



OULAKKA

OUNASVAARAN LATU RY • Jäsentiedote • 3/2010



**Avantouinti on talven paras juttu!
OuLa:n Hilehisten karaistuneiden uimareiden
ilmeetkin sen kertovat! Tule mukaan!**



Julkaisija

Ounasvaaran Latu ry.
Vartiokatu 11-13 A
96100 ROVANIEMI
Gsm 040 573 9855

Email:
ounasvaaranlatu@gmail.com

www.suomenlatu.fi/
ounasvaaranlatu

Valokuvat

Railli Arvio
Asko Salmela
Tuomas Salmela
Riitta Kempainen-Koivisto
Seppo Arvio
Suomen Latu

OuLa ry:n tiedote jaetaan

3 krt/vuosi:
- 1/2010 tammi-kuu
- 2/2010 toukokuu
- 3/2010 elokuu

Tiedotetta ei toimiteta jäsenille,
joilla on jäsenmaksu maksamatta
ilmestymispäivään mennessä.

Ilmoitusmyyntihinnat:

- 1/1 120 mm x 165 mm 250 €
takakansi 300 €
- 1/2 120 mm x 80 mm 200 €
- 1/4 120 mm x 20 mm 100 €

HUOM!

Otamme vastaan jäsenistöä
omia kirjoituksia ja ilmoituksia.
Riippuen ilmoitusten sisällöstä
perimme ilmoitusmyyntihinnan.

Päätöimittäjä

Seppo Arvio

Toimitussihteeri

Painopaikka

Kopiplus



Kansi: Syksy on marjanpöminnan aika. Tule mukaan marjaretkillemme!

SISÄLTÖ 3/2010

Puheenjohtajan terveiset	3
Menneen kauden tapahtumia	4
Luonto- ja terveysliikunnan dinaattori	koor- 4
Tulevia tapahtumia	6
56. Napapiirin Hiihto	7
Lentopallo	7
Avantouinti	8
Retkeily	9
Tiedotuksia	11
Kävely/Sauvakävely	12
Nuoriso/Outdoor-klubi	13
OuLa A-osake	14
Uudisrakennus	15
Tulevia tapahtumia	16
OuLa:n jaostot	17
Ounasvaaran Latu ry.	18

OUNASVAARAN LATU RY.

Jäsenmaksut v. 2010

1. jäsen	22 €	Latu ja Polku -lehti + jäsenkortti
Perhe	30 €	Latu ja Polku -lehti + 2 jäsenkorttia
Rinnakkaisjäsen	13 €	Oulakka + jäsenkortti
Nuorisojäsen (alle 19 v.)	9 €	Latu ja Polku -lehti + jäsenkortti

Liittyminen jäseneksi

- Suomen Latu (jäseneksi rekisteröityminen):
ulla.kosonen@suomenlatu.fi tai puh. 044 722 6301
- OuLa ry: ounasvaaranlatu@gmail.com
- Yhdistyksen tapahtumien yhteydessä

Osoitteen muutokset

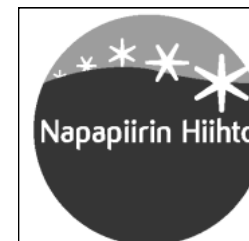
- Latu ja Polku -lehden palvelukortilla
- OuLa ry: ounasvaaranlatu@gmail.com

Jäsenedut 2010

- Latu ja Polku -lehti ilmestyy 8 kertaa vuodessa
- Tapaturmavakuutus yhdistyksen järjestämissä tilaisuuksissa
- Suomen Ladun jäsenedut; kts. Latu ja Polku -lehti

Tiedottaminen

- Oulakka -jäsentiedote
- OuLa:n toimitilat: Vartiokatu 11-13 A
- www.suomenlatu.fi/ounasvaaranlatu
- Lapin Kansa -lehden urheilumuistio
- Uusi Rovaniemi -lehden Menoksi -palsta



OUNASVAARAN LATU RY.

Ounasvaaran Latu ry on perustettu 9.12.1952. Maksaneita jäseniä yhdistyksellä on 31.12.2009 tilaston mukaan 1 039 henkilöä.

