

LAPINJÄRVI LIIKKUU I JULI 2022

6.7. Naturstig vid Gamlasberget

"Bebyggelse på stenåldern"

Kl. 16-18. Adress: Nystugavägen 22,
Start från parkeringsplatsen vid Wasargård.
Vi går 1.5 km till berget för att träna. Utekläder enligt väder. Sluttande terräng!

8.7. Grunderna i SUP- paddling / prövning

Kl. 16-18. Adress: Sandforsvägen 53, 07870 Lapträsk
Harsböle simstrand.

9.7. UKK 6 min gångtest vid Porlammin kylpäivä

Kl. 11-14 (torget) Adress: Mörskomvägen 4
Idrottsinstruktören är på plats och ger träningsråd.

13.7. Grunderna i SUP- paddning / prövning

Kl. 16-18. Adress: Strandvägen, 07800 Lapträsk
Lapträsk simstrand

15.7. Naturstig vid Struves kedja

"De vackra Pyhäjärvi"

Kl. 16-18. Adress: Pyhäjärvivägen 153, 07820 Lapträsk
Vi träffas vid parkeringsplatsen. Vi går 1.5 km till berget för att träna. Utekläder enligt väder. Sluttande terräng!

20.7. Grunderna i SUP- paddling / prövning

Kl. 16-18. Adress: Pyhäjärvivägen 153, 07820 Lapträsk
Porlom simstrand

22.7. Frisbeegolf vid banan i Korsmalm

Kl. 16-19. Adress: Sanatorievägen 76, 07800 Lapträsk
Frisbeen fås av idrottsinstruktören! Hela familjen med!

11.7, 18.7 och 25.7. Kom och testa FatBike

Kl. 16-18. Adress: Klockarstigen 5, 07800 Lapträsk
Biblioteket i kyrkbyn

Konditionssalen Klockaren i Juli 2022

Adress: Tallmovägen 8, 07800 Lapträsk

Instruktören är på plats enligt följande!

Må kl 10-11 65+ åringar

Ti kl 17-18 Kommuninvånare

Ons kl 14-15 65+ åringar

To kl 15-18 Kommunens arbetstagare

Observera åldersgrupperna i gymmet!

22.7. Hela familjens Frisbeegolf

Vid banan i Korsmalm kl 16-19

Adress: Sanatorievägen 76, 07800 Lapträsk

Frisbeen fås av idrottsinstruktören!

Får någon en par? Kom och prova!

VÄLKOMMEN ATT RÖRA PÅ DIG!



FRÅGOR OM EVENEMANG
OCH RÅD OM FYSISK
AKTIVITET I VARDAGEN

Petteri Aaltolainen
Idrottsinstruktör och
motionsrådgivare

044 720 8651

Petteri.aaltolainen@lapinjarvi.fi



LAPINJÄRVI
LAPPRÄSK



ihmislähtöinen kunta
MÄNNISKOORIENTERAD KOMMUN