

## Tiedoksiantoasiat

HYVOLTK 30.08.2023 § 254

Lautakunta merkitsee tiedokseen seuraavat ilmoitusluonteiset kirjeet ja päätökset:

### 1. **La 9.9. Päijännetalon kahden uuden näyttelyn avajaiset klo 12-15**

- Pinta-galleriassa (3. krs) kaksi yhteen nivoutuvaa näyttelykokonaisuutta, Mythological Finland -näyttely sekä Kirsi Vahteran metalliteoksista koostuva Käärmekivi. Kirsi Vahteran ja Timo Sajaniemen taitelijatapaaminen klo 13. Paikalla myös malli Tomi Lähde.
- Deep Art Space -galleriassa (1. krs) graafikko Markku Alhonen näyttely Siltoja ja harmaan sävyjä. Markku Alhosen taitelijatapaaminen klo 12.
- Päijännetalon Loungessa Milja ja Marko Kungas, laulua akustisen kitaran säestämänä klo 14.

### 2. **Kirjastossa**

- 2.10. Heikki Rantanen Tapio Rautavaaransielunmaisemissa klo 18.
- 10.10. Arto Kantola kertoo kirjastaan Päijänne - Koko tarina klo 18.
- 18.10. Valtakunnallinen satupäivä: satuja lapsille sekä roolipelillinen satutunti aikuisille
- 31.10. Pimeä kirjasto

#### **Toistuvia:**

**Luetaan (ja kirjoitetaan) yhdessä -elämäkertalukupiiri**

5.9., 3.10., 31.10., 28.11.

**Liikunnalliset satutunnit**

6.9., 20.9., 4.10., 18.10., 1.11., 15.11., 29.11.

**Lukukoira**

4.9., 18.9., 2.10., 16.10., 30.10., 13.11., 27.11.

**Wellamo-opiston digineuvontaa**

7.9., 5.10., 2.11., 30.11.

Uuden mediaohjaajan suunnitelmissa on aloittaa syksyn aikana erilaisia pelillisiä kerhoja (digitaaliset pelit, roolipelit)

3. 30.9.2023 Karaten SM-kilpailut liikuntahallilla
4. 4.10.2023 Hyvinvointimessut liikuntahallilla klo 12-15
5. 31.8.2023 Kuntokartoitustapahtuma liikuntahallilla
6. Liikuntapalveluiden terveystuokuntatarjonta kaudelle 2023-2024

## ASIKKALAN TERVEYSLIIKUNTARYHMÄT 2023-2024

SYKSY 4.9- 15.12.2023 (syysloma vko 43) / KEVÄT 8.1.- 26.4.2024 (hiihtoloma vko 9)

MAANANTAI	KLO	PAIKKA	OHJAAJA
Lavis-lavatanssijumppa* 1	10.00 - 11.00	Honkarinne	Elise
Lavis-lavatanssijumppa* 2	12.15 - 13.10	Anianpellon koulu	Suvi
Kehonhuolto*	13.15 - 14.15	Anianpellon koulu	Suvi
Tuolijumppa	14.45 - 15.30	Honkarinne	Suvi

TIISTAI	KLO	PAIKKA	OHJAAJA
Vesijumppa 1	9.45 - 10.15	Padasjoen Uimahalli	Masa
Vesijumppa 2	10.15 - 10.45	Padasjoen Uimahalli	Masa
Vesijumppa 3	10.45 - 11.15	Padasjoen Uimahalli	Masa
Kuntajumppa*	12.15 - 13.10	Anianpellon koulu	Suvi
Niska-hartia-selkäjumppa/kehonhuolto*	13.15 - 14.00	Anianpellon koulu	Suvi
Miesten kuntoliikunta	14.00 - 14.45	Honkarinne	Masa
Kevyt kuntajumppa & liikkuvuus Kalkkinen	16.30 - 17.30	Pörskölä	Topi
Lavis-lavatanssijumppa*	17.00 - 18.00	Aurinkovuoren koulu	Suvi
Kehonhuolto*	18.00 - 19.00	Aurinkovuoren koulu	Suvi

KESKIVIIKKO	KLO	PAIKKA	OHJAAJA
Eläkeläisten tuolijumppa	10.00 - 10.45	Vanha nuorisotalo	Noora
Reumalikutuntaryhmä	10.00 - 11.00	Liikuntahalli	Vertaisohjaaja Anja
Tuolijumppa & tasapainoa	11.30 - 12.15	Honkarinne	Noora
Liikkuvuus & kehonhuolto, miehet*	12.30 - 13.30	Honkarinne	Noora
Ohjattu kuntosali	14.00 - 15.00	Liikuntahalli	Noora
CasioMethod- liikkuvuusohjeitus* (seniorit sekä työikäiset!)	15.30 - 16.30	Aurinkovuoren koulu	Elise
Ohjattu kuntosali	17.00 - 18.00	Liikuntahalli	Elise
Hyvinvointia ja liikettä arkeen- kurssi 4.10-25.10	18.30 - 20.00	Liikuntahallin kokoustila	Elise

TORSTAI	KLO	PAIKKA	OHJAAJA
Ohjattu kuntosali 1	8.30 - 9.30	Liikuntahalli	Elise
Ohjattu kuntosali 2	9.30 - 10.30	Liikuntahalli	Elise
Ohjattu kuntosali 3	10.30 - 11.30	Liikuntahalli	Masa
Ohjattu kuntosali 4	11.30 - 12.30	Liikuntahalli	Masa
Senioritanssi	13.00 - 13.45	Anianpellon koulu	Elise
Lavis-lavatanssijumppa*	14.30 - 15.30	Aurinkovuoren koulu	Elise
Motariikkakerho 5-8v.	16.00 - 17.00	Aurinkovuoren koulu	Masa

PEJANTAI	KLO	PAIKKA	OHJAAJA
Kehonhuolto, kevennetty	10.00 - 10.45	Honkarinne	Suvi
Terve selkä / kehonhuolto*	12.30 - 13.30	Anianpellon koulu	Suvi

\*sisältää myös lattialla tehtäviä liikkeitä!



**LISÄTIETOJA JA  
ILMOITTAUTUMINEN  
MA 21.8.2023 KLO 8.00 ALKAEN**

**SÄHKÖISESTI:**  
[www.asikkala.fi/ ilmoittautuminen](http://www.asikkala.fi/ ilmoittautuminen)

**PUHELIMITSE:**  
Elise Kettunen 044 778 0773  
Suvi Eljasson 044 778 0021  
Masa Malén 044 778 0865

Maksuton kokeilumahdollisuus  
kaikkiin ryhmiin, soita suoraan  
ohjaajille!

**OSALLISTUMISMAKSUT:**

**Päiväryhmät/Seniorit:**  
25€/syksy, 25€/kevät

**Itäryhmät/työikäiset:**  
30 €/kevät, 30€/syksy

**Vesijumppat:**  
60 €/syksy, 60 €/kevät

**Lavis-lavatanssijumppat\*:**  
35€/kevät, 35€/syksy

**Huom!** Muutos vuosimaksusta  
lukukausimaksuihin!



7. Liikkuva & Aktiivinen Asikkala julkaisu jaettu kotitalouksiin elokuussa.

Päätösehdotus

Hyvinvointilautakunta merkitsee tiedoksi.

Päätös

Ehdotus hyväksyttiin.