

# MYLLYKOSKEN LATU RY

A person in winter gear is seen from behind, skiing down a snowy slope. The skier is positioned in the lower center of the frame, leaving tracks in the snow. The background features a large, smooth, snow-covered mountain slope that rises towards the top left. The sky is a clear, deep blue. The overall scene is bright and crisp, typical of a winter day.

Jäsentiedote 1/2018

## **TOIMIHENKILÖT VUONNA 2018**

### **Hallitus**

Puheenjohtaja	Ville Loisa	050 405 7505, villeloisa@gmail.com
Varapuheenjohtaja	Teppo Lahti	040 546 02600, teppo.lahti@pp2.inet.fi
Jäsenet	Veikko Leikas	050 5850 780
	Saila Lukkari	
	Anne Mynttinen, taloudenhoitaja	0400 894 803, anne.mynttinen@hotmail.fi
	Seppo Mäkynen	040 729 7274, taperlock@suomi24.fi
	Juha Nevalainen	0400 321 113, juha.galitzina@gmail.com
	Kirsi Sali, sihteeri	040 535 3867, kirsi.sali@gmail.com
Varajäsenet	Risto Nenonen	0408233497, risto.nenonen@gmail.com
	Kari Väistö	040 715 5009, karivaisto80@gmail.com
Kirjanpito	Kymen tilitiimi	
Toiminnantarkastus	Marja-Leena Pulkkinen ja Raija Härmä, varalla Sirpa Renko ja Terttu Halme.	
Kunniapuheenjohtaja	Raija Härmä	
Kunniajäsenet	Mirja Heikkilä, Raija Immonen, Heli Janhunen, Eero Nurmi, Seppo Rantatalo, Sinikka Sihvola	
<b>Toimikunnat</b>		
Kiinteistö- ja talkootoimikunta	Hannu Halonen (pj.), Juhani Immonen, Veikko Leikas, Mauri Malmikoski, Esa Marttila ja Kari Väistö.	
Retkitoimikunta	Kari Väistö (pj.), Veikko Leikas, Risto Nenonen ja Onni Siltala.	
Melontatoimikunta	Juha Nevalainen (pj.), Ella Eklund, Pertti Mandelin, Martti Mentula, Seppo Mäkynen, Erkki Oinonen ja Kimmo Villikka.	
Naistoimikunta	Anne Mynttinen (pj.), Sinikka Leikas, Kirsti Mäkelä, Liisa Tommola ja Anne Vakkari.	
Perheteroimikunta	Kirsi Sali (pj.), Aino Byman, Saila Lukkari, Leena Pirnes, Mira Turpeinen ja Ulla-Mari Vakkari.	
Tiedotustoimikunta	Kirsi Sali (pj.), Ville Loisa, Anne Mynttinen.	
Jäsen- ja avaintouintiasiat sekä osakkeiden varaukset	Raija Härmä, 040 552 4575, raija.harma@pp.inet.fi	
Ulkoilumajan varaukset, kuntosali, avaintouintipaikan hoito	Ville Loisa, 050 405 7505, villeloisa@gmail.com	

## **KUNNIAPUHEENJOHTAJALTA**

Vuoden 2018 taival on alkanut itse kunkin osalta omalla tavalla. Myllykosken Ladussa on alkanut puheenjohtaja Ville Loisan jatkokausi viime vuoden päätöspuheenjohtajuuden jälkeen. Samoin on aloittanut uusi hallitus, jossa on mukana entisiä sekä uusia henkilöitä, on valittu toimihenkilöt sekä toimikunnat, jotta yhdistys tuottaisi monipuolista liikuntaa ja ulkoilupalveluja paikkakunnalle ja jäsenistölle. Tarvitaan paljon vapaaehtoisia toimijoita tekemään yhdessä erilaisia asioita, jotta toteutuisi Myllykosken Ladun toimintasuunnitelma: Ulkoilua - Liikuntaa - Virkistystä - Yhdessä.

Lähiajan tapahtumat löytyvät toimintakalenterista. Jatketaan Yhdessä-liikuntaa; hiihdetään (lunta luvassa), käydään välillä Ulkoilumajalla nauttimassa eväistä ja kahvista, tehdään lumiukkoja, iloisissa muumihiihtokouluissa opetellaan hiihtämään sekä leikitään lumileikkejä, kuntoillaan seniorikuntosalilla, lavis- liikuttaa maaliskuun loppuun ja kevätkauden lentopallo, keilaus, sähly, avantouinti ja keväällä kutsuvat metsämörritouhut, pyöräilyt, soudut, melonnat jne.

Hiihtämään Äkäslompoloon on iso joukko jo lähtijöitä, vielä sopisi kaksi miestä sekä joku porukka, miehiä, naisia, mikä tahansa, mökki (4-5 henkilöä.) Toiveena ilmoittaudu Heti!

Suomen Latu täyttää 80 vuotta ja juhlii koko vuoden erilaisilla liikuntatapahtumilla joihin Myllykosken Latukin osallistuu järjestämällä niitä paikkakunnalla. Paras lahja juhlivalle Suomen Ladulle on vastata haasteeseen, joka on "Lumiukkoja rakentamaan." Myllykosken Latu vastaa haastekampanjaan ja toivoo mukaan kouluja, päiväkotia, yhdistyksiä, kuntosaliryhmiä, kaveriporukoita, mm. Hupakoita, Hutikoita, jäseniä, tehdään erilaisia lumiukkoja Ulkoilumajalle, kotipihalle, puistoihin jne. Tehdään YHDESSÄ rakkaudella rakennettuja ja ilolla kyllästettyjä lumiukkoja. Kampanja päättyy 11.3.

Suomen Ladun 80-vuotisjuhla on Kiilopäällä 30.4. Unelmien liikuntapäivää vietetään perheliikunnan merkeissä 10.5 ja koko maassa eri kohteisiin järjestetty retkeilykierto päättyy tapahtumaan "Nuku yö ulkona" 8.9. Täällä meillä yön voi nukkua vaikkapa Ulkoilumajan maastossa, kotipihalla tai Kymijoen rannalla, metsässä jne. Osallistumme juhluvoiteen.

