



KERAVAN LADUN TALVI 2018 - 2019



Suomen Latu kannustaa jokaista Suomessa asuvaa löytämään itselleen sopivan tavan ulkoilla. Kattojärjestön alaisuudessa toimivat alueet ja paikallisyhdistykset tarjoavat toiminnallaan monenlaista matalan kynnyksen luontoliikuntaa ja ulkoilua, joka tapahtuu pääsääntöisesti paikallisyhdistyksen kotikunnassa. Suomen Ladun ja sen paikallisyhdistysten kautta on myös mahdollista vaikuttaa liikuntapaikkojen kehittämiseen ja ylläpitoon.

Latuyhdistysten tarjoamaan toimintaan on helppo tulla mukaan, sillä se on edullista, usein jopa täysin maksutonta.

Lähde mukaan ulkoilemaan, osallistumaan ja vaikuttamaan!

HALLITUS VUONNA 2018

Puheenjohtaja

Markku Hirn

0400-212 956

markku.hirn@kolumbus.fi

Sihteeri

Sanna Juva

sanna.juva@gmail.com

Taloudenhoitaja

Arja Hirn

040-829 1276

Keskikatu 1 C54, 04200 Kerava

aria.hirn@kolumbus.fi

Muut jäsenet

Risto Auvinen

pappa.auvinen@gmail.com

Ossi Honkasalo

ossi.honkasalo@nic.fi

Anita Keränen

anita@keranen.fi

Anneli Leivo

a.leivo@elisanet.fi

Tapani Mäkelä

tapani.h.makela@kolumbus.fi

Arto Ritari

artoka58@gmail.com

Tarja Silén

tarja.silen@outlook.com

Jukka Mäkinen

jai.makinen@gmail.com

Varajäsenet: Sanna Juva ja Toni Virtanen

Tapahtumakalenteri (talvi 2018- 2019)

Tietoa tapahtumista löytyy myös verkko-osoitteesta www.keravanlatu.net sekä Suomen Ladun kotisivuilta kohdasta "jäsenille" edelleen "yhdistyshaku".

Pyrimme myös ilmoittamaan tapahtumista 2-3 päivää etukäteen Keski-Uusimaa lehden tapahtumat palstalla ja Keravan Ladun facebook sivulla.

Juoksulenkit jatkuvat läpi vuoden tiistaisin kello 19.00. Kokoontumispaikka vaihtelee. Tule mukaan. Tied. Saara 040 512 1706.

La 13.10. Karpaloretki.

Lähtö kello 9.00 Veturiparkista kimpakyydein. Mukaan eväät ja säänmukainen varustus. Tied. Reiska 040-500 3907.

To 25.10. Jännittävä taskulamppuretki lapsille ja lapsenmielisille Keinukalliossa. Tavataan kahvion edessä kello 18.00. Ota mukaan taskulamppu ja nuotioeväät sekä säänmukainen varustus. Tied. Tarja 0400 460 448.

To 1.11. Kehonhuolto kello 18.00

Akupainantaa ja kiinalaisia itsehoitoliikkeitä opastaa Fysioterapeutti Anita Keränen. Ota mukaan rennot vaatteet ja jumppa-alusta. Keravan Ladun jäsenille maksuton muille 10 euroa. Paikka varmistetaan myöhemmin. Ilmoittautumiset Anitalle 24.10 mennessä puh. 050 528 3181 tai anita@keranen.fi

Ti 13.11. Syyskokous

Keravan Ladun syyskokous kello 18.30. Paikka: Keravan Yrittäjien toimisto, Jäspilänkatu 28 A, 04250 Kerava. Jokaiselle osallistujalle tarjoamme pullakahvit ja putkihuivin. Tied. Markku 0400 212956.

To 13.12. Lucian päivän lyhtykävely

Kokoontuminen kello 18.00 Pihkaniityssä Kisaveikkojen majan edessä. Koko perheen iltaretki, ota mukaan oma lyhty jos mahdollista. Tied. Tarja 0400-460448.

6.1.2018 Loppiashihto/patikka

Lähtö kello 10.00 Keinukallion kahvion edestä. Pakkas-/lumitilanteen mukaan joko patikka tai hiihto. Omat eväät. Reiska 040-500 3907.

Pe 18.1. Kuutamo lumikenkäretki kello 20.00

Ilmoittautumiset Artolle 11.1. mennessä. Puh. 044-5822274. Lumikenkävuokra jäseniltä 5 € ja ei jäseniltä 10 €. Lumikenkiä on rajallinen määrä, joten ilmoittaudu ajoissa. Ota omat sauvat mukaan, jos haluat käyttää sauvoja. Varustaudu myös otsalampulla. Kokoontuminen Veturiparkissa.

