maksu 3 €/kerta. Tiedustelut Ritva Tahvanainen, puh. 050 369 5090.

SAUVAKÄVELY

Sauvakävely on kaikille sopiva kuntoilu muoto, jonka harrastaminen on helppo aloittaa. Reippailla voi niin kuntopoluilla, metsissä, lumessa kuin asfaltilla. Sauvakävelyssä jokainen saa etsiä itselleen sopivan vauhdin ja tehon. Laji on pääasiassa kestävyys harjoittelua, joka lisää aerobista kuntoa monipuolisella tavalla – jokaisen harrastajan omista lähtökohdista käsin. Kävelyharjoitteluun ja -tekniikkaan annetaan vinkkejä ja matka etenee osallistujien vauhdin ja kunnon mukaisesti.

SAUVAKÄVELY Hakunilan uimahalli, lähtö uimahallin parkkipaikalta, keskiviikkoihin klo 18.00–19.30. Tule mukaan sauvakävelemään Vantaan Ladun ohjaajien opastamana. Kävelemme 4–7 km mittaisen lenkin säästä riippuen ja matkan varrella hiotaan sauvakävelytekniikka kuntoon. Kävelyn lopuksi lihakset venytellään vetreiksi.

Mukaan tarvitset kävelyn soveltuvat jalkineet, säänmukaisen asun sekä omat sauvat. Eikä maksa mitään. Tiedustelut Soili Hirvelä, puh. 0400 955 912 tai Mirja Olin, puh. 0440 199 166 (iltaisin).

KÄVELYKLUBI Tiistaisin klo 18.00–19.30. Kokoon tuminen Pallastunturintien koulun portilla. Varusteet: Säänmukainen ulkoliikuntavarustus ja hyvät kävelyjalkineet. Klubivetäjänä Timo Palotie, puh. 0400 409 721.

TAPAHTUMAT 2014

IIIIHTO JA LUMIKENKÄILY

SUKSIEN VOITELUILTA

torstaina 30.1.2014 klo 17.00–20.00

Suksien voitelua ja neuvontaa Hakunilan urheilupuistossa. Voitelumestarina toimii Timo Palotie.

Voiteluhinnat: pohjustus 7 € / pari, pohjustus + voitelu 10 € / pari

Voiteluiltiltana saat sukset huollettua ja hyvää neuvontaa suksien huollosta. Koe liikunnan ilot hyvin huolletuilla suksilla ja varusteilla.

Ei ennakoilmoittautumista.

Tervetuloa kunnostamaan sukset!

Lisätietoja: Timo Palotie, timo.palotie(at)elisanet.fi, puh. 0400 409 721

LUMIKENKÄRETKE

Sipoonkorven kansallispuistoon
lauantaina 8.2.2014

Tervetuloa lumikenkäilemään Suomen Ladun YHDESSÄ Lumille -päivänä.

Kokoontuminen Bisan majalla Sotungissa klo 10.00, lähtö maastoon klo 10.30.

Voit tulla omilla lumikengillä tai vuokrata käyttööseen Vantaan Ladun lumikengät (5 euroa).

Lumikenkäily on helppo ja hauska kaikenikäisille ja -kuntoisille sopiva laji. Lumikenkäläijä ei tarvitse latuja, vaan pääsee liikkumaan vaihtelevissa maastoissa kelillä kuin kelillä ja lähes äänettömästi.

Bisan majalla voi ostaa syötävää ja juotavaa sekä paistaa nuotiolla makkaraa. Maja auki klo 10–15. Ei ennakoilmoittautumista.

Lisätietoja: Hannele Lilja, hannele.lilja(at)hotmail.fi, puh. 044 535 5305

Vantaan Ladun

IIIIHTORETKI SIPOONKORPEEN

sunnuntaina 23.2.2014 klo 10.00–15.00

Tervetuloa talviselle hiihtoretkelle!

Hyvin hoidetut ladut vievät Sipoonkorpeen ja Vantaan Ladun Bisan majalle. Voit lähteä ladulle sieltä mistä haluat: Kuusijärveltä, Hakunilasta, Koivulasta, Viirilästä. Matkan pituus hiihtäjän oman valinnan mukaan. Kaikki Bisan majalla kävijät osallistuvat arvontoihin - muista kuitata käyntisi!

Ei ennakoilmoittautumista.

Lisätietoja: Hannu Kerman hannu.kerman(at)kolumbus.fi, puh. 0400 474 445

KUUTAMO TAHKON TAIVAL -IIIIHTO

sunnuntaina 16.3.2014 klo 18.00

Hakunilasta Bisan majalle hiihdetään yhdessä ja ohjastusti kuutamon valossa.