HALLITUS 2010

Puheenjohtaja

Arvio Seppo 0400 395 892 seppo.arvio@fcg.fi

Varapuheenjohtaja

Karvinen Antero 0400 395 984 antero.karvinen@gtk.fi

Sihteeri

Oivo Eeva 040 735 5869 eeva.oivo@rovaniemif.fi

Rahastonhoitaja/jäsens sihteeri

Kukkonen Eero 040 536 6715 eero.kukkonen@lao.fi

Jäsenet:

Hiltunen Lilja 040 508 4926 lilja.hiltunen@lshp.fi

Ikäheimonen Tuija 040 775 7353 kaarina.ikaheimonen@luukku.com

Kempainen-Koivisto Riitta 050 555 5617 riitta.kempainen-koivisto@luukku.com

Lehtosalo Aila 040 848 5956 aila.lehtosalo@pp.inet.fi

Varajäsenet

Lehtonen Mikko 040 861 0860 mikko.lehtonen@ppf.inet.fi

Muje Petri (OK-koulvast.) 040 716 5346 pmuje@hotmail.com



PUHEENJOHTAJAN TERVEISET

Kesäinen tervehdys!

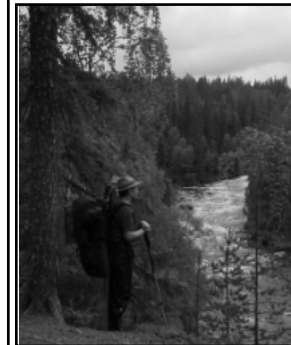
Lämmin ja osin helteinenkin sää on suosinut lomanvietettäjiä. Akkuja on ladattu ja nyt on syksy haasteinen edessä.

Luonto- ja terveysliikuntakeskus -hankkeemme eteneminen odottaa edelleen Osuuskauppa Arinan ja Skanska Talonrakennus Oy:n Valionrannan kokonaishankkeen selvitysten valmistumista. Hankkeen ohjausryhmä kokoontui toukokuun alussa. Valionrannan kaavoitus on sisällytetty keväällä käynnistettyyn ja vaihteittain etenevään kesäkaavatyöhön. Syyskuussa 2011 yleiskaavaehdotus on valmis ja tällöin voi käynnistyä myös Valionrannan asemakaavan laatiminen - vihdoin. Asema- ja kaavoitus kestää noin vuoden. "Elämyshotellin" osalta on jatkettu hankkeen taloussuunnittelua ja tutkittu eri vaihtoehtoja. Nykyiset talousnäkökulmat eivät estä hankkeen päämäärän toteutumista, mutta koko ajan on otettava huomioon taloudellinen toteuttamismahdollisuus. Rakennustyöt alkavat aikaisintaan loppuvuodesta 2012. Arkkitehdin laatimissa vaihtoehtoisuunnitelmissa Oula:n Luonto- ja terveysliikuntakeskus on alustavasti sijoitettu alueen pohjoisosaan ja vaihtoehtojen tutkimista jatketaan. Lisäksi kesäkaavassa tutkitaan vaihtoehtoja, jossa Luonto- ja terveysliikuntakeskuksemme sijoituspaikeksi Jätäkynntilä -sillan ja Rautatiesillan välisellä alueella uimarannan yhteydessä. Hankkeellamme ja muilla rannan toimijoilla voi olla toistensa läheisyydestä synergiaetua niin kesällä kuin talvella. Ensimmäinen vaihtoehto on toistaiseksi toteuttaa hankkeemme Skanska-Arinan -hankkeen yhteydessä. Odottavan aika on pitkä...

Uusi Luonto- ja terveysliikunnan koordinaattorimme Asko Salmela on ryhtynyt työhön innostuneesti. Näin kesällä työ on painottunut yhteistyökumppanimme OH/Sj:n töihin ja syksyn tullen painopiste siirtyy Oula:n töihin. Monet haasteet, 56. Napapiirin Hiihdon valmistelut etunenässä, ovat edessä.

Nuorten Outdoor-toiminta ja yhteistyö nuorisotoimen ja koulujen kanssa jatkuu kiinnostavilla uusilla lajeilla, kuten esim. geokätköily. Hyvin käynnistynyt yhteistyö jatkuessaan lupaa nuorille mukavia kokemuksia ulkoilumiseen ja innostumisia uusiin lajeihin.

Rovaniemi on valittu mukaan valtakunnalliseen Sulka II -hankkeeseen, johon liittyen tehtiin asukas kysely Rovaniemen ulkoilupaikoista ja ulkoiluolosuhteiden nykytilasta. Nettikyselyyn tuli paljon ja hyvin perusteltuja vastauksia. Torstai 19.8. klo 18.00 järjestetään Rovakatu 2:ssa Tiroli-salissa asukaspaneeli, jossa esitellään kyselyn tulokset. Samalla kaupunkilaiset pääsevät tapaamaan ulkoilupaikoista vastaavia viranhaltijoita ja esittämään kysymyksiä. Toivon myös monen latulaisten olevan mukana tilaisuudessa keskustellessa tulevaisuuden ulkoilumahdollisuuksista Rovaniemellä.



