



Syyskuun uutiskirje

Liikuntapalvelujen uutiskirje 6/2024, olkaa hyvä!

Uutiskirjeet löytyvät kootusti sivulta www.salo.fi/liikuntaseuroille

Jos et ole vielä uutiskirjeen tilaaja, liity postituslistalle:

Uutiskirjeen tilaus



Liikuntapalvelut on muuttanut

Liikuntapalveluiden toimisto ja sen väki sanoivat heipat Urheilutalolle. Urheilutalolla pitkään ollut toimisto on nyt uudessa osoitteessa (Ylhäistentie 2). Liikuntapalvelut ja kulttuuripalvelut toimivat nyt saman katon alla.

Liikuntapalveluiden yhteystiedot osoitetta lukuunottamatta ovat pysyneet samoina.

[Yhteystiedot](#)



Seurailta

Salon Seuraparlamentti järjestää vuosittain syksyllä liikuntaseuroille suunnatun Seuraillan. Seuraillan tarkoituksena on mm. tutustua toisiimme ja verkostoitua. Tänä vuonna Seurailta on ti 24.9.2024 klo 18-20 (kahvit klo 17.30 alkaen). Keskustelun aiheina mm. talouteen ja palloiluhalliin liittyviä asioita. Ohjelma tulee näkymään ilmoittautumislomakkeella sekä salo.fi/liikuntaseuroille - sivulla. Paikkana on Astrum -keskus, Salorankatu 5-5. Ilmoittautuminen 13.9. mennessä forms -lomakkeen kautta.

[Ilmoittaudu](#)



Esteetön kuntosali

Salon liikuntapalveluiden uusin ja ainoa esteetön kuntosali valmistuu syksyn aikana. Syyskuun aikana asennetaan laitteet ja koulutetaan henkilökuntaa. Tavoite on, että esteetön kuntosali avautuu lokakuun alussa.

Esteetön kuntosali on uimahallin yläkerrassa entisessä liikuntatilassa. Sen käyttö tulee kuulumaan uimahallin sisäänpääsymaksuun kuten alakerrassakin olevan kuntosalin. Laitteet on suunniteltu erityisesti senioreiden ja liikuntarajoitteisten kuntoilijoiden tarpeisiin. Esteettömästä kuntosalista hyötyvät myös lihaskuntoharjoittelua aloittelevat sekä muun muassa he, jotka siirtyvät kuntoutuksesta omatoimiseen harjoitteluun. Kuntosaliin tullaan järjestämään kuntosalipäivystyksiä, jolloin liikunnanohjaaja on paikalla. Näin voit tulla tutustumaan uuteen esteettömään kuntosaliin ja kysyä yleisesti kuntosaliharjoittelusta ja pyytää apua laitteiden käytössä.

Tervetuloa kuntoilemaan!



LiikU syksyllä -kampanja

LiikU järjestää syksyllä LiikU syksyllä -kampanjan 1.9.-30.11. Kampanjan tavoitteena on haastaa ja motivoida liikkumaan eli voit osallistua kampanjaan omien kilometritavoitteiden mukaan. Liikuntamuotoina ovat frisbeegolf, kävely, sauvakävely, juoksu, pyöräily, maastopyöräily, melonta, retkeily, rullahiihto ja -luistelu, uinti ja suunnistus. Myös soveltava liikunta on huomioitu kampanjassa, joten se soveltuu kaikille ikään tai tasoon katsomatta.

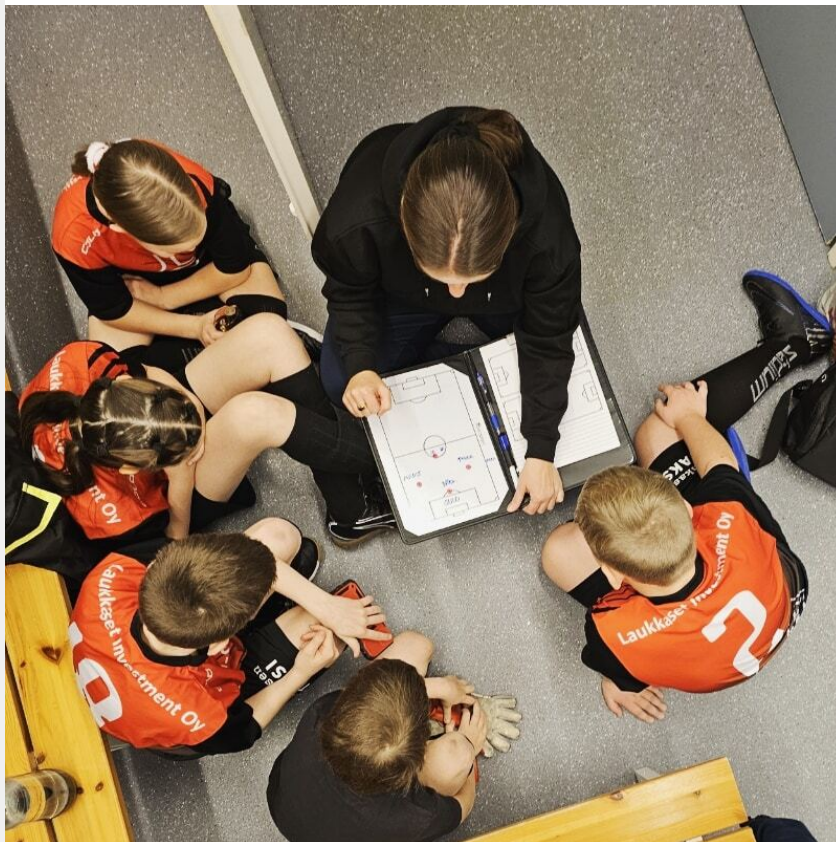
[Lue lisää](#)



Syksyn tapahtumia

- Iäkkäiden ulkoilupäivää vietetään torstaina 10.10. Ennen ulkoilua kuunnellaan yhdessä kaupungintalon valtuustosalissa Tammessa valtakunnallista Lisää voimaa vuosiin ulkoilusta -webinaaria klo 9.30-10. Ulkoilu/kävely on klo 10-11.30. Kokooneminen kaupungintalon pääoven edessä. Matkan varrella kahvipiste.
- LIVE -musiikki liikuttaa uimahallin vesijumpissa. Vesijumppatuokiota elävän musiikin tahdissa koostuvat kolmesta 20 minuutin jumppatuokiosta, joiden välillä on viiden minuutin tauko. Voit osallistua koko kolmen jumpan settiin tai vain osaan siitä. Tule mukaan hyvään tunnelmaan uimahallin sisäänpääsymaksulla.
- Yleisöluistelut kaupungin jäähallissa osoitteessa Tahkonkatu 1 ovat maksuttomia, mailattomia ja avoimia kaikenikäisille. Yleisöluistelut ovat 5.9. alkaen torstaisin klo 17.45-18.45 ja lauantaisin klo 9.15-10.45.
- Supersuosittu Halloween -polku järjestetään tiistaina 29.10. klo 17-19 Halikonlahden esteettömällä polulla (Satamakatu 49). Polun pituus on noin 2 km. Alle kouluikäisille suositellaan lähtöväliä klo 17-18 ja kouluikäisille klo 18