Lähtö Hakunilan Urheilupuiston P-paikalta (Luotikuja 1, 01200 Vantaa) noin klo 18.00. Matkan pituus noin 10 km.

Bisan majalla myynnissä mehua, kahvia ja makkaraa. Pukeudu sään mukaan ja ota omat hiihtovarusteet mukaan, hiihtotyylinä perinteinen tai luistelu.

Yhteistyössä: Helsingin Latu ja Vantaan Latu
Ei ennakoilmoittautumista.

Lisätietoja: Peter Laurén, puh. 0400 454 936, peterlauren43(at)gmail.com

AIKUISTEN HIIHTOKOULU

Hakunilan urheilupuistossa, Luotikuja 1, 01200 Vantaa

Kokoontuminen huoltorakennuksen edessä.

Lauantaina 15.2.2014, klo 11 – 13

Vapaa hiihtotyyli

Sunnuntaina 16.2.2014, klo 11 – 13

Perinteinen hiihtotyyli

Hinta 5 € / kerta. Omat sukset mukaan.

Tervetuloa oppimaan hiihdon niksit!

Ei ennakoilmoittautumista.

Lisätietoja: Timo Palotie, timo.palotie(at)elisanet.fi, puh. 0400 409 721

POLKURETKET

Vantaan Ladun polkuretkillä on pitkät perinteet. Ensimmäinen syksyinen polkuretki järjestettiin vuonna 1983. Isänpäivänä on patikoitu vuodesta 1986 lähtien ja toukokuussa polkuretki on järjestetty vuodesta 2006 alkaen. Polkuretken reitin voi kulkea viime vuosien tapaan omaan tahtiin oman aikataulun mukaan. Vaihtoehtoisesti voit patikoida reitin opastetussa ryhmässä. Jos et ole koskaan käynyt Bisan majalla Kuusijärveltä käsin, niin nyt siihen on oiva tilaisuus.

KEVÄINEN 8. POLKURETKI sunnuntaina 4.5.2014

Opastettua patikointia metsäpolkua pitkin Kuusijärveltä Bisan majalle ja takaisin. Lähtö klo 10 Kuusijärveltä kokoustalon edestä.

Myös entiseen tapaan voi liikkua oman aikataulun mukaan merkittyä reittiä pitkin. Lähtöpaikka on opastettu kokoustalon edestä ylikulkusillan alta.

Ota matkalla purnukasta mukaan Luontopolku kutsuu -kortti! Reitillä on 10 luontoaiheista kysymystä, vastaa niihin ja merkitse korttiin mielestäsi oikea vastaus. Oikeat vastaukset voit tarkistaa Bisan majalla.

Bisan majalta lähtee myös merkitty reitti hiidenkirnuille.

Reitin pituus n. 9 km + hiidenkirnuille edestakainen matka n. 4 km.

Bisan maja on auki klo 10–15. Majalla

voi ostaa juotavaa ja syötävää sekä istuskella tulen äärellä.

Kaikkien polkuretkelle osallistujien kesken arvontaa. Ei osallistumismaksua.

Tervetuloa liikkumaan keväiseen luontoon koko perhe!

Lisätietoja: Elina Kontturi,
kontturi.elina(at)gmail.com,
puh.045 161 9144

VANTAAN LADUN 31. POLKURETKI sunnuntaina 28.9.2014

Lisätietoja: Terho Nieminen,
terho.ttn(at)pp.inet.fi, puh.040 835 6138

ISÄNPÄIVÄN 28. POLKURETKI sunnuntaina 9.11.2014

Lisätietoja: Hannele Lilja,
hannele.lilja(at)hotmail.fi, puh. 044 535 5305

Syksyn polkuretkistä tarkemmin jäsentiedotteessa 2-2014.

VANTAAN LADUN TALKOOT

La 3.5.2014 klo 10 Bisan majan pihatalkoot ja polkuretken valmistelu.

La 27.9.2014 klo 10 Bisan majan pihatalkoot ja 31. polkuretken valmistelu.

La 8.11.2014 klo 10 Bisan majan pihatalkoot ja 28. isänpäivän polkuretken valmistelu.

Tule mukaan, pääset merkkamaan polkuretken polkuja.

Tiedustelut: Majan isäntä Hannu Kerman, puh. 0400 474 445, hannu.kerman(at)kolumbus.fi

Tervetuloa talkoisiin!

PYÖRÄILYRETKET

Vantaan Ladun VIIKONLOPUN PYÖRÄRETKI 7.6.–8.6.2014

Luontokeskus Haltiaan Nuuksioon

Vantaan Ladun viikonlopun pyöräilyretki tehdään Suomen luontokeskus Haltiaan. Lähdemme pyöräilemään Tikkurilasta (Tikkurilan asema, punainen museorakennus) aamulla 7.6. klo 9. Pyöräilemme rauhalliseen tahtiin Tikkurilasta Ylästöntietä ja sieltä Pitkäkoskelle. Matkaa jatkamme Rajatorpan-Laaksohalden-Bembölen-Nupurintien kautta Solvallaan. Luontokeskuksen osoite Nuuksiontie 84.

Matkalla pidämme juoma- ja ruokatarpeita mukaan. Paluureitti sunnuntaina voidaan sopia osallistujien kesken. Luontokeskuksesta pyöräilemme Helsingin Ladun majalle Vaakkoille, Kuikunlänintie 45, Espoo/Vihti. Yöpyminen Vaakkoilla maksaa 11 euroa yö Vantaan Ladun jäsenille. Jos olet myös Helsingin Ladun jäsen, yöpymismaksu on 6 euroa. Vaakkoilla on mahdollisuus saunoa, uida, grillata ulkona ja laittaa ruokaa kaasuhellalla kämpän keittiössä.

Retkelle mahtuu 12 henkilöä. Retkelle osallistuminen edellyttää kokemusta muutamasta pitemmästä pyöräilyretkestä ennen tätä retkeä. Huollathan pyöräsi ennen retkelle lähtöä.

Retki toteutetaan 'omat eväät' -periaatteella. Tarkemmin retken yksityiskohdista, kuten esim. ruokailusta ja majoittumisesta, tiedotetaan tarkemmin ennen retkelle lähtöä. Ks. verkkosivuiltamme alustava luettelo, mitä tarvitset retkelle mukaan.

Retken tiedustelut ja ilmoittautuminen viimeistään 2.6.2014: Seija Kaipainen

Vantaan Ladun LOPPUKESÄN PYÖRÄRETKI LAMMASSAAREEN sunnuntaina 17.8.2014

Lähdemme liikkeelle Tikkurilasta klo 10 ja pyöräilemme Keravanjoen ja Vantaanjoen vartta Vanhankaupunginlahdelle, josta jatkamme kävellen Lammassaareen. Evästelemme perillä ja Tikkurilaan palaamme yhteisesti suunniteltua reittiä pitkin.

Retken tiedustelut ja ilmoittautuminen viimeistään 11.8.2014:

Seija Kaipainen, puh. 050 532 5327, seija.kaipainen(at)welho.com

RUNEBERGIN PYÖRÄRETKI Helsinki-Porvoo lauantaina 24.8.2014

Runebergin pyöräretkellä nautitaan Uudenmaan maisemista Helsingistä Porvooseen. Matka taittuu polkien oppaiden johdolla. Paluumatkalla lepuutamme lihaksiamme M/S Runebergillä. Tarkemmat tiedot ja ohjeet kevään ja kesän 2014 aikana.

Ilmoittautuminen www.helsinginlatu.fi sivustolla:

Lajit ja toimintamuodot / Pyöräily

Lisätietoja:

Matti Niemelä, puh. 0400 926 964, toimisto@helsinginlatu.fi

RETKEILY JA VAELLUKSET

Vantaan Ladun HIIHTOVAELLUS RAJA-JOOSEPISTA viikolla 13

Kuuden vaelluspäivän aikana tehdään Raja-Joosepista kierros Sokostin pohjoispuolelta myötöpäivään ja käydään huiputamassa Sokosti sään salliessa.

Lisätietoja ja oppaana: Sampsa Vähä-Karvia, sampsa.vahakarvia(at)gmail.com, puh. 050 352 5657

Vantaan Ladun RETKIKURSSI

la-su 24.–25.5.2014

Pelkäätkö lähteä retkelle tai vaellukselle? Mitä varusteita tarvitsen, riittääkö kunto? Onko tuttua?

Vantaan Latu järjestää paljon kysytyyn ja toivotun retkikurssin aikuisille ikään, kokoon, kuntoon tai taitoon katsomatta. Kurssilla opitaan retkeilyn varusteet, muonitus ja suunnistustaidot.

Harjoittelemme suunnistusta Bisan majan ympäristössä. Ota mukaan kompassi ja sään vaatimat varusteet.

Koulutuksen hinta on 60 € Vantaan Ladun jäseniltä ja 70 € ei-jäseniltä. Hinta sisältää koulutuksen, tulokahvit Bisan majalla, tarvittavat kartat, loppukahvit ja saunan Kuusijärvellä.

Maksu suoritetaan 23.4.2014 mennessä Vantaan Ladun tilille FI91 5720 1055 5013 04. Käytä viitettä 4006. Koulutukseen otetaan 20 henkilöä.