### **KIITOS**

Tässä vaiheessa minun on aika kiittää kanssani toimineita hallituksen ja toimikuntien jäseniä ja useita eri vapaaehtoisia yhdessä tekemästämme Myllykosken Ladun toiminnasta monien vuosien ajalta sekä jäsenistöämme ja yhteistyökumppaneita. Jäsenistöössämme on mahtavia talkoolaisia ja taitavia rakentajia, naisia ja miehiä. Vuosittain yhdistys on tarjonnut toimintaa, johon on sisällynyt perinteisiä liikuntalajeja ja myös jotakin uutta mukana, että toimintaa löytyisi monelle ja eri ikäisille ja kuntoisille. Olemme yhdessä kasvaneet pienestä yhdistyksestä isoksi. Meillä on omat toimipisteet, maja ja muut tarvittavat rakenteet ja varusteet sekä lomakohteet Kiilopäällä ja Ylläksellä jäsenistön käytössä. Myllykosken Ladun toiminta jatkuu samoin tavoittein ja kohti uusia haasteita ja seuraavaa vuosikymmentä.

Myllykosken Ladun jäsenistölle, puheenjohtajalle, hallitukselle, toimihenkilöille, talkoolaisille, vapaaehtoisille; Liikuntaladun Hyvää Vuotta 2018! Tavataan!

**Raija**

## TOIMINTAKALENTERI 1.1. – 31.5.2018

TAMMIKUU	
1.1.2017	Kylmävesiuinnit jatkuvat vesistökeskuksella. Muista kausikortti!
2.1. ti	Kuntosalivuorot alkavat Ravimiehentie 4, katso toistuvat tapahtumat.
2.1. ti klo 17.30 – 19	Lentopalloillat jatkuvat Viialan liikuntahallissa, sekajoukkueet.
2.1. ti klo 17.30 – 18.30	Lavis-liikunta jatkuu Keltakankaan koululla, Sairaalanakaari 13A. Ilmoittautumiset paikan päällä.
4.1. to klo 15	Keilailuvuoro jäsenistölle Myllykosken keilahallissa.
9.1. ti klo 18	Hiihto- ja voiteluilta Ulkoilumajalla. Mukana Urheilu Jokinen sekä voitelua esittelemässä Markku Myllylä. Tervetuloa!
12.1. pe klo 18.30 – 19.30	Sählyillat yli 15-vuotiaille jatkuvat Myllykosken Yhteiskoulun liikuntasalissa.
14.1. su klo 9 – 14	Ulkoilumaja auki, kahviopalvelut.
18.1. to klo 18 – 19	Lapsiparkki Ulkoilumajalla. Tuo lapsesi majalle satutunnille ja mene itse hiihtämään! Alaikäraja 3 vuotta. Katso lisätiedoista tarkemmat tiedot.
21.1. su klo 9 – 14	Ulkoilumaja auki, kahviopalvelut.
28.1. su klo 9 – 14	Ulkoilumaja auki, kahviopalvelut.

HELMIKUU	
1.2. to klo 18 – 19	Lapsiparkki Ulkoilumajalla. Tuo lapsesi majalle satutunnille ja mene itse hiihtämään!
3.2. la klo 10	Muumihiihtokoulu alkaa Ulkoilumajalla. Koulua järjestetään la ja su 3.2., 4.2., 10.2. ja 11.2. Ulkoilumajan maastossa kello 10 – 12.
4.2. su klo 9 – 14	Ulkoilumaja auki, kahviopalvelut.
4.2. su klo 14.30	Latukinkerit. Järjestäjinä Anjalankosken seurakunta ja Myllykosken Latu.
11.2. su klo 9 – 14	Ulkoilumaja auki, kahviopalvelut.
11.2. su klo 10	Muumihiihtokoulun päättäjaiset Ulkoilumajalla.
15.2. to klo 18 – 19	Lapsiparkki Ulkoilumajalla. Tuo lapsesi majalle satutunnille ja mene itse hiihtämään!
18.2. su klo 9 – 14	Ulkoilumaja auki, kahviopalvelut.
25.2. su klo 9 – 14	Ulkoilumaja auki, kahviopalvelut.

MAALISKUU	
1.3. to klo 18 – 19	Lapsiparkki Ulkoilumajalla. Tuo lapsesi majalle satutunnille ja mene itse hiihtämään!
4.3. su klo 8 – 14	Myllykosken laturetki, lähdöt alkaen klo 8 ja paluu klo 14 mennessä. Osanottokortit Ulkoilumajalta. Ulkoilumaja auki klo 8 – 15, kahviopalvelut.
11.3. su klo 8 – 14	Myllykosken laturetki, lähdöt alkaen klo 8 ja paluu klo 14 mennessä. Osanottokortit Ulkoilumajalta. Ulkoilumaja auki klo 8 – 15, kahviopalvelut.
20.3. ti klo 18.00	Yhdistyksen kevätkokous, Ulkoilumaja, Hevosmäentie 88.
	Hanki- tai jäähiihtoa, lumikenkävälyä. Tuoreet tiedot <a href="http://www.myllykoskenlatu.fi">www.myllykoskenlatu.fi</a>
	Luontokuvailta. Ajankohta ilmoitetaan myöhemmin.
	Teatteriretki. Ajankohta ilmoitetaan myöhemmin.

HUHTIKUU	
7. – 14.4. pe - la	Hiihtoviikko Äkäslompolossa. Katso tarkempi ilmoitus.
12.4. to klo 17.30 - 19	Metsämörrikoulut alkavat Haaruskillä. Kokoontuminen Kisatien loppupäässä. Koulu jatkuu torstaisin 17.5. asti.
27.4. – 1.5. pe – ti	Suomen ladun kevätiliittokokous Kiilopäällä.
23.4. ma klo 17.30	Melontakauden avaus. Melonnat ovat siirtyneet maanantaille.
30.4. ma klo 17.30	Maanantaimelonnat jatkuvat, lähtö kajakkivajoilta vesistökeskukselta.
30.4. ma	Talviuinnit päättyvät. Pukuhuoneiden avaimien palautus 15.5. mennessä Pekantie 12:een tai kirjekuussa pukuhuoneen pöydälle, jos et enää tarvitse avainta syksyllä.