Olemme käynnistämässä seura-yhteistyötä Rovaniemen Melojien kanssa yhteisellä melontavaelluksella ja samoin Rovaniemen Reumayhdistyksen kanssa olemme yhdessä saavakävelytämässä kaupunkilaisia ME-kävelyssä lokakuussa. Uudet avaukset seura-yhteistyössä ovat tarkeitä ja myös tavoiteltavia Oula:n toiminnan kehittämisessä.

Tulevan syksyn ja alkutalven toiminnassamme on jälleen monia aktiivisia tapahtumia, vaelluksia ja retkiä, joista tarkemmin tämän tiedotteen sivuilla. Tulkaa rohkeasti mukaan samanhenkisten ulkoilusta ja liikunnasta pitävien joukkoon.

Seppo

MENNEEN KAUDEN TAPAHTUMIA

PÄIVÄRETKI AALISTUNTURILLE



Kävimme kesäkuisena lauantaina pienellä ja reippaalla porukalla retkellä Aalistenturilla. Upeassa kesäsäässä nousimme tunturiin ja katselimme todella runsasta mustikan kukintaa. Ylhäällä tuulahteli, ettei itkoistakaan ollut mitään häitää. Tunturin huipulla nautimme omista eväistämme ja tutkimme maastoa. Löysimme kukkivia riekonmarjoja suuria alueita. Oli muuten kaunis ja alkoen pieni kello, riekonmarjan kukka. Iltapäivällä ajelimme takaisin Rovaniemelle.

Asko

LUONTO- JA TERVEYSLIIKUNNAN KOORDINAATTORI



Luonto- ja terveysliikunnan koordinaattorin työni on mennyt kesän aikana suunnistus- ja oitotiesuunnistuskoulutusta on järjestetty alkeiskurssin muodossa. Mukana on ollut tähän mennessä 115 aloittelijaa. Parigeopäivää olen järjestänyt kesällä. Tässä odotellaan mustikkaretkeä innolla. Hillareissuilla on saatu pakasteeseen talven hillat. Markkinoinnin suhteen syksy tulee olemaan varmasti aika haasteellinen.

Asko Salmela 040 5739855 tai 040 8466140



OuLa:n jaostot: (jaostosta vastaava mainittu ensin)

- **Avantouinti, ”Hilehiset”:** Lilja Hiltunen, Martti Juopperi, Matti Järvinen, Eero Kukkonen ja Eeva Oivo.
- **Killopään Oula A –osake:** Antero Karvinen ja Seppo Arvio.
- **Lentopallo:** Antero Karvinen, Juha Kinnunen ja Kai Lohela.
- **Napapiirin Hiihto:** Seppo Arvio, Antero Karvinen, Eero Kukkonen, Tuomo Könönen, Kirsi-Maria Petrelius, Riitta Kemppainen-Koivisto ja Pasi Jurmu.
- **Nuoriso/Outdoor-Klubi:** Riitta Kemppainen-Koivisto
- **Ulkoilu (Retkeily, perheliikunta ja sauvakävely):** Asko Salmela, Seppo Arvio, Tuija Ikäheimonen, Antero Karvinen, Eero Kukkonen, Tuula Kukkonen, Eeva Oivo, Anu Viinikka ja Riitta Kemppainen-Koivisto.
- **Tiedotus:** Mikko Lehtonen ja Seppo Arvio.
- **Uudisrakennus:** Eero Kukkonen, Seppo Arvio, Antero Karvinen ja Ailla Lehtosalo.

Tule mukaan jaostojen aktiiviseen toimintaan. Uusia raikkaita ajatuksia otetaan vastaan - ota yhteys jaoston vastaavaan!

Luonto- ja terveysliikunnan koordinaattori Asko Salmela, puh. 040 846 6140, posti asko.salmela@netti.fi



TULEVIA TAPAHTUMIA

Kaikki OuLa:n jäsenet ovat tervetulleita myös Suomen Ladun ja Lapin latualueen tapahtumiin!



- 15.8. Mustikkaretki (Rovaniemen lähiympäristö)
- 26.-29.8. "Jonnen Jotos" -EräSM 2010, Kiilopää
- 4.-5.9. Ruskavaellus (Riisitunturi, Posio)
- 11.-12.9. Ruskamelontavaellus (Suolijärvi, Posio)
- 19.9. Puolukkaretki (Rovaniemen lähiympäristö)
- 20.9.-13.12. Kausikorttien myynti Kukanniemessä
- syys-lokakuu Lapin latualueen syyskous/Syyspäivät, Rovaniemi
- vko 39-43 Piha-alueen siivoustalkoot Kukanniemessä
- 8.-10.10. Hiljaisuuden viikonloppu Kiilopäällä Oula-majassa
- 10.10. Karpaloretki (Rovaniemen lähiympäristö)
- 23.-24.10. SuLa:n syyspäivät ja -liittokokous, Peurunka
- 27.10. Kuva- ja muistelusilta
- 14.11. Isänpäiväjuoni/ avoimet ovet Kukanniemessä
- 20.11. Lapin latualueen lentopalloturnaus, Rovaniemi

Tervetuloa kehittämään Rovaniemen ulkoilupaikkoja!

Rovaniemen kaupunki ja Suomen Latu järjestävät torstaina **19.8.2010 kello 18.00** Rovakatu 2, Tiroli-salissa **asukaspaneelin**, jossa kaupunkilaiset pääsevät tapaamaan ulkoilupaikoista vastaavia viranhaltijoita, esittämään kysymyksiä ulkoilupaikkoja koskien ja kuulemaan Rovaniemellä toteutetun ulkoilupaikkojen asukaskyselyn tuloksia.



Tonttumetsässä on aina jännittävää liikkuu ...

TULEVIA TAPAHTUMIA

Hiljaisuuden viikonloppu Kiilopäällä Oula-majassa 8.-10.10.2010



Valmentaudumme kaamokseen hiljentymällä luonnon keskellä. Maja- paikkamme on tuntureitten keskellä, Urho Kekkosen kansallispuiston portilla sijaitseva yhdistyksemme kelo- honkainen lomahuoneisto. Päivänva- lon kajastaessa teemme opastettuja retkiä lähituntureihin ja tunturikuru- ihin. Ruokahuolto toimii yhteiskeittiöperiaatteella, matkajärjestelyt kimp- pakyydillä ja majoitusku stannukset jaetaan osanottajien lukumäärän mukaisesti.

Matkalle lähdemme **Hiljan päivänä pe 8.10.** klo 17.00 ja paluu on su 10.10. iltapäivällä. Maks. osallistujamäärä on 7 henkeä. Ilmoittautumis- maksu on jäseniltä 20 euroa ja ei-jäseniltä 40 euroa. **Tiedustelut ja ilmoittautuminen 31.8.2010** mennessä viikonlopun vetäjälle Aila Leh- tosalolle puh.040 8485 956 tai sähköpostilla aila.lehtosal@pp.inet.fi

Metsätontun lyhtyretki 28.11.2010 klo 17.00 ☺

Tulkaa kaikki mukaan perinteiselle ja suo- situlle Metsätontun lyhtyretkelle I Adventti- na 28.11. klo 17.00 Ounasvaaralle. Otta- kaa mukaan iloinen mieli, tonttulakki, lyhty ja eväät (makkaranpaistoon mahdollisuus).



Retken suuren suosion vuoksi ilmoita tu- lostasi 21.11. mennessä osoitteeseen tuija.ikaheimonen@uovi.fi tai tekstiviestillä numeroon 040 775 7353 (Tuija Ikahei- monen, perheliikuntavastaava).

Jos olet kiinnostunut tulemaan retken suunnitteluun ja toteuttamiseen mukaan, niin ilmoitathan halukkuudesta edellä oleviin yhteystietoihin.

Retki on maksuton ja avoin kaikille.

Tervetuloa koko perhe, myös mummit ja vaarit!

TULEVIA TAPAHTUMIA

RUSKAVAELLUS RIISITUNTURILLE 4.-5.9.2010 ☺☺

Riisitunturi on valittu vuoden 2010 valtakunnalliseksi retkikohteeksi. Riisitunturin kansallispuisto on upeaa koillismaalaista tunturi- ja vaaraluontoa. Riisin rinteitä värittävät ruskeat rинnesuot ja huipulta avautuvat kauniit näkymät Kitkajärvelle ja Posion metsämaisemiin.

Alustava ohjelma: La 4.9. lähtö Rovaniemeltä **klo 8.00** omin kuljetusin/yhteiskuljetuksena Posiolle Riisitunturille, josta patikointia ruskan kultaamissa kansallispuiston maastoissa. Reitit ja taipaleiden pituudet valitaan olosuhteiden mukaan. Yövyimme omissa teltoissa. Iltanuotiolla leirilauluja ja muuta vapaata ohjelmaa. Vaellus sopii kaikille "nomaalikuntoisille", myös perheille. **Su 5.9.** paluu Rovaniemelle ilta-päivän lopulla. **Varusteet:** Nomaali syksyinen vaellusvarustus: teltta, makuupussi, omat eväät ja varavaatteet yms. Kuljetukset pyritään sopimaan kimppekyyteinä.



Tiedustelut ja sitovat ilmoittautumiset 29.8.2010 mennessä, vaelluksen vetäjä Mikko Lehtonen puh. 040 861 0860. Ilmoittautumismaksu jäsen 10€ ja ei-jäsen 30€ on maksettava 29.8.2010 mennessä Oulan tilille 800010-1739367, viite 1313. Vaelluksen ennakkopalaverista sovi-taan erikseen.

Anna Suomen Ladun/Ounasvaaran Ladun jäsenyys lahjaksi!

Nyt voit antaa ystävällesi erinomaisen lahjan - Suomen Ladun/Ounasvaaran Ladun jäsenyyden.

Katso lisätiedot: www.suomenlatu.fi/suomen_latu/jasenpalvelut/



UUDISRAKENNUS



VALIONRANNAN PROJEKTIN TILANNE

Kaupunginhallituksen päätöksen mukaisesti asetetun Valionrannan asemakaavan ja hankkeen suunnittelun ohjausryhmä kokoontui toukokuun alussa lähes täy silukuisena.

Valionrannan kaavoitus on sisällytetty keskustan osayleiskaavatyöhön, joka on käynnistetty keväällä 2010. Työtä tekee ulkopuolinen konsultti. Työ etenee vaiheittain siten, että syyskuussa 2011 yleiskaavaehdotus on valmis ja tällöin voi käynnistyä myös Valionrannan asemakaavan laatiminen -vaihe. Asemakaavoitus kestää noin vuoden.

"Elämyshotellin" osalta Osuuskauppa Arina ja Skanska Talonrakennus Oy ovat jatkaneet hankkeen taloussuunnittelua ja tutkineet erivaihtoehtoja. Nykyiset talousnäkökulmat eivät estä hankkeen päämäärän toteutumista, mutta hankkeessa on koko ajan otettava huomioon taloudellinen toteuttamismahdollisuus. Rakennustyöt alkavat aikaisintaan loppuvuodesta 2012. Arkkitehti on suunnitelmissaan selvittänyt hankkeen eri vaihtoehtoja, joissa kaikissa Oulan luonto- ja terveysliikuntakeskus on sijoitettu alueen pohjoisosaan. Vaihtoehtojen tutkimista jatketaan.

Keskustan osayleiskaavassa tutkitaan myös vaihtoehtoa, jossa Luonto- ja terveysliikuntakeskuksemme sijoituspaikka olisi Jätkänkyläntien ja Rautatiesillan välisellä alueella uimarannan yhteydessä. Hankkeella ja muilla rannan toimijoilla voi olla toistensa läheisyydestä synergiaetua niin kesällä kuin talvella.

Ensisijainen vaihtoehto on toistaiseksi toteuttaa Ounasvaaran Ladun hankkeen Skanska-Arinnan -hankkeen yhteydessä.

Hankkeen ohjausryhmä kokoontuu seuraavan kerran syyskuussa.

Seppo

OULA A-OSAKE



Oula A-osake

Oula A on kelohonkainen 4-hengen lomahuoneisto n. 0,5 km:n päässä Tunturikeskus Kiilopäältä. Huoneistossa on tupakeittiö, takka, sauna, makuualkovi ja parvi. Osa makuupaikoista on parvella.

Hinnat Ounasvaaran Ladun jäsenille
 Kiilopäälle istahinnoista:
 - ei sesonkina - 50%
 - sesonkina - 30%
 (16.2.-30.4., 21.8.-30.9. ja 1.11.-31.12.)

- hinnat eivät sisällä linnavaatteita eikä takkapuita
- vuokraus maksetaan Kiilopäällä joko käteisellä, pankki- tai luottokortilla
- Kiilopäälle opastetut päiväreiset ja iltaohjelma sisältyvät hintaan
- varaus jäsenhintaan aikaisintaan kahdeksan (8) viikkoa ennen suunniteltua saapumista

Varaukset Tunturikeskus Kiilopäältä
 puh. (016) 6700 700
 kiilopaa@suomenlatu.fi
 www.kiilopaa.com



VUOKRATTAVANA TARVIKKEITA!

- SKIKE-maastorullaluistimet (5 paria) 3 €/v rk
- Ahkio (2 kpl) 3 €/v rk ja 18 €/7 vrk
- rosnarinkka 2 €/v rk ja 10 €/7 vrk
- Soppu -elintarvikkeivuri 5 €/2 vrk
- sauvakävelysauvoja 2 €/2 h/pari
- GPS -laite 3 €/v rk ja 18 €/7 vrk

Em. hinnat Oula:n jäsenille. Ei-jäsenille tuplahinnat.

Myytävänä Ounasjotos EräSM 2002 -kilpailun videotallenteita 5 €/kpl.

Vuokra maksetaan Oula:n tilille: 800010-1739367 viite nro 1012.

Tiedot ja varaukset: **Asko Salmela**, puh. 040 846 6140 tai s posti asko.salmela@netti.fi

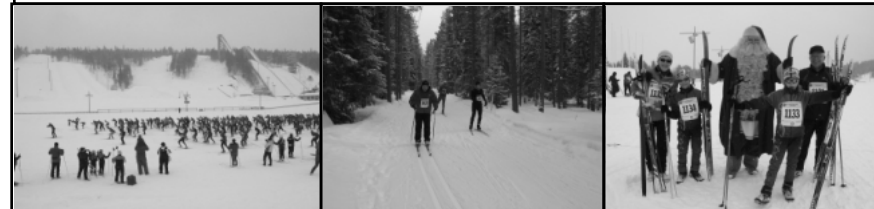
56. NAPAPIIRIN HIIHTO

Perinteinen, jo **56. Napapiirin Hiihto** järjestetään ensi keväänä **la 19.3.2011**. Hiihtäjät pääsevät nauttimaan Ounasvaaran ja Rovaniemen ympäristön upeista hiihtomaastoista ja mielenkiintoisista reiteistä, joiden vaihtelevuus ja monipuolisuus luovat kunkin itselleen valitseman reittipituuden mukaisen sopivan haasteen.

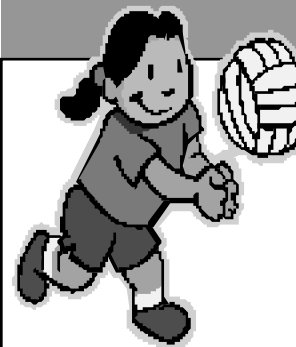


Aloita jo ensi ilta harjoittele sopivin hiihtolenkein!

Lisätiedot: www.napapiirinhihto.fi



LENTOPALLO



SYKSYN LENTOPALLOVUOROT

(alustavat):

- Ma** klo 15.30 - 17.00, Rajan Liikuntahalli
- Ma** klo 19.30 - 21.00, Ounasrinteen koulu, miehet
- Ke** klo 19.00 - 20.30, Ounaskosken koulu, naiset/sekaryhmä

Mahd. tark:sta ilm. LK:n Urheilumuistiassa.

Tervetuloa - myös uudet palloilijat!

LAPIN LATUALUEEN LENTOPALLOTURNAUS

LA 20.11.2010 KLO 9.00-15.00 LAPIN URHEILUOPISTOLLA

Kootaan omia joukkueita ja odotetaan osallistujia myös maakunnasta. Tapahtumasta ilmoitetaan myöh. tiedotteissa ja Lapin Kansan Urheilumuistiassa.

Tiedustelut: Oula/Lentopallojaosto/Antero Karvinen 0400 152 547

AVANTOUINTI



Hilehisten avantouutisia

Upea aurinkoinen lämmin kesä on saanut meidät kaipaamaan avantoa viileine vesineen ja virkistävine vakuuksineen. Valitettavasti uudet toimitilat ovat vielä "vaiheessa", joten käynnistämme avanto-kauden **ma 20.09.2010 klo 17.30** Kukanniemessä.

Avaimia myydään Kukanniemen avanto-uinti-paikalla **maanantaisin klo 17.30-18.30** 13.12.2010 asti. Kevätkausi alkaa 10.1.2011.

HINNAT: Kausikortti 55€ + 5€ avainpanti tai uimkauden avain
Eläkeläiset /Opiskelijat 40€ + 5€ avainpanti tai uimkauden avain
 (Kortit esitettävä)
Kertauinti 2€

HUOM! KÄTEISMAKSU (mieluummin tasaraha)! **Kausikortti on henkilökohtainen**, avain voi olla yhteinen.

Avaimet ovat Isänpäivänä 14.11. klo 14-17 (vapaa pääsy, tarjoilua, arvontaa)

Avanto-uinnin SM-kisat Joensuussa helmikuussa, halukkaille uintitekniikan opetusta omakustanteisesti ryhmänä.

Talkooväkeä tarvitaan erilaisiin huoltotoimiin, ilm. Liljalle puh. 040-5084926. **Tervetuloa!**



TERVEYTTÄ TALVI-UINNISTA –KURSSI ma 4.10.2010

Miksi kannattaa harrastaa avanto-uintia? Koska stressi poistuu, kylmänsieto paranee, verenpaine laskee, elimistö kestää paremmin rasituksia, energiatasapainon säätely paranee, mieliala kohenee, psyykkiset voimavarat vahvistuvat, jne. Myönteisiä vaikutuksia on paljon. Tule kuuntelemaan vinkkejä tietoa ja upeita kokemuksia avanto-uinnista. Kurssi järjestetään toimitilassamme Vartiokatu 11-13 A **ma 4.10.2010 klo 18.00** alkaen. Kurssin vetäjänä toimivat projektipäällikkö Mariia Yrjö-Koskinen Suomen Ladusta ja viime kevään MM-uuintien kultamitalistimme Eeva Oivo. Kurssi on kaikille avoin ja maksuton.

Hanki uusi mukava harrastus!

NUORISO/ Outdoor –klubi

Marraskuussa 2010 kokoontuu ensimmäisen kerran yhteen **ryhmä 13-17-vuotiaita nuoria**, joita kiinnostaa ulkona liikkuminen ja etenkin uudet lajit.



Geokätköilyä treenattiin Rovaniemellä jo keväällä. Nyt syksyllä jatketaan kätköilyä, opitaan tekemään oma kätkö ja etsimään aina vain haastavampia piiloja. Seuraa sivustoa www.geocaching.com/Oulakka.

Kuvia kevään kätköilykoulutuksista myös os. www.facebook.com/OunasvaaranLatu.

Kun haluat koulullesi, nuorisotilalle, järjestöön tai johonkin tapahtumaan kätköilystä infoa, koulutusta, kokemusten jakamista, geopainon käyttöä tai innostaa nuoria yhteiseen **Outdoor-toimintaan**, ota yhteys: riitta.kemppainen-koivisto@luukku.com

Suunnistus- ja kätköilyopetusta tarjotaan syksyn aikana erityisesti peruskoulujen yläluokkien retkeily- ja suunnistusviikoille syyskuun lopulla ja lokakuun alussa. Samalla tehdään tunnetuksi Ounasvaaran Ladun toimintaa ja vuokrattavia välineitä (skiket, rosnarinkka, marja- ja sienikuivuri, kävelysauvat, ahkiot ym.)



Ounasvaaran Latu on mukana suunnittelemassa, miten uuden tulevan **Metsämuseon metsäaluetta** voisi käyttää nuorten kanssa. Syyskuussa on luvassa alueella geokätköjen etsintää ja suunnistusta.

Kun kaipaat suunnistukseen ohjausta, treenejä, kartan luvun hallintaa esim. koulun retkeilypäivään, niin ota yhteys: asko.salmela@netti.fi

Riitta, jonka haasteena on innostaa nuoria mukaan Oula:n toimintaan.

KÄVELY/SAUVAKÄVELY

Yhdessä on mukava kävellä!

Tartu tilaisuuteen ja ota kumppanisi/kaverisi/perheesi mukaan ja tutustu opastetusti lähiluontoon sekä kävelyn/sauvakävelyn saloihin. Kaikki ovat tervetulleita! Osallistujien kesken arvottavan monitoimilampun lisäksi saat ET -lehden Ystävyiden pinssin.



Kokoon-tuminen: 18.09.2010 klo 15.00 Urheiluopiston parkkipaikka

Varustus: Hyvät jalkineet, pukeudu sään mukaisesti.

Tämä tapahtuma toimii hyvänä harjoitteluna REUMA ME-kävelyyn 9.10.2010!

REUMA ME-kävely 9.10.2010

Tule mukaan tekemään ennätystä! Suomen Reumaliiton ja Roche Oy:n kanssa yhteistyössä Ounasvaaran Latu on mukana järjestämässä Rovaniemellä valtakunnallista ME-kävelyä. Tavoitteena on saada mahdollisimman paljon sauvakävelijöitä viralliseen **sauvakävelyn maailmanennätystapahtumaan** ja samalla kannustaa reumasairaita ja muitakin huolehtimaan omasta toimintakyvystään ja hyvinvoinnistaan sekä kiinnittää huomiota reuman hyvään hoitoon ja omaan kuntoon sekä tempaista kävelemällä maailmanennätys. Suositellaan ennakkoilmoittautumista netissä.

Kokoon-tuminen 9.10.2010 klo 11.00 Lordin aukiolla, reitti kulkee pitkin rantaa.

Lisätietoja: www.mekavely.fi



RETKEILY

RUSKAMELONTAVAELLUS SUOLIJÄRVELLE

11.-12.9.2010 ☺☺☺

OuLa ja Rovaniemen Melojat ovat virittelemässä seurayhteistyötä ja sen nimissä teemme yhteisen melontavaelluksen. Kohteena on Posion kirkasvetinen Suolijärvi, jonka maisemat ovat lumoneet jo monet vesiretkelijät.



Vaelluksemme sopii vähemmän meloneellekin. Starttaamme Rovaniemeltä la **11.9. klo 8.00**. Kajakit/kanootit kuljetetaan omin kuljetuksin/yhteiskuljetuksena Suolijärvelle, josta melomme lenkinä olosuhteiden mukaisen matkan, maks. n. 20 + 20 km. Yövyimme saarella omissa teltoissa. Varustuksena normaali melonta-/vaellusvarustus (oma/lainattu kanootti ja huom. turvavarustus!), omat sapuskat ja ripaus seikkailumieltä. **Su 12.9.** paluu Rovaniemelle iltapäivän lopulla. Vaelluksen vetäjinä toimivat Roimelon kokeneet melojat Ilkka Vaara ja Pirkko Pirinen. OuLa:n jäsenillä on mahdollisuus lainata retkelle veloituksetta Roimelon kalustoa. Kysy hyvissä ajoin ennakkoon varaustilanne puh. 040 364 8724.

Retki on maksuton kummankin seuran jäsenille. Mukaan pääsee 12 ensiksi ilmoittautunutta! **Tiedustelut ja sitovat ennakkoilmoittautumiset 30.8. mennessä** Seppo Arvio, puh. 0400 395 892. Ennakkopalaverista sovitaan erikseen.



OuLa:n retkien vaativuus tasoiluokitus:

- ☺ päiväretki/tapahtuma
- ☺☺ maastoretki/yön yli -retki
- ☺☺☺ vaellus
- ☺☺☺☺ vaativa vaellus

HUOM!

Yleisen turvallisuuden vuoksi, retkien ja vaellusten ilmoittautumisten yhteydessä tulee ilmoittaa terveydelliset seikat. Tiedot käsitellään luottamuksellisesti.

Suomen Ladun vastuuvakuutus kattaa tapahtumien kaikkien osallistujien, mutta tapaturmavakuutus vain alle 75-v:n osallistumiset tapahtumiin.

RETKEILY

MARJARETKET

Syksy on sadonkorjuun aikaa ja lähimetsät ovat täynnä luonnon antimia. Lähde mukaan marjastamaan ja ulkoilemaan Rovaniemen lähimäntöön mukavassa seurassa.



Mustikkaretki 15.8.2010 ☺

Puolukkaretki 19.9.2010 ☺

Karpaloretkei 10.10.2010 ☺

Kaikille marjaretkille lähdemme Lappia-talon parkkipaikalta klo 10.00 omin kulkuneuvoin tai kimpakyydillä. Retken aikana kaivamme repun pohjalta omia eväitämme. Retket ovat kaikille avoimia ja maksuttomia.

Tied. retkien vetäjä marjamestari Asko Salmela 040 846 6140

Kuva- ja muistelusia

ke 27.10.2010 ☺



Kaamoksen laskeuduttua pohjoisille palkisillemme on, jo perinteeksi muodostuneen tavan mukaisesti, mukava pysähtyä porukalla muistelemaan ja katselemaan kuvia menneen vuoden tapahtumista ja retkistämme outamaille, tuntureille ja vesille. Samalla on kaikilla vaelluskärpäsen puremilla oiva tilaisuus tutustua retkeilytoimintaamme ja suunnitella seuraavan vuoden uusia retkiä. Kokoon-tuminen **ke 27.10.2010 klo 18.00 OuLa:n toimitilassa Vartiokatu 11-13 A.**

PS. Ottakaa mukaan omat retkikuvanne ja -päiväkirjanne!

TIEDOTUKSIA

KOKOUSKUTSU

Sääntömääräinen vuosikokous

Aika: ke 17.11.2010 klo 18.00

Paikka: Vartiokatu 11-13 A



Asialista:

- 1§ Kokouksen avaus
- 2§ Kokouksen järjestäytyminen
- 3§ Kokouksen laillisuus ja päätösvaltaisuus
- 4§ Esityslistan hyväksyminen työjärjestykseksi
- 5§ Vuoden 2011 toimintasuunnitelma
- 6§ Vuoden 2011 jäsenmaksut
- 7§ Maksettavien palkkioiden ja kulukorvausten perusteet
- 8§ Talousarvio vuodelle 2011
- 9§ Hallituksen jäsenten lukumäärä vuodelle 2011
- 10§ Hallituksen jäsenten ja varajäsenten valinta
- 11§ Tilintarkastajien ja varatilintarkastajien valinta
- 12§ Kokouskutsujen ja muiden tiedonantojen julkaisu
- 13§ Muut asiat
- 14§ Kokouksen päättäminen

Tervetuloa!