Lisätietoja ja ilmoittautuminen:

Hannu Kerman, puh. 0400 474 445, hannu.kerman(at)kolumbus.fi. ja Jarkko Lahtinen, puh. 050 589 2021, jarkko.lahtinen[at]gmail.com

Vantaan Ladun KESÄVAELLUS JA SYYSVAELLUS LAPISSA

Järjestämme kesävaelluksen heinäkuussa ja ruskavaelluksen perinteisesti syyskuussa Lapissa. Tiedot vaellusten kohteista ja tarkemmat ajankohdat tulevat verkkosivuillemme myöhemmin.

Lisätietoja ja oppaana: Sampsa Vähä-Karvia, sampsa.vahakarvia(at)gmail.com, puh. 050 352 5657

YHDESSÄ Retkelle Viikonloppuretki Petkeljärven kansallispuistoon pe-su 29.–31.8.2014

Suomen Ladun YHDESSÄ Retkelle -teemaviikonloppuna teemme retken Suomen pienimpään kansallispuistoon ja Suomen itäisimpään kolkkiaan Ilomantsin Petkeljärvelle. Puiston pinta-ala on vain noin 6 km², mutta kauneutta paikasta ei puutu.

Petkeljärven kansallispuisto on kuin maisema postikortissa. Kauniiden ja kapeiden harjujen päältä aukeavat lumoavat näkymät alhaalla pilkistäville järville ja metsälammille.

Petkeljärven harjut kuuluvat pitkään harjumuodostelmaan, joka ulottuu Koitereelta aina Venäjän puolelle. Puiston koskemattomissa metsissä humisevat 150-vuotiaat paksukaarnaiset petäjät.

Lauantaina tutustumme alueen omakeimaiseen luontoon sekä saunomme ja uimme. Sunnuntaina suuntaamme Möhkön kylään, jossa tutustumme paikalliseen ruukkimuseoon ja sotahistoriaan.

Retki tehdään kimpapyödein.

Lisätietoja ja ilmoittautuminen:

Merja Rapeli, puh. 0400 473 906, merjatrapereli(at)gmail.com

MUUT TAPAHTUMAT

LINTURETKI VIIKKIIN

torstaina 8.5.2014 klo 18.15–20.45

Lähtöpaikka: Gardenian piha,
Koetilantie 1, 00790 Helsinki

Toukokuun alussa on lintujen kevätmuutto parhaimmillaan. Viikki tarjoaa upeat puitteet nähdä ja kuulla koko lintulajiston kirjo. Mukaan kannattaa ottaa omat kiikarit. Retkioppaana BirdLife Suomen retkikummi. Ei osallistumismaksua.

Tervetuloa linturetkelle!

Lisätiedot ja ilmoittautuminen 5.5.2014

mennessä: Maarit Kylmälouma,
maarit.kylmalouma(at)elisanet.fi,
puh. 0400 811 570

GEOKÄTKÖILYÄ KUUSIJÄRVELLÄ

lauantaina 10.5. klo 12.00–13.30

Suomen Ladun YHDESSÄ Geokätköiden -päivänä tutustumme geokätköilyyn ja etsimme geokätköjä Kuusijärvellä. Kokoontuminen kokoustalon edessä.

Tarkemmat tiedot tapahtumasta tulevat verkkosivuillemme.

Lisätietoja: Hannu Kerman,
hannu.kerman(at)kolumbus.fi,
puh. 0400 474 445

Viirilän kentällä Palokalliontien kulmassa, jossa autojen paikoitus.
(<http://maps.google.fi/> >>> Palokalliontie, Vantaa)

Retki kestää noin 2-3 tuntia, paluu lähtöpaikalle.

Suokävely tuntuu mukavalta ja on jaloille erittäin terveellistä. Suokävely kohottaa kuntoa!

Retki kulkee monimuotoisella Viirilän suolla ja retken aikana poikkeamme myös hiidenkirnulla.

Varaa mukaasi saappaat, säänmukainen vaatetus sekä sauvat, joissa on iso sompa.

Ota myös juotavaa, eväät ja seikkailumieltä. Kannattaa myös pakata varavaatteet autoon tai reppuun.

Tilaisuus on maksuton, ei erillistä ilmoittautumista.

Lisätiedot: Mirja Olin, (iltaisin)
mirja.olin@kolumbus.fi, puh. 0440 199 166

TONTTURETKI

sunnuntaina 30.11.2014

Lisätietoja: Elina Kontturi,
kontturi.elina(at)gmail.com,
puh. 045 161 9144

SUOKÄVELYÄ

Vantaan kaupunkijuhlan SUOKÄVELY

**sunnuntaina 18.5.2014
klo 10.00 – n. 13.00**

SYKSYINEN SUOKÄVELY

sunnuntaina 21.9.2014

Tervetuloa mukaan suokävelyille nauttimaan monimuotoisesta luonnosta!

Kokoontuminen suokävelyn klo 10.00

VÄLINEVUOKRAUSTA

Älä osta, vuokraa Vantaan Ladulta!

Paljakka-ahkio vuokrattavissa jäsenille viikonlopuksi 20 €, viikoksi 50 €

Savotta, putki- ja anatomic-rinkka, 1 €/vrk.

Lumikengät vuorokausi 10 €, viikko 20 €

Trangia-retkikeitin viikonloppu 5 €, viikko 8 €

Tiedustelut:

Hannu Kerman, puh. 0400 474 445,
hannu.kerman(at)kolumbus.fi

ELÄMYSPASSIRETKET 2014

Uudenmaan latualueen elämyskierros jatkuu vuonna 2014. Elämyskierroksella pääset tutustumaan muiden latuyhdistysten tapahtumiin ja retkikohteisiin. Lisäksi voit kerätä leimoja elämyspassiisi, joita saat tapahtumista. Passin täyttäneet osallistuvat syksyllä hienojen palkintojen arvontaan! Tapahtumat ovat maksuttomia.

Auvon-päivän hiihto- ja lumikenkäretki Vaakoilla sunnuntaina 9.3.2014

Retkelle lähdetään Vaakkoin eräkämpän lähellä Vihdintien varrella olevalta sora-kuopan pysäköintialueelta kello 10.30. Hiihdetään ja lumikenkäillään noin 5 km lenkki luonnosta nautiskellen. (Reitillä ei ole konelatuja.) Hiihtotyylä perinteinen. Kämmenlammen laavun nuotiolla on mahdollisuus paistaa omia eväitä. Retken jälkeen on mahdollista uida avannossa ja sauna. Elämyspassiretken yhteydessä saunamaksu on 3 euroa.
Ilmoittautumiset www.helsinginlatu.fi-sivustolla: Lajit ja toimintamuodot / Reppuretket

Järjestäjät: Espoon Latu ja Helsingin Latu
Lisätiedot: Matti Niemelä,
puh. 0400 926 964,
[toimisto\(at\)helsinginlatu.fi](mailto:toimisto(at)helsinginlatu.fi)

18.5.2014 Pyöräily

Lähtö Pitkälän ulkoilumajalta, noin 30 km

Järjestäjä: Pikomalan Retkeilijät

23.8.2014 Melonta, Sääksin kierto

Järjestäjä: Nurmijärven Latu

9.11.2014 Patikointi

Järjestäjä: Lohjan Seudun Latu

YHDESSÄ-TEEMAPÄIVÄT 2014

Suomen Latu järjestää tänä vuonna kolme teemapäivää. Niiden tarkoituksena on edistää ja tukea yhdistysten suosituimpien toimintamuotojen valtakunnallista tunnettavuutta sekä saada lisää liikkuja ja liikuttajia.

YHDESSÄ Lumille 8.–9.2. teemana mäenlasku, lumikenkäily, hiihto
Vantaan Latu järjestää YHDESSÄ-lumikenkäretken lauantaina **8.2., ks. s. 5**

YHDESSÄ Geokätköillen 10.5.

Vantaan Latu järjestää YHDESSÄ-geokätköilytapahtuman, **ks. s. 9**

YHDESSÄ Retkelle 30.–31.8.

Vantaan Latu järjestää retken Petkeljärven kansallispuistoon, **ks. s. 8**

Verkkosivuillemme on kerätty tieto toiminnastamme ja tapahtumistamme. Sieltä näet uusimmat tiedot ja päivitykset tapahtumatietoihin.

www.vantaanlatu.com
www.facebook.com/vantaanlatu

Saathan sähköpostitse tietoa Vantaan Ladun tapahtumista? Mikäli et, ilmoittaudu sähköpostin jakelulistalle ja saat tietoa suoraan kotiisi. **Ks. sivu 2.** Muistathan ilmoittaa myös muuttuneen sähköpostiosoitteesi Suomen Ladulle ja Vantaan Ladulle!

VANTAAN LATUUN JÄSENEKSI!

Voit liittyä Suomen Ladun jäseneksi vain Suomen Ladun jäsenyhdistysten kautta. Suomen Ladulla on 220 paikallista yhdistystä, joissa on jäseniä yli 78 000. Vantaan Ladun jäseneksi pääset liittymään verkkosivuiltamme Liity jäseneksi -sivulla olevan linkin kautta. Tule mukaan!

Anna Suomen Ladun jäsenyytesi lahjaksi. Nyt voit antaa ystävällesi erinomaisen lahjan – Suomen Ladun jäsenyyden. Myös sen voit

tehdä verkkosivuiltamme Jäsenyytesi lahjaksi -sivun kautta.

Kuluvan vuoden jäsenmaksua ei peritä 1.10. jälkeen liittyneiltä jäseniltä.

**Netissä nyt!
"LIITY JÄSENEKSI"
"JÄSENYYS LAHJAKSI"
sekä
"OSOITTEENMUUTOS"**

HENKILÖKUVA

Uusi hallituksen jäsen esittäytyy

Olen asunut Vantaalla pitkään. Minulle on tullut monin tavoin tutuksi vantaalainen järjestötoiminta. Minulla on ilo olla mukana harrastamassa ja nyt osaltani kehittämässä Vantaan Ladun toimintaa. Erityinen mielenkiintoni kohdistuu Sipoonkorpeen vantaalaisten lähiliikuntapaikkana.

Harrastan itsekin monipuolisesti liikuntaa. Lähellä sydäntäni ovat retkeily metsässä, sauvakävely sekä avantointi, ja retkimelontakin on tuttua puuhaa.

Hannele Lilja



Vantaan Pitopalvelu Oy
Kuusitie 8, 01400 Vantaa, puh. 823 5242, fax 857 3109

Ruskavaellus Lemmenjoelle 2013

Vantaan Ladun syysvaellus suuntautui tällä kertaa kohti Lemmenjoen kansallispuiston maisemia. Osallistujia oli yhteensä viisi henkeä. Matkustimme ensin etelästä yöksi Kiilopäälle, josta jatkoimme seuraavana aamuna Lemmenjoelle. Ajankohta oli ruskan kannalta ihanteellinen ja jo automatkalla saimme nauttia syksyn upeista väreistä.



Valmistautumassa joen ylitykseen vaelluksen ainoana sadepäivänä.

Lemmenjoella olimme varanneet venekuljetuksen Lemmenjokea pitkin Njurgalahdesta Ravadaskönkäälle. Vesi oli melko vähissä jossessa ja matalimmissa virtapaikoissa matkustajista tuli hetkeksi jalkamiehiä veneen päästen juuri yksin kuskin kanssa ylös pikku koskista.

Suunnitelmanamme oli kiertää Kultapolku myötöpäivään ja käydä huiputtamassa sään salliessa alueen korkein tunturi Morgam-Viipus ja tutustua myös alueen kuuluisaan kirjastoon Jäkäläpään lentokentällä. Kultapolun jälkeen palaisimme takaisin Lemmenjoen vartta Njurgalahteen. Ja sää t sallivatkin. Lapissa oli ennätyslämmin syksy, ja vaellus sujui melkein

pelkässä t-paidassa. Myöskään sateesta ei ollut juuri haittaa. Yhtenä iltana ja yönä satoi, muuten saimme nauttia aurinkoisista ja lämpimistä keleistä.

Tuntureita ja kultamaita

Kohokohtana matkalla itselläni oli Morgam-Viipukselle kapuaminen ja huipulta auenneet mielettömät maisemat kirkaassa säässä. Nattasetkin saimme näkyviin, kunhan oikein tiirailimme oikeaan suuntaan. Tuntureita näkyi lukematon määrä joka puolella, etenkin suunnatessa katseen pohjoiseen kohti Norjaa. Marjakausi oli Lapissa vielä parhaimmillaan ja pääsimme nauttimaan niin



Ravadasjoen kanjoni.

tuoreista mustikoista, puolukoista kuin variksenmarjoistakin. Näimme poroja ja riekkoja poikasineen aivan lähietäisyydeltä.

Lemmenjoen erityispiirteenä kansallispuistona on alueen värikäs kullankaivuuhistoria, joka jatkuu edelleen. Paikoitellen tämä näkyy suurina arpina keskellä erämaata. Kullankaivuuhistorian ansiosta alue on kuitenkin aikoinaan tullut kuuluisaksi ja myöskin sitä kautta suojelluksi.

Komean kanjonin ihastelua

Yksi kansallispuiston kuuluisimmista nähtävyyksistä on mahtava Ravadasköngäs, jossa Ravadasjoki yhtyy Lemmenjokeen. Kyseessä on Suomen mittakaavassa todella komea kanjoni, jossa joki on aikojen saatossa syönyt tiensä läpi kallioisen maaperän, jonka lopussa tämä köngäs eli putous sijaitsee.

Paluumatkalla Lemmenjoen vartta pitkin pääsimme myös testaamaan, miten vaijerilossi toimii. Ja hyvinhän se toimi, kun luki



Viimeisen leiripaikan maisemia Lemmenjoen varrelta.

ensin hieman käyttöohjeita ja sitten vaan kiskoi itsensä vaijerista toiselle puolelle jokea.

Matkan toiseksi viimeisenä vaelluspäivänä kävimme vielä huiputtamassa Joenkielisen tunturin, josta oli upeat näkymät ympäri kansallispuistoa ja myös kohti Hammastunturin erämaata. Loppumatka sujuikin sitten Lemmenjokea seurailleen upeassa harjumaisemassa.

Lähtiessämme palaamaan Lemmenjoelta kohti Kiilopäätä ja savusaunaa sekä maittavaa ateriaa auton lämpömittari huiteli 20 asteen tienoilla. Loistava päätös hienolle ja hyvin onnistuneelle vaellukselle.

-Sampsä

BISAN MAJA

Vantaan Ladun Bisan maja on auki erikseen ilmoitettuna ajankohtina. Aukiolosta ilmoitetaan verkkosivuiltamme, Vantaan ulkoilukeskus Kuusijärvellä sekä Bisan majan ilmoitustaululla.

Majaa sekä sen tiloja vuokrataan Vantaan Ladun jäsenille sekä yritysten ulkoilutapahtumiin yhdistyksen oman ohjelman ulkopuolella. Järjestämme, ja voitte järjestää myös itse, yrityksille ja yhteisöille virkistäviä liikunta- ja teemapäiviä käyttäen Bisan majan tiloja sekä Sipoonkorven laajaa ympäristöä.

Liikkuminen yhdessä luo innostusta ja ryhmässä tekeminen iloa työyhteisöön. Rajojaan voisi kokeilla myös esimerkiksi osallistumalla patikkaretkelle kävelen, lumikenkäillen, hiihtäen turvallisesti oppaiden ohjauksessa. Mikäli haluat todella irti arjesta, vietä kanssamme ikimuistoinen hetki täysin erilaisessa ympäristössä.

Bisan maja on auki hiihtokautena! Katso aukioloajat nettisivuiltamme.

Tiedustelut ja varaukset:

Majan isäntä Hannu Kerman, puh. 0400 474 445, hannu.kerman(at)kolumbus.fi.



METSÄVAELTAJAT

METSÄVAELTAJAT

Vantaan Latu aloitti alakouluikäisille metsävaeltajat-toiminnan syksyllä 2004. Ryhmä kokoontuu kerran kuukaudessa lähiseudun luontokohteissa, lähinnä Vantaan Ladun Bisan majalla Sotungissa. Metsävaeltajat ovat 7–12-vuotiaita lapsia, jotka retkeilevät lähiseudun luontokohteissa.

Retkillä lapset pääsevät tyydyttämään seikkailunhaluaan turvallisesti yhdessä toisten lasten sekä ohjaavien aikuisten kanssa. Leikit ja jännittävät kokemukset vahvistavat yhteenkuuluvuuden tunnetta ryhmässä. Retket kestävät kerrallaan parista tunnista pariin päivään retken kohteesta riippuen. Vakituisten ohjaajien lisäksi vaeltajaryhmällä on ”pappa”, joka on mukana ja opettaa joitain erityistaitoja (esim. vuolemista tai lintujen tarkkailua).

Retkillä metsävaeltajat ulkoilevat reippaasti, oppivat monia käytännön retkeilytaitoja: leirin rakentaminen, suunnistus, kartanluku, kompassin käyttö, retkiruoan valmistus myrskykeittimellä ja avotulella sekä tulenkäsittelytaidot. Samalla opetellaan pakkaamaan omat varusteet reppuun ja huolehtimaan niistä. Retkillä lapset omaksuvat vähitellen jokamiehenoikeudet sekä ulkoilun elämäntapana, tutustuvat luontoon ja kokeilevat eri ulkoilumuotoja. Talvisin metsävaeltajat hiihtävät, lumikenkäilevät ja käyvät pilkillä lumitilanteen salliessa. Kerran vuodessa järjestetään yön yli -retki telttailien. Ryhmä jatkaa kokoontumista, vapautuneita paikkoja voi kysellä yhteyshenkilöltä Hannu Kerman, puh. 0400 474 445 tai hannu.kerman(at)kolumbus.fi.



Tule ohjaajaksi Vantaan Latuun!

Vantaan Latu etsii ohjaajia. Tule mukaan!

Vantaan Latu etsii erityisesti henkilöitä, jotka ovat kiinnostuneita ohjaajaksi esim. geokätköilyyn, lumikenkäilyyn, sauvakävelyyn ja keppijumppaan yleensä perheliikuntaan.

Tarjoamme sinulle ohjaajan peruskoulutuksen ja tukea antavan yhteisön.

Jos kiinnostuit, ilmoittaudu heti mukaan, niin varmistat paikkasi koulutuksessa.

Tarkempia tietoja koulutuksista:

**Suomen Ladun ja Vantaan Ladun
nettisivuilla:**

**www.suomenlatu.fi
www.vantaanlatu.com**

Vantaan Latu ry

Vantaan Latu ry on v. 1965 perustettu Suomen Latu ry:n latuyhdistys. Yhdistys toimii Itä-Vantaalla; monien tapahtumien kokoontumispaikkana on Bisan maja, Kuusijärven ulkoilukeskus tai Hakunilan urheilupuisto.

Jäseneksi liittyminen yhdistyksen tapahtumien yhteydessä, verkkosivujen kautta www.vantaanlatu.com tai Suomen Latu, [jasenpalvelu\(at\)suomenlatu.fi](mailto:jasenpalvelu(at)suomenlatu.fi).

Osoitteenmuutokset Latu ja Polku -lehden palvelukortilla, verkkosivujen kautta tai [jasenpalvelu\(at\)suomenlatu.fi](mailto:jasenpalvelu(at)suomenlatu.fi), puh. 044 722 6301.

Jäsenetuna Suomen Ladun Latu ja Polku -lehti 6 numeroa vuodessa sekä Vantaan Latu ry:n jäsentiedote 2 kertaa vuodessa. Tapaturvavakuutus yhdistyksen järjestämissä tilaisuuksissa. Katso Suomen Ladun jäsenkortilla saatavat jäsenedut: www.suomenlatu.fi/Jasenpalvelut.

Tiedotteet Vantaan Latu -jäsentiedote, www.vantaanlatu.com, www.suomenlatu.fi/vantaanlatu ja Bisan maja sekä Kuusijärven ulkoilukeskus.

Jäsenmaksut

Henkilöjäsen	20,00 €
Perhejäsenyys	29,00 €
Nuorisojäsen (alle 20-v.) ja opiskelijajäsenyys (alle 29-v.)	10,00 €
Rinnakkaisjäsen (jäsenenä toisessa latuyhdistyksessä)	12,00 €
Yhteisöhenkilöjäsenmaksu	26,00 €

Olemme Suomen Ladun keskitetyssä jäsenmaksuperinnässä.

Hallitus

Puheenjohtaja

Tiedotus/Jäsenasiat
Maarit Kylmäluoma, puh. 0400 811 570
[maarit.kylmaluoma\(at\)elisanet.fi](mailto:maarit.kylmaluoma(at)elisanet.fi)

Varapuheenjohtaja

Pekka Virtanen, puh. 050 362 1619
pontte@saunalahti.fi

Sihteeri

Elina Kontturi, puh. 045 161 9144
[kontturi.elina\(at\)gmail.com](mailto:kontturi.elina(at)gmail.com)

Jäsens sihteeri

Hannu Kerman, puh. 0400 474 445
[hannu.kerman\(at\)kolumbus.fi](mailto:hannu.kerman(at)kolumbus.fi)

Varainhoitaja

Eija Kastarinen, puh. 040 747 8897
[eija.kastarinen\(at\)gmail.com](mailto:eija.kastarinen(at)gmail.com)

Muut jäsenet

Jonas Kouvonkorpi, puh. 040 707 7267
[jiiikoo80\(at\)hotmail.com](mailto:jiiikoo80(at)hotmail.com)

Merja Rapeli, puh. 0400 473
merjatraperi@gmail.com

Hannele Lilja, puh. 044 535 5305
hannele.lilja@hotmail.fi

Terho Nieminen, puh. 040 835 6138
[terho.ttn\(at\)pp.inet.fi](mailto:terho.ttn(at)pp.inet.fi)

Bisan maja

Vantaan Ladulla on Sotungissa maja (Fonecta s. 99 C3), GPS-koordinaatti: EUREF-FIN maantieteelliset (WGS84) (N)lat 60° 18.285' (E)lon 25° 8.828'.

Majaa voivat tiedustella yhdistyksen jäsenet tai muut yhteisöt ulkoilutapahtumiinsa yhdistyksen oman ohjelman ulkopuolella.

Majan emännät

Ritva Tahvanainen puh. 050 369 5090
Ritva Kerman puh. 0400 535 445

Majan isäntä

Hannu Kerman, puh. 0400 474 445
[hannu.kerman\(at\)kolumbus.fi](mailto:hannu.kerman(at)kolumbus.fi)

Port Payé
Finlande
235044
Itella Posti Oy

PRIORITY

Itella Green



www.mainiopaino.fi

MAINIOPAINO
hyvän tuulen painotalo

Vanha Nurmijärventie 118, 01730 VANTAA
puh 020 743 2567, fax 020 743 2568
eero.nio@mainiopaino.fi
www.mainiopaino.fi