TOUKOKUU	
	Kirkkovenesoudut alkavat toukokuun alussa, kun vene on saatu lakattua. Koko kesän jatkuvat soutupäivät ovat tiistaisin aamusoutu klo 9.00, sekajoukkueet, ei ennakkoilmoittautumista. Iltasoudut ke ja to klo 18, sekajoukkueet, ilmoittautumiset Ville 050 405 7505. Aloituksista ilmoitetaan seuratoiminnassa ja <a href="http://www.myllykoskenlatu.fi">www.myllykoskenlatu.fi</a> .
4.5. pe klo 8.00 – 11.00	Torikahvio avaa ovensa Myllykosken torilla. Tervetuloa mukaan kahvittelemaan ja rupattelemaan! Torikahvioon toivotaan apua leivontaan ym.
8.5. ti klo 17.30	Tiistaipyöräilyt alkavat. Lähdöt torilta kello 17.30. Reitit toukokuun tiedotteessa.
8.5. ti klo 18	Metsäkirkko Ulkoilumajalla, järjestäjänä Anjalankosken seurakunta ja Myllykosken Latu. Kahvit.
8.5. ti klo 19.30	Äkäslompolon hiihtoviikkolaisten tapaaminen Ulkoilumajan laavulla.
10.5. to	Unelmien liikuntapäivä. Koko perheen tapahtuma Koivusaassa kello 12 - 15. Lisätietoja tapahtumasta huhtikuussa <a href="http://www.myllykoskenlatu.fi">www.myllykoskenlatu.fi</a> ja Facebookissa.
17.5. to klo 17.30	Metsämörrikoulun päättäjäiset. Tervetuloa koko perhe!
23.5. ke klo 18	Maastopyöräilyä, lähtö Kuntokujan majalta. Mukaan tarvitsee maastopyörän, kypärän ja juomapullon.
24.5. to klo 18	Polkujuoksua aloittelijoille, lähtö Ulkoilumajalta. Mukaan juoksulenkkarit ja juomapullo.

## **LADUN KUNTOSALIRYHMÄT KEVÄÄLLÄ 2018**

Myllykosken Ladun kuntosalitoimintaa järjestetään Myllykosken Seuratalolla, Myllykoskentie 3. Uusi kuntosalitila on osoittautunut toimivaksi ja hyväksi. Paikkoja ryhmistä voi tiedustella Villeltä, puh. 050 405 7505.

<b>viikonpäivä</b>	<b>kello</b>	<b>osallistujat</b>
maanantai	10.00 – 11.00	naiset
maanantai	11.15 -12.15	sekaryhmä
maanantai	12.30 – 13.30	naiset
maanantai	13.45 – 14.45	naiset
tiistai	9.15 – 10.15	naiset
tiistai	10.25 – 11.25	naiset
tiistai	11.30 – 12.30	naiset
tiistai	12.45 – 13.45	miehet
tiistai	13.45 – 14.45	miehet
tiistai	14.45 – 15.45	miehet
tiistai	15.45 – 16.45	miehet
keskiviikko	12.30 – 13.30	naiset
keskiviikko	16.00 – 17.00	naiset
keskiviikko	17.00 – 18.00	naiset
torstai	8.30 – 9.30	miehet
torstai	9.30 – 10.30	miehet
torstai	15.00 -16.00	naiset
torstai	16.00 -17.00	naiset
perjantai	10.10 – 11.15	sekaryhmä
sunnuntai	9.00 – 10.00	naiset

## VIKKOTOIMINTAA

### ULKOILUMAJA, HEVOSMÄENTIE 88

Maja avautuu su 14.1. ja on avoinna hiihtokaudella sunnuntaisin kello 9 – 14. Ulkoilumaja on auki joka päivä hiihtolomaviikolla. Pakkasraja on -20 astetta. TERVETULOA!

### AVANTOUINTI

Myllykoski, Vesistökeskus, Kymenrannantie 4. Joka päivä klo 6 – 21 tammikuusta huhtikuuhun, kun lunastat huoltotilan avaimen ja kaupungin kausikortin. Myynti: Raija, Pekantie 12, puh. 040 552 4575.

### LENTOPALLO

Viialan liikuntahalli, Opintie 4, tiistaisin klo 17.30 - 19, alkaen 2.1. ja päättyen toukokuussa, sekaryhmät. Maksu on kaksi euroa/kerta. Tiedustelut: Pentti Salin, puh. 050 598 8325.

### KEILAILU

Myllykosken keilahalli, Koulutie 1, torstaisin klo 15. Ilmoittaudu paikan päällä, keilahalli järjestää. Aloitus on 4.1. ja kevätkauden päätös on huhtikuun lopussa. Keilaamaan mahtuu uusia kasvoja. Jos torstaivuoro ei sovi, niin jäsenhinnalla voi sopia hallilla muusta ajasta, tervetuloa mukaan!

### KUNTOSALI

Myllykoskentie 3, vuoroja senioreille sunnuntaista perjantaihin. Aloitus on 2.1. ja päätös toukokuussa. Paikkoja ryhmistä voi tiedustella Villeltä. Katso vuorot myöhemmältä sivulta.

### SÄHLY

Myllykosken yhteiskoulun liikuntasalissa, Länsiasemantie 1. Perjantaisin klo 18.30 – 19.30, aloitus 12.1. Sähly on tarkoitettu yli 15-vuotiaille, pelataan sekajoukkueissa. Maksun, 2 euroa/kerta, maksu paikan päällä. Omat pallot ja mailat mukaan. Yhteyshenkilöt

Maiju Takalo, 044 331 2784 ja Sami Moisio, 040 553 3426.

### LAVIS-LIIKUNTAA

Lavis on hauska, helppo ja hikinen liikuntamuoto, joka perustuu lavatanssiasteleiden ja jumpan välimuotoon. Tunnit pidetään Keltakankaan koululla, Sairaalankaari 13 A, ohjaajana on Kirsi Ravi. Tiistaisin klo 18.30 – 19.30, aloitus 2.1. Ilmoittautumiset ja maksu paikan päällä.

### PYÖRÄILY

Pyöräilyillat järjestetään tiistaisin, lähtö Myllykosken torilta klo 17.30, toukokuusta elokuuhun. Pyöräilykohteet ovat toukokuun jäsentiedotteessa.

### MELONTA

Myllykoski, Vesistökeskus, Kymenrannantie 4. Jäsenistön melontailat siirtyvät tänä vuonna maanantaille, aika on 17.30 – 20.00, kokoontumiset ja lähdöt kanoottivajalta. Tule paikalle ajoissa, että melomaan voidaan lähteä kello 17.30! Melonnat aloitetaan 23.4. ja päätösmelonta on 3.9.

### KIRKKOVENESOUDUT

Myllykoski, Vesistökeskus, Kymenrannantie 4. Aloitetaan toukokuun alussa, heti kun vene on saatu kunnostettua. Kirkkovenesoudut ovat koko kesän ajan sekajoukkuein tiistaina kello 9.00 (ei ennakoilmoittautumista, paikat täytetään tulojärjestyksessä) ja keskiviikkoisin ja torstaisin klo 18.00. Iltasoutuihin on ennakoilmoittautuminen Villelle, puh. 050 405 7505. Soudut jatkuvat syyskuun alkuun.

