



Tapahtumakalenteri 2023

Toimintamme järjestetään terveysturvallisesti viranomaisten ohjeita noudattaen. Ohjelma täydentyy ja täsmentyy, muutokset mahdollisia. Tapahtumatiedot julkaistaan Tapahtumat-sivulla vuoden edetessä. (15.11.2022)

Katso sauvakävely-, hiihto-, polkujuoksu-, maastopyöräily- ja pyöräilylenkit sekä keppijumppavuorot Tapahtumat-sivulta.

| | | |
|------------------|---|--|
| Tammikuu | su 29.1. tammikuu tammikuu | Keimolan Kiekaus, hiihto- tai kävelyretki Lumikenkäilyä ja liukulumikenkäilyä mahdollisuuksien mukaan Yhteisiä hiihtolenkkejä lumitilanteen mukaan |
| Helmikuu | la 4.2. ma 6.2. su 19.2. helmikuu helmikuu helmikuu helmikuu | Metsämörrin perhepäivä Bisan majalla Kuutamohiihto, Paloheinä (yhteistyö Helsingin Latu ja Polku ry) Vantaan Ladun ja Polun hiihto- tai patikkaretki Sipoonkorpeen, Bisan maja avoimna Muumien hiihtokoulut 2–4-vuotiaille ja 5–7-vuotiaille Lumikenkäily tutuksi -koulutus Lumikenkäilyä ja liukulumikenkäilyä mahdollisuuksien mukaan Yhteisiä hiihtolenkkejä lumitilanteen mukaan |
| Maaliskuu | la 4.3. la 4.3. to-su 9.-12.3. ti 21.3. | Metsämörrin perhepäivä Bisan majalla Kansallinen hiihtopäivä, laturetki Ahmanhiihto Kolin kansallismaisemassa (yhteistyö Helsingin Latu ja Polku ry) Vantaan Latu ja Polku ry:n kevätkokous |
| Huhtikuu | huhtikuu huhtikuu huhtikuu pe-su 28.4.-1.5. | Metsämörrin perhepäivä Bisan majalla Talvivaellus Linturetki Rakastu retkeilyyn, osa 3 |
| Toukokuu | 1.5.-22.9. 1.5.-30.9. touko-elokuu ma 1.5. ma 1.5. la 6.5. su 7.5. to 18.5. la-su 20.-21.5. toukokuu toukokuu touko-kesäkuu touko-kesäkuu | Polkupyöräilyn Kilometrikisa, joukkueeseen tervetulleita kaikki pyöräilijät Kävelykilometrikisa, joukkueeseen tervetulleita kaikki kävelijät Pyöräretkiä, joiden ajankohdat ja kohteet täsmentyvät Keväinen 17. polkuretki Bisan majalle Poluilla suunnistaen -retki, Kuusijärvi Metsämörrin perhepäivä Bisan majalla Suokävely, Viirilän suo Helatorstai-patikka, Salmijärvi, Nuuksio Rakastu retkeilyyn -kurssi aloitteleville retkeilijöille Metsämieli-retki Frisbeegolfia perheille Geokätköily tutuksi Kuusijärvellä Melonta tutuksi -koulutus |

| | | |
|------------------|---|---|
| Kesäkuu | 10.-11.6. kesäkuu | Retkelle-päivät (Suomen Latu), yön yli -pyöräretki Geokätköily- ja ulkoiluretki |
| Heinäkuu | | Kilometrikisat käynnissä |
| Elokuu | pe-su 18.-20.8. la 26.8. elokuu | Teemavaellus Nuku yö ulkona -haaste Melonta tutuksi -koulutus |
| Syyskuu | elo-syyskuu syyskuu la-su 9.-10.9. su 24.9. syyskuu syyskuu syyskuu | Sieniretket Patikkaretki, Sipoonkorpi Viikonloppuretki (kohde vahvistuu) Vantaan Ladun ja Polun 39. polkuretki Poluilla suunnistaen -retki, Kuusijärvi Ruskavaellus Frisbeegolfia perheille |
| Lokakuu | su 8.10. su 15.10. la-su 28.-29.10. su 29.10. | Suokävely, Viirilän suo Päiväretki Uudenmaan tai Etelä-Suomen kohteeseen Halloween Hike Sipoonkorvessa Terveystekniikka-kävely, Tikkurila (yhteistyö Vantaan Sydän ry) |
| Marraskuu | la 11.11. marraskuu marraskuu | Isänpäivän aaton 37. polkuretki Hämärähommat-tapahtuma perheille Patikkaretki |
| Joulukuu | pe 1.12. su 3.12. | Pikkujoulut Tontturetki laavulle |

Kuntoliikunta

Keppijumppa Rajakylän koululla maanantaisin klo 19.30 – 20.30, talvikaudella

Sauvakävely Hakunilassa keskiviikkoisin klo 18.00 – 19.30 ja Kuusijärvellä torstaisin klo 18.30 – 20.00 (Tarkista tapahtumakalenterista!)

Yhteisiä hiihtolenkkejä lumitilanteen mukaan

Polkujuoksu, säännöllisesti lenkkejä keväästä syksyyn ja mahdollisuuksien mukaan myös talvella eri puolilla Vantaata, erimittaisia ja -vauhtisia lenkkejä

Maastopyöräily, viikkolenkkejä yhteistyössä muiden Uudenmaan latuyhdistysten kanssa, Vantaalla vähintään yksi lenkki kuukaudessa toukokuusta alkaen

Lasten ja perheliikunta

Muumien hiihtokoulut 2–4-vuotiaille ja 5–7-vuotiaille, tammi-helmikuu (lumitilanteen mukaan)

Metsämörri-toiminta 5–7-vuotiaille perheineen, kevät- ja syyskaudella (kuukauden 1. lauantai, Bisan maja)

Seikkailevat perheet -toiminta alle 10-vuotiaille lapsille ja heidän lähipiirilleen