

YLEISTÄ

Juankosken Kuntoilijat ry:n toiminta-ajatus on edelleenkin: hiihdon, retkeilyn, patikoinnin ja muun ensisijaisesti luonnossa tapahtuvan kunto-, virkistys- ja terveysliikunnan edistäminen. Tätä ajatusta pidetään tulevanakin vuonna toimintasuunnitelman pohjana sekä Suomen Latu ry:n strategian mukaista ulkoile-osallistu-vaikuta toimintaa. Visio on tukea kaikkia löytämään mielekäs tapa ulkoilla ja liikkua luonnossa. Perustehtävänä on edistää kaikenikäisten ulkoilua ja liikunnallista elämäntapaa kaikkina vuodenaikoina. Vuonna 2022 Suomen Ladun yhteistyökumppani on ja sen paikalliset yhdistykset. Tulevina vuosina liikuntajärjestöt, kuten Pohjois-Savon liikunta meidän alueella.

Yhdistyksen teema: Kaikki löytävät mielekkään tavan ulkoilla ja liikkua.

Yhdistyksen arvot ovat: hyvinvointi, yhteisöllisyys, tasavertaisuus ja kestävä kehitys. Toimintansa perusmateriaalia ja koulutusta Juankosken Kuntoilijat saa mm. Suomen Latu ry:ltä. Aktiivista toimintaa pyritään järjestämään Juankosken, Koillis-Savon sekä Itä-Suomen latualueella. Yhteistyötä tehdään Suomen Latu ry:n, Kuopion kaupungin, koulujen sekä eri yhdistysten kanssa. Kuntoilijat katsovat yhteistyön tärkeäksi ja ovat valmiita yhteistoimintaan kaikkien niiden tahojen kanssa, jotka tukevat toiminnallaan ihmisten liikunnallista elämäntapaa ja hyvinvointia. Kuntoilijat voivat tehdä aloitteita liikunta- ja ulkoiluolosuhteiden parantamiseksi.

VARSINAINEN TOIMINTAHiihto

- ❖ Itä-Suomen latualueen yhdistysten yhteiset Lapin viikot vk 12 ja 13 2023
- ❖ Yhdistyksen juhlatapahtuma Lapin hiihtoviikko 1.4.-8.4.2022
- ❖ Hiihtometrikisa joukkueena marraskuu 2022- huhtikuu 2023
- ❖ Kansallinen hiihtopäivä 04.03.2023
- ❖ Muumien Ulkoilukoulut (hiihtoretki, lumikenkäily) talvikausi

Retkeily

- ❖ Polulle Yhdessä Tahko Huutavanholma v. 2023
- ❖ Unelmien liikuntapäivä talviuintiin tutustuminen 10.05.2023
- ❖ Muumitapahtumat perheille kesällä 2023
- ❖ Patikka retki kesällä 2023
- ❖ Itä-Suomen yhteinen kansallispuistoretki Tiilikkejärvi 10-11.6.2023
- ❖ Itä-Suomen latualueen ruska yms retket ja -tapahtumat v. 2023
- ❖ Erilaiset kävely- ja retkeilytapahtumat, lähialue v.2023

Pyöräily

- ❖ Pyöräilyn Kilometrikisa joukkueena touko-syyskuu
- ❖ Maastopyöräily ja sähköavusteinen pyöräily kesäkausi
- ❖ Omat ja latualueen pyöräilytapahtumat kesäkausi

MUU LIKUNTATOIMINTA

- ❖ Lento- ja sulkapallovuorot, lentopalloturnaus Suonenjoki vuosi 2023
- ❖ Puistojumppa (Kuopion kaupunki) kesä 2023
- ❖ Tennis (ulko- ja sisäkausi) vuosi 2023
- ❖ Talviuinti viikkovuoro, keskiviikko talvikausi
- ❖ Valtakunnallinen Rakastu talviuintiin teemaviikko 09. - 15.1.2023
- ❖ Pakkaspäivät Kuopion kaupunki 23.- 29.1.2023
- ❖ Talviuinnin SM-kisa, Peurunka 3.- 5.2.2023
- ❖ Melonta tapahtumia (omat, Suomi Meloo, Kanavasoutu) kesäkausi
- ❖ Kirkkovenesoutu tapahtumat kesä 2023
- ❖ Sauvakävely, kyykkä ja mölkky sekä frisbeegolf tapahtumat kesä 2023
- ❖ Suomen Latu ry:n latuyhdistysten frisbeegolf-kisat v. 2023
- ❖ Hyper hiihtoloma, kiva kesä ja super syysloma, Kuopio Koulujen lomaviikot

MUUTA TOIMINTAA:

- ❖ Ulkoilutapahtumia ja viikonloppuja lähialueella v. 2023
- ❖ Laskiaisrieha sunnuntai 19.2.2023
- ❖ Nuku Yö ulkona –tapahtuma, alueen tapahtumat 26.8.2023
- ❖ Yhteistoiminta 4H:n kanssa v. 2023

- ❖ MLL yhteistoiminta v.2023
- ❖ Ulkoiluystävä Iäkkäälle, vanhusten liikuttaminen v. 2023

KOULUTUS

- ❖ Itä-Suomen ja muiden latualueiden koulutukset toimintavuonna 2023
- ❖ Omat ja muiden tahojen järjestämät hyödylliset koulutukset v.2023
- ❖ SL ry:n koulutukset v.2023

JÄRJESTÖTOIMINTA

- ❖ vuosittaiset kokoukset
 - hallitus tarvittaessa (n .6-7/vuosi)
 - yleiset kokoukset helmi-maalis-/loka-marraskuussa
- ❖ Suomen Ladun kokoukset
 - kevätpäivät ja järjestökokous, Tampere 21. - 23.4.2023
 - syyspäivät ja järjestökokous Mikkeli 27. - 29.10.2023
- ❖ Itä-Suomen latualueen syyskokous Mikkeli 30.9. - 1.10.2023
- ❖ jäsen- / teemailtoja tarvittaessa
- ❖ toimikuntien / työryhmien palaverit tarvittaessa
- ❖ Aloitteiden ja lausuntojen anto tarvittaessa

TIEDOTTAMINEN

- ❖ KuntoPosti jäsenlehti (sähköinen, linkki kotisivuilla)
- ❖ Kotisivut netissä (www.juankoskenkuntoilijat.com)
- ❖ Facebook-sivut
- ❖ Instagram (juankoskenkuntoilijat)
- ❖ Sähköpostit
- ❖ YhdistysPolku-sivusto → Yhdistykset ja tapahtumakalenteri (Suomen Latu)
- ❖ Koillis-Savo lehti

TALOUSTOIMINTA

- ❖ Varainhankinta
 - Jäsenmaksut
 - Yhdistys hakee Kuopion kaupungin kansalaistoiminnan tukemisen avustusta.
 - Varsinaisen toiminnan rahoittaminen tapahtuu tapahtumien osanottomaksuilla ja muulla palvelujen myynnillä (myyntipöydät, kahvionpito).
 - Erilaiset avustukset, arpajaiset
 - Talkoot
 - Liikunnanohjauspalkkiot
 - Välinevuokraus

ITÄ-SUOMEN LATUALUEEN KOULUTUKSIA V. 2023

Alueelle haetut koulutukset:

Muumihiihtokoulu -ohjaajakoulutus Kuopioon

Polkujuoksuohjaajakoulutus Siilinjärvelle

Latualueen syyskokouksen yhteyteen esitetään koulutusta Ea- ja turvallisuusasiakirjat, varalla Jokamiehenoikeudet