### TORIKAHVIO

Torikahvio palvelee Myllykosken torilla kesäkaudella perjantaisin kello 7.30 – 11.00. Tervetuloa!

## **LISÄTIETOJA TOIMINTAKALENTERIN TAPAHTUMISTA**

### **HIIHTO- JA VOITELUILTA 9.1. KLO 18.00**

#### **ULKOILUMAJALLA**

Perinteisessä hiihto- ja voiteluillassa ovat mukana Urheilu Jokinen ja Markku Myllylä antamassa käytännön opetusta suksien voitelusta. Urheilu Jokinen myy Vauhdin voiteita ja esittelee suksia. Tervetuloa!

### **ULKOILUMAJA AUKI HIIHTOKAUDELLA**

#### **SUNNUNTAISIN KELLO 9.00 - 14.00**

Ulkoilumaja avautuu palvelemaan hiihtäjiä ja liikkuja sunnuntaina 14.1. Maja on auki maaliskuun loppupuolelle saakka. Hiihtolomaviikolla maja on auki päivittäin kello 9.00 – 14.00. Tervetuloa nauttimaan välipalaa ja pitämään taukoa! Kiinnostaisiko Ulkoilumajan auki pitäminen? Naistoimikunta ja muut vapaaehtoiset huolehtivat majan kahviosta. Jos sinulla on kiinnostusta tulla mukaan pitämään kahviota, ota yhteyttä Anne Mynttiseen, puh. 0400 894 803!

### **LAPSIPARKKI ULKOILUMAJALLA JOKA TOINEN TORSTAI-ILTA**

Haluaisitko hiihtää, mutta lapsille ei ole hoitajaa? Kokeilemme tänä talvena lapsiparkkia Ulkoilumajalla. Puheenjohtajamme Ville kertoilee satuja kello 18 – 19 välisenä aikana vapauttaen vanhemmat hiihtelemään. Lasten alaikäraja on kolme vuotta. Toiminta alkaa torstaina 18.1. Seuraavat kerrat ovat 1.2., 15.2. ja 1.3.

### **HIIHTÄMÄÄN ANJALAN TYKKILUMELLE**

Anjalan urheilukentän ympäristössä on käytössä 1,8 km:n mittainen tykkilumilatu. Yhdistyksellä on jäsenistölle käytössä kausikortteja, jotka saa noutaa Anjalasta kahvio Mari's Coffeesta hiihdon ajaksi. Kahvilassa on Myllykosken Ladun vihko, johon kirjoitetaan nimi ja hiihtoaika. Hiihtoaika yhdellä kertaa on 2 tuntia ja jos kortti on vapaana, voi vielä jatkaa uudestaan seuraavat kaksi tuntia. Muista palauttaa kortti kahvilaan hiihdon jälkeen!

### **LATUKINKERIT SU 4.2. KELLO 14.30**

#### **ULKOILUMAJALLA**

Perinteiset latukinkerit pidetään Ulkoilumajalla sunnuntaina 4.2. Järjestäjinä Anjalankosken seurakunta ja Myllykosken Latu.

### **MYLLYKOSKEN LATURETKET 4. JA 11.3. KELLO 8.00 - 14.00**

Perinteiset laturetket järjestetään jälleen, reitit riippuvat lumitilanteesta. Lähteä voi kello 8 alkaen ja paluun tulee tapahtua kello 14 mennessä. Lähteä voi Myllykoskelta Kuntokujalta ja Ulkoilumajalta. Osallistumiskortin saa Ulkoilumajalta, jonne kortit myös palautetaan. Osallistujien kesken tavarapalkintoarvontaa.

### **HIIHTOVIIKKO 15 ÄKÄSLOMPOLOSSA**

Lapin hiihtoviikko suuntautuu Äkäslompoloon Ylläksen maisemiin. Majoitumme keskelle kylää Selvä Pyyn ja Haapalan majoitusmökkeihin. Matka on paketti, johon sisältyy matkat linja-autolla, aamiainen ja päivällinen sekä majoitus 4-5 hengen mökeissä, joissa saunat ym. varustus. Tällä hetkellä vapaana on kaksi miespaikkaa sekä yksi Haapalan mökki esimerkiksi perheelle. Matkan hinta on 525 – 540 euroa. Lisätiedot ja ilmoittautumiset HETI Raijalle.

### **METSÄKIRKKO TI 8.5. KLO 18.00 ULKOILUMAJALLA**

Metsäkirkko järjestetään jälleen Ulkoilumajan maastossa. Anjalankosken seurakunta ja Myllykosken Latu kutsuvat yhdessä Sinua Metsäkirkkoon nauttimaan keväisestä luonnosta linnunlauluineen ja hiljentymään ja kokemaan iloa. Ota mukaan istuinalusta. Kahvit.

### **MAASTOPYÖRÄILY JA POLKUJUOKSU**

Kokoamme kevään tuleen maastopyöräilystä ja polkujuoksusta kiinnostuneita yhteen ja järjestämme lajeihin tutustumisillat. Maastopyöräilyilta on alustavasti ke 23.5. Kokoontuminen tapahtuu kello 18 Kuntokujan majan edessä, josta lähdetään pyöräilemään yhdessä pururataa ja muita reittejä. Mukaan tarvitset oman maastopyörän, kypärän ja juomapullon. Polkujuoksua lähdemme kokeilemaan torstaina 24.5. Ulkoilumajan edestä kello 18. Mukaan hyvät lenkkarit ja juomapullo. Tervetuloa kaikki kiinnostuneet!

## LATURETKET KOUVOLASSA 2018

la 10.2.	58. Utin Laturetki. Järj. Kouvolan latu ry, Valkealan latu ry ja Kouvolan kaupunki. Matkat 10 – 40 km. Tiedustelut: 0400 674 810.
17. - 19.2.	20. Kaukopartiohiihto. Järj. Kouvolan Varuskunnan Urheilijat, <a href="http://www.kouvu.fi">www.kouvu.fi</a> . Matkat 30 – 300 km.
su 25.2.	Anjalan laturetki. Järj. Anjalan Liitto. Matkat 15 – 25 km. Tiedustelut: 0400 606 272.
su 4.3.	Kuusankosken laturetki. Järj. Kuusaan latu. Tiedustelut: 044 500 2667.
su 4.3. ja su 11.3.	Myllykosken Laturetki. Järj. Myllykosken Latu. Tiedustelut: 040 5850 780.
9. - 10.3.	24 tunnin hiihto Anjalassa. Järj. Anjalan Liitto. Tiedustelut: 0400 927 294.