La-su 2.- 3.2. 2019 Hiihtotekniikkakurssi

Keravan Keinukalliolla. Perinteisen tyylin tekniikka molempina päivinä kello 16.00 – 17.30. Vapaan tyylin tekniikka molempina päivinä kello 17.30 – 19.00. Osallistuminen yhteen tekniikkakurssiin (3 tuntia) hinta 35 euroa/ Keravan Ladun jäsen. Osallistuminen molempiin kursseihin (6 tuntia) hinta 50 euroa/ Keravan Ladun jäsen. Paikkoja rajoitetusti, varaa omasi ajoissa. Pakkasraja -15 astetta. Ilmoittautumiset Arjalle 040-829 1276.

La 2.2. Koukku-suon laturetki lähtö klo:10

Keravan Ladun järjestämä perinteinen retki hiihdetään välillä Kerava-Kuusijärvi tai patikoidaan lyhemmällä reitillä, jos lunta ei ole riittävästi. Matkan voi valita kuntonsa mukaan aina 40 km:iin asti. Lähtö klo. 10.00 Keinukallion kahvioilta Keravalta. Osallistumismaksu 5 euroa, joka sisältää mehun lähtö-/ paluupaikalla sekä mitalin. Tiedustelut Reiska 040-500 3907.

La 16.2. Lumikenkäretki kello 9.00

Ilmoittautumiset Artolle 9.2. mennessä. Puh. 044-5822274. Lumikenkävuokra jäseniltä 5 € ja ei jäseniltä 10 €. Lumikenkiä on rajallinen määrä, joten ilmoittaudu ajoissa. Ota omat sauvat mukaan, jos haluat käyttää sauvoja. Kokoontuminen Veturiparkissa.

Ti 5.3. Koko perheen Laskiaispulkkamäki Keinukalliolla kello 18.00

Ota pulkka ja iloinen mieli mukaan ja tule laskemaan liukasta laskiaista. Mahdollisuus makkaranpaistoon, voit myös kokeilla lumikenkiä. Tiedustelut Arja 040-8291276.



Itella Green

Ke 10.4. Kevätkokous klo 18.30. Käsitellään sääntömääräiset asiat. Paikka ilmoitetaan sivulla www.keravanlatu.net ja Tuusulanjärven Viikkouutisissa. Tervetuloa!

To 7.3. Kehonhuolto kello 18.00

Akupainantaa ja kiinalaisia itsehoitoliikkeitä opastaa Fysioterapeutti Anita Keränen. Ota mukaan rennot vaatteet ja jumppa-alusta. Keravan Ladun jäsenille maksuton muille 10 euroa. Paikka varmistetaan myöhemmin. Ilmoittautumiset Anitalle 1.3. mennessä puh. 050 528 3181 tai anita@keranen.fi

La 13.4. Patikkaretki Meikojärvelle

Kokopäivän retki jonne lähdetään bussilla Keravan rautatieasemalta kello 9.00. Varaudu säänmukaisella vaatetuksella ja ota mukaan nuotioeväät. Patikointimatka n. 8 km. Retken hinta Keravan Ladun jäsenille 10 euroa /ei jäsenille 15 euroa. Ilmoittaudu Arjalle 040-829 1276.

Pe 26.4. Kajakkien kokeilua Jaakkolan patoaltaalla kello 17-19.

Tied. Markku 0400-212 956.

La-su 4.-5.5. Melontakurssi

Keravan Ladun perinteinen kevään melontakurssi, jonka tarkoituksena on opettaa melonnan perustaitoja ja turvallisuutta vesillä liikuttaessa. Tule ja nauti vesiliikunnasta. Kurssin hinta 70 euroa, joka sisältää varusteet, opetuksen ja vakuutuksen. Tied. ja ilm. markku.hirn@kolumbus.fi puh. 0400 212956.

Ke 8.5. Iltamelontaa keskiviikkoisin toukokuussa (myös 15.5, 22.5 ja 29.5)

Kalustovuokra jäseniltä 5 € ja ei jäseniltä 10 €/kerta. Ilmoittaudu Arjalle 040-829 1276.

La 18.5 Keravanjokimelonta

Järjestetään mikäli saadaan turvallisuuteen tarvittava organisaatio kokoon.