## KOULUTUSTA

Oletko kiinnostunut ohjaamaan toimintaa niin lapsille kuin aikuisillekin? Suomen latu kouluttaa uusia ohjaajia latuyhdistysten toimintaan, kunhan koulutettu ohjaaja sitoutuu mukaan toimintaan! Kursseista saa myös opintopisteitä! Ota yhteyttä Kirsi Saliin, [kirsi.sali@gmail.com](mailto:kirsi.sali@gmail.com).

### Muumien hiihtokoulun ohjaajakurssi

20.1. Jyväskylä, 21.1. Joensuu, 24.1. ja 31.1. Helsinki

Muumien hiihtokoulun ohjaajakoulutuksessa opit lapsilähtöistä ja leikinomaista hiihdon perustaitojen ohjaamista, hiihtokoulun järjestämistä ja turvallisuusasioita. Kurssille osallistuvalla pitää olla kohtalainen hiihtotaito ja omat hiihtovarusteet mukanaan.

### Metsämörriohjaajan peruskurssi

24. – 25.3. (la – su), Rauma

6.4. ja 13.4. (pe ja pe), Helsinki

21. – 22.4. (la – su), Kuopio

Metsämörriohjaajan peruskurssilla saat perustiedot metsämörri-toiminnasta. Tutuiksi tulevat metsämörri laulut, -leikit ja –sadut. Kurssilla perehdytään lasten luontokasvatukseen ja varustetietouteen sekä saadaan perustaidot ohjaajana toimimiseen.

### Polkujuoksun ohjaajakurssi

21.4. Helsinki, 28.4. Lappeenranta

Ohjaajakurssilla opit ohjaamaan polkujuoksuryhmiä maastossa, opettamaan maastoon sopivaa juoksutekniikkaa, suunnittelemaan eri tasoisia reittejä ja tuntemaan polkujuoksuvälineiden ominaisuuksia.

Koulutus on tarkoitettu polkujuoksua jo pidempään harrastaneille, jotka haluavat ohjata polkujuoksuryhmiä.



## PERHE- JA LAPSITOIMINTAA

### MUUMIHIHTOKOULU 3 – 6 -VUOTIAILLE 3. - 11.2.

Muumihihtokoulu järjestetään lauantaisin ja sunnuntaisin kahtena viikonloppuna Ulkoilumajalla (Hevosmäentie 88). Hiihtokoulu kokoontuu lauantaina 3.2. ja 10.2. sekä sunnuntaina 4.2. ja 11.2. kello 10 – 12.

Varustaudu säätilan mukaan, etteivät kädet ja jalat palele, emme harjoittele kilpahiihtoa. Pienimpien koululaisten mukana toivotaan olevan oma avustaja omilla suksilla. Apuohjaajiksi kouluun otetaan kaikki kiinnostuneet!

*Pakkasraja on -10 astetta. Ilmoittautumiset Kirsille, puh. iltaisin 040 535 3867 tai [kirsi.sali@gmail.com](mailto:kirsi.sali@gmail.com) ma 22. – pe 26.1. välisenä aikana. Hiihtokoulun hinta on 8 euroa/lapsi, 15 euroa/sisarukset.*

### KEVÄÄN METSÄMÖRRI- JA METSÄMYTTYSKOULUT TORSTAIN 12.4. – 17.5. HAARUSKILLA

Kevään metsämörri-, metsämytys- ja metsänoppuskoulut 3-6 -vuotiaille alkavat torstaina 12.4. klo 17.30 – 19.00. Tapaamispaikkana on Kivatien loppupää, palloiluhallin vieressä. Muut kokoontumispäivät ovat 19.4., 26.4., 3.5. ja päätös 17.5. Helatorstaina 10.5. pidämme tauon. Koko perhe voi tulla mukaan viimeisellä kerralla päättäjäisiin! Päättäjäsissä jaetaan todistukset ja merkit.

Metsämörrikoulussa lapset tutustuvat luontoon ja oppivat liikkumaan turvallisesti metsässä koulutettujen ohjaajien opastuksella. Koulussa ulkoillaan joka säällä, joten varusteet sen mukaisesti, aina saappaat jalassa ja reppu selässä. Reppussa on pienet eväät ja juomista juomapullossa sekä istuinalusta. Eväinä voi olla mehua, leipiä, hedelmiä, juureksia jne. mutta ei karkkeja tai limsaa. Myös kännykät jätetään metsäretkellä kotiin tai reppuun, niin aikuisilta kuin lapsiltakin.

Nuorimpien metsämytysten (3- tai 4-vuotiaiden) mukana toivotaan olevan oma aikuinen tukena ja turvana ja mukana ihmettelemässä ja kokemassa luonnon ihmeitä. Metsämytystoiminta antaa ideoita myös oman perheen luontoretkeilyyn! Kaikki kiinnostuneet vanhemmat saavat tulla mukaan toimintaan!

*Ennakkoilmoittautumiset Kirsille (puh. iltaisin 040 535 3867 tai [kirsi.sali@gmail.com](mailto:kirsi.sali@gmail.com)) ma 2. – pe 6.4. välisenä aikana. Otamme mukaan noin 12 lasta molempiin ryhmiin. Metsämörrikoulun hinta on 8 euroa/lapsi, sisarukset 15 euroa.*

### UNELMIEN LIIKUNTAPÄIVÄ KOIVUSAARESSA TO 10.5. KELLO 12 - 15

Unelmien liikuntapäivä on valtakunnallinen tapahtuma, jossa kannustetaan ihmisiä liikkumaan yhdessä ja löytämään uusia tapoja liikkua. Tapahtumapäivä on osa kansainvälistä YK:n terveysjärjestön WHO:n Move for Health -teemapäivää. Perhetoimikunta järjestää pop up-tapahtuman helatorstaina perheliikuntateemalla ja kannustaa kaikkia perheitä mukaan! Pelaamme tapahtumassa lautapelejä ulkona, tutustumme erilaisiin liikuntamuotoihin ja pidämme piknikin luonnon helmassa. Seuraa ilmoittelua, tarkempaa tietoa luvassa kevään koittaessa!

### KOKOUSKUTSU

Myllykosken Ladun kevätkokous järjestetään Ulkoilumajalla ti 20.3. kello 18.00.

Kokouksen asialistalla ovat sääntömääräiset asiat. Kahvitarjoilu. Tervetuloa!

Hallitus

## VAPAITA OSAKEVIIKKOJA

Jäsenetuuksina käytettävissä on kaksi osaomistuksessa olevaa lomaosaketta, toinen Kiilopäällä ja toinen Ylläksen Äkäslompolossa. Osakkeiden viikkohinnat vuonna 2018 ovat viikosta riippuen 190 - 400 €. Osakkeet ovat savuttomia eikä niihin saa viedä eläimiä.

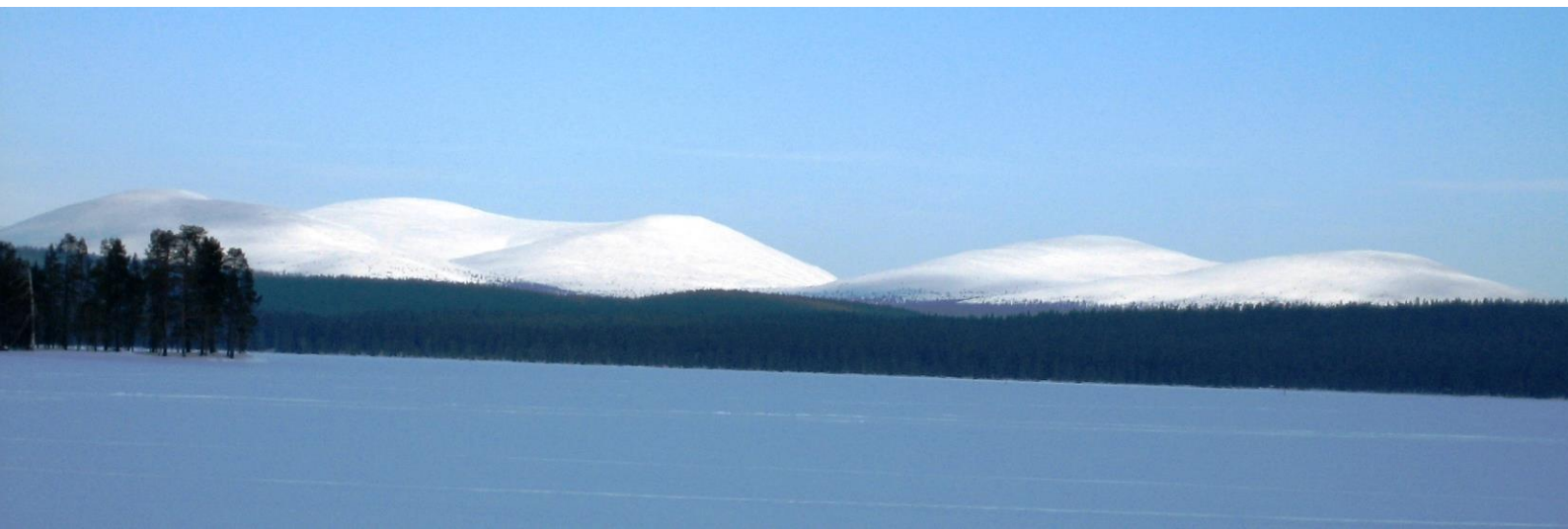
Vuoden 2019 sesonkiviikkojen varausanomukset on tehtävä 15.3.2018 mennessä. Jos samaa viikkoa on hakenut useampi henkilö, suoritetaan varaajien kesken arvonta maaliskuussa. Arvonnan tuloksista ilmoitetaan hakijoille. Varausajan jälkeen vapaiksi jääneet viikot ovat varattavissa normaalisti. Vuodelle 2018 on vielä vapaita viikkoja. Niitä voi varata jatkuvasti!

Varaukset Raija Härmä, puh. 040 552 4575, [raija.harma@pp.inet.fi](mailto:raija.harma@pp.inet.fi)

### Kiilopään Tunturimajat, huoneisto 5b

50 m<sup>2</sup> (6 henk.) tupa, keittiö, parvi, sauna, pesuhuone, yhteinen vaatteiden kuivaushuone, varasto ja auton lämmityspaikka. Osakkeessa on mukavasti tilaa neljälle, mutta paikkoja on kuudelle. Huoneistossa on kodinkoneet sekä astiat.

Vapaina olevat viikot 2018		Varattavissa olevat viikot 2019		Vuoden 2019 viikkohinnat
Viikko	Aika	Viikko	Aika	Hinta
2	6.1. – 13.1.	4	19. – 26.1.	200
20	12.5. – 19.5.	10	2. – 9.3.	400
26	23.6. – 30.6.	16	13. – 20.4.	400
44	27.10. – 3.11.	22	25.5. – 1.6.	200
50	8.12. – 15.12.	28	6. – 13.7.	200
		34	17. – 24.8.	300
		40	28.9. – 5.10.	200
		46	9. – 16.11.	200
		52	21. – 28.12.	400



## VAPAITA OSAKEVIIKKOJA

### Ylläs, Äkäslompolo, Iomahuoneisto Kiinteistö Oy Ylläksen Tunturihonka, huoneisto 19, Kolmiotie 3

47.5 m<sup>2</sup> (6 henkeä) tupakeittiö, makuuhuone, parvitila, sauna, pesuhuone. Huoneistossa on pyykinpesukone, TV, radio, mikro, pieni astianpesukone ja astiat kuudelle.

Vapaina olevat viikot 2018		Varattavissa olevat viikot 2019		Vuoden 2019 viikkohinnat
Viikko	Aika	Viikko	Aika	Hinta
4	20.1. – 27.1.	3	12. – 19.1.	200
16	14. – 21.4.	6	1.- 9.2.	200
19	5.5. – 12.5.	9	23.2. – 2.3.	400
22	26.5. – 2.6.	12	16. – 23.3.	400
25	16.6. – 23.6.	15	6. – 13.4.	400
28	7.7. – 14.7.	18	27.4. – 4.5.	300
31	28.7. – 4.8.	21	18. – 25.5.	200
34	18.8. – 25.8.	24	8. – 15.6.	200
37	8.9. – 15.9.	27	29.6. – 6.7.	200
40	29.9. – 6.10.	30	20. – 27.7.	200
43	20.10. – 27.10.	33	10. – 17.8.	200
46	10.11. – 17.11.	36	31.8. – 7.9.	400
49	1.12. – 8.12.	39	21. – 28.9.	200
52	22.12. – 29.12.	42	12. – 19.10.	200
		45	2. – 9.11.	200
		48	23. – 30.11.	300
		51	14. – 21.12.	400
		2/2020		

## **MYLLYKOSKEN LADUN TOIMINTAKOHEET**

### **ULKOILUMAJA, Hevosmäentie 88**

Ulkoilumaja kahvioineen on avoinna hiihtokauden aikana sunnuntaisin kello 9.00 - 14.00, alkaen 14.1.2018. Pakkasraja on -20 astetta. Majalla on myynnissä arpoja, joissa on viikoittaiset tavarapalkinnot. Arvonnan tulot tulevat majan ylläpitokuluihin. Otamme mielellämme vastaan arvontapalkintoja.

Majaa vuokraamme noin 50 henkilön tilaisuuksiin ensisijaisesti jäsenistölle. Majan lyhytaikainen 1 - 3 tunnin vuokrahinta jäseniltä on 30 € ja muilta 40 €. Koululaisten ja päiväkotien vuokraushinnat ovat neuvoteltavissa. Majalla on nauhoitettava videovalvonta ja turvalaitteet. Varaukset Ville Loisa.

Kiitos kaikille kävijöille, jotka auttavat majan ylläpidossa sekä kantavat polttopuita sisälle puulaatikkoon. Pienikin apu otetaan kiitollisina vastaan!

**KOTALAAVU.** Majan pihalla on kotalaavu, jota jäsenistö ja retkeilijä saa käyttää siivoamalla jälkensä sekä huolehtimalla turvallisuudesta. Isompien ryhmien tulisi sopia käytöstä ja monet ovat tuoneet myös omat puut. Metsäpalovaroituksen aikana ei kotalaavuun saa tehdä tulia.

### **TUPAMÄEN KOTA**

Tupamäen kota palvelee hiihtäjiä ja kaikkia retkeilijöitä. Kodalla on videovalvonta ja sinne tehdään tarkastuskäyntejä. Polttopuita kodalla ei säilytetä. On siis hyvä ottaa omat polttopuut sekä astiat ja makkaranpistovälineet mukaan.

### **KUNTOSALI, Myllykoskentie 3**

Kaupunki on vuokrannut Myllykosken Seuratalolta seniorikuntosalin, jossa yhdistys ohjaa 20 kuntosaliryhmää. Kuntosalin laitteistoista osa on kaupungin ja osa yhdistyksen omia.

### **VESISTÖKESKUS, Kymenrannantie 4**

Vesistökeskuksessa sijaitsee Kouvolan kaupungin omistama, mutta ladun ylläpitämä avantouintipaikka pukuhuoneineen. Lisäksi pihapiirissä ovat ladun kajakkivajat sekä Kouvolan soutajien venevaja. Asvaltoitua luiskaa pitkin sekä soutajien että melojien on helppo siirtää kulkuvälineensä veden ääreen. Lisäksi rannassa on kirkkovenelaituri.

### **KUNTOKUJAN MAJA**

Kuntokujan ja valaistun ladun päässä sijaitsee Kuntokujan maja. Maja toimii lähtöpisteenä retkille.

### **JÄTEPAPERIT**

Yhdistyksellä on vihreä jätteen keräyslaatikko Viialantiellä, postin aukiolla. Keräyslaatikkoon toivomme vain paperia, ei naruja tai pahvia. Tuothan paperisi Viialantielle, tuet näin yhdistyksen toimintaa! Kiitos!



## **ULKONA KUIN LUMIUKKO**

Suomen Latu täyttää 80 vuotta vuonna 2018. Juhlavuoden kunniaksi järjestetään erilaisia tapahtumia. Näistä ensimmäinen on valtakunnallinen lumiukkojen rakentamiskampanja "UlkonaKuinLumiukko". Kampanja alkaa 28.1. ja päättyy 11.3. Lumiukkoja voi tehdä latuyhdistysten tapahtumissa tai ihan muuten vaan. Erityisesti mukaan kampanjaan toivotaan kouluja ja varhaiskasvattajia. Kaikki suomalaiset haastetaan mukaan rakentelemaan lumiukkoja kuvakisan muodossa. Kuvakisaan voi osallistua Instagramissa aihetunnisteella #ulkonakuinlumiukko tai kampanjan verkkosivuilla [www.suomenlatu.fi/lumiukko](http://www.suomenlatu.fi/lumiukko). Kisassa on liikunnalliset palkinnot.

## **SUOMEN LADUN VALTAKUNNALLISIA TAPAHTUMIA**

**Lumeneiston SM-kilpailut 26. – 28.1.2018 Kuusankoskella.** Kuusankoskitalon ja Sommelon rannassa järjestettävässä kilpailussa on kolme sarjaa: taide-, toiminta- ja soolosarja. Taide- ja soolosarjassa aiheena on suomalainen iskelmä ja toimintasarjassa lastenlaulut. Kilpailun järjestää ICEMEN Team ry.

**Talviuinnin SM-kisat 9. – 11.2.2018 Ähtärissä.** Avantouinnin SM-kilpailuissa on mahdollisuus uida kilpaa, ilman aikaa tai viestijoukkueena. Kuuttisarjassa veteen vain pulahdetaan. Sarjoja löytyy kaikenikäisille ja- tasoille uimareille. Kilpailu järjestetään Ähtärin matkailualueella. Ilmoittautuminen jatkuu 28.1. saakka, Norppa- ja Kuuttisarjaan voi ilmoittautua tämän jälkeenkin. Lisätietoja: [www.talviuinninsm.fi](http://www.talviuinninsm.fi).



## **KYMI-VUOKSEN LATUALUEEN TOIMINTAA**

Myllykosken Latu kuuluu Kymi-Vuoksen latualueeseen. Alue järjestää yhteistä toimintaa, kaikki jäsenet ovat vapaita osallistumaan tapahtumiin! Latualueen toiminnasta löydät lisätietoja facebookista: <https://www.facebook.com/kymivuoksenlatualue/?fref=ts>. Tämän vuoden tapahtumista tiedotetaan tarkemmin myöhemmin.

Kevättapaaminen on 17.3. Imatralla.  
Kevätretki Nuuksioon, ajankohta ilmoitetaan myöhemmin.  
Latualueen aluekokous 6.10.

### **KYMI-VUOKSEN LATUALUEEN KESÄTAPAHTUMA KOTKASSA 10. – 12.8.2018**

Latualueen kesätapahtumassa tutustutaan mm. frisbee-golfiin ja käydään Suomen ladun valtakunnalliset frisbee-golf-kilpailut. Lisäksi luvassa on ohjelmaa perheille. Mikäli haluat mukaan järjestämään tapahtumaa, ota yhteyttä Kotkan latuun, puheenjohtaja Ritva Karjalainen, puh. 050 537 2285, ritva.karjalainen @ kymp.net.

### **LÄHDE MUKAAN LATUALUEEN KAAMOSHIHTOVIIKOLLE 8. – 15.12.2018**

Vietä tunnelmallinen joulunalusaika Kiilopäällä, kaamoksen keskellä hiihtäen, lumikenkäillen ja rentoutuen rauhallisessa ympäristössä. Kymi-Vuoksen latualue järjestää yhteismatkan Kiilopäälle 8.-15.12.2018, la-la/7 yötä. Hinta/henkilö/ 7 yötä, sis. majoituksen, iltasaunan päärakennuksen saunoissa sekä aamiaisen, lisäksi 7 vrk:n päivälliset, savusaunan (ti,ke ja pe), sekä mahdollisuuden osallistua opastetuille päiväretkille ja iltaohjelmiin.

Hinnat: 365 €/hlö/ 2 hengen huoneessa Hotelli Niilanpäässä, 300 e/ kolmas hlö hotelli huoneessa, 536 € yhden hlön huone Niilanpäässä, 420 €/hlö/ Pohjan Tytär, kun huoneistossa majoittuu 2 henkeä, 420 €/ hlö/ Kieppi, kelo-huoneistossa, kun majoittujia 2. Kuljetus alustavan tiedon mukaan 135€/hlö. Kuljetus kustannukset tarkentuvat lähtijöiden määrän mukaan.

Lisätietoa ja alustavat varaukset:

Henri Kekkonen, 040 8405493, kymivuoksi.latualue@gmail.com.



**Valtakatu 38 KSNK. Puh. 3289101. Avoinna ark. 9.30-18, la 9.30-14  
KUUSANKOSKEN KESKUSTASSA!**

Urheilu Jokisen jäsentarjoukset Myllykosken Ladun jäsenistölle:

- vaatteet ja jalkineet -20 %
- hiihtovälineet ja -tarvikkeet -20 %
- retkeilyvarusteet -20 %
- polkupyörät -10 %
- muut tuotteet -10 %

## TULE MUKAAN - LIITY JÄSENEKSI !

### Liityn Myllykosken Ladun ja samalla Suomen Ladun jäseneksi

Nimi	syntymäaika	Puhelinnumero
Lähiosoite	postinumero	Postitoimipaikka
Jäseneksi liittyvät myös seuraavat perheenjäsenet		
nimi	syntymäaika	
nimi	syntymäaika	
nimi	syntymäaika	
nimi	syntymäaika	

#### Jäsenmaksut 2018:

- *Henkilöjäsen (1 henkilö) 25 €*
- *Perhejäsenmaksu 35 €, jäsenenä voivat olla kaikki samaan perheeseen kuuluvat tai samassa osoitteessa asuvat henkilöt, jäsenkortti kahdelle henkilölle. Suosittelemme perhejäsenmaksua, joka on edullisin ja on mukavaa harrastaa yhdessä.*
- *Rinnakkaisjäsenyys, I-jäsenenä muualla 16 €*
- *Nuorisojäsen < 20 vuotta ja opiskelijajäsen <29 vuotta 16 €*
- *Yhteisöhenkilöjäsen 27 €*
- *Kannatusjäsenmaksu 100 euroa*
- *Lomakkeen palautus: Raija Härmä, Pekantie 12, 46800 Myllykoski*
- *Tiedustelut, puh. 040 552 4575, sähköposti: [raija.harma@pp.inet.fi](mailto:raija.harma@pp.inet.fi)*

#### Myllykosken Ladun jäsenenä saat:

- *Retkeilyn, ulkoilun ja kuntoliikunnan erikoisjulkaisun Latu ja Polku-lehti, 5 numeroa vuodessa.*
- *Yhdistyksen jäsentiedotteet kaksi kertaa vuodessa.*
- *Lomaosakeviikot varattavissa jäsenhinnoin; Kiilopää ja Ylläs.*
- *Koulutusta, tapahtumia, erilaisia liikuntatapahtumia, retkiä, Lapin lomaviikkoja, pyöräilyviikkoja, vaelluksia, melontaa, kuntosalitoimintaa, keilailua, avantouintia jne.*
- *Lapsi- ja perhetoimintaa, hiihtokoulut, metsämörrikoulut, jne.*
- *Voit esittää toivomuksia toiminnasta ja osallistua toiminnan toteuttamiseen.*
- *Voit vuokrata varusteita jäsenhinnoin: lumikenkiä, retkiluistimia, kävelysauvoja, kajakkeja.*
- *Urheilu Jokinen, Kuusankoski, jäsenetutarjoukset, vaatteet ja jalkineet -20 %, voiteet ja hiihtovälineet -20 %, muut tuotteet (esim. polkupyörät) vähintään -10 %. Alennuksen saa esittämällä jäsenkortin.*

#### Suomen Ladun jäsenedut, muun muassa:

- *Tapaturmavakuutuksen Suomen Ladun ja jäsenyhdistysten tapahtumissa.*
- *Alennuksia Suomen Ladun koulutustilaisuuksista kurseista ja tapahtumista.*
- *Alennuksia Suomen Ladun toimintakeskuksissa ja Suomen Hostellijärjestön hostelleissa, alennus kansainvälisen hostellikortin hinnasta, jäsentarjousviikkoja Kiilopäällä.*
- *Alennuksia Kaukoretket-matkoista, Det Norske Turisförening- ja Svenska Turisföreningen-yhdistysten yöpymispaikoissa, Viking Linella, Holiday Clubilla sekä useissa majoitusliikkeissä Lapissa.*
- *Alennuksia mm. seuraavista yrityksistä: Scandinavian Outdoor, Partioaitta, Startex, Bear&Water, Welhonpesä, Karttakeskus, Ovella Systems, Detria-tuotteet, Arctica-pipot, Kupilka, Martinex ynnä muita. Tarkat tiedot jäseneduista Suomen ladun nettisivuilla [www.suomenlatu.fi](http://www.suomenlatu.fi)*



MYLLYKOSKEN LATU RY  
Perustettu 16.10.1951  
Jäseniä 31.12.2017: 884  
<http://www.myllykoskenlatu.fi>  
Tykkää meistä Facebookissa!  
pankkiyhteys FI97 5200 1020 0368 98

SUOMEN LATU  
sähköposti [info@suomenlatu.fi](mailto:info@suomenlatu.fi)  
kotisivu [www.suomenlatu.fi](http://www.suomenlatu.fi)

KYMEN-VUOKSEN LATUALUE  
Alueen yhteyshenkilö  
Hans Kampe, Likolammen talviuimarit  
[kymivuoksi.latualue@gmail.com](mailto:kymivuoksi.latualue@gmail.com)

KYMENLAAKSON LIIKUNTA  
[toimisto@kymli.fi](mailto:toimisto@kymli.fi)  
[www.kymli.fi](http://www.kymli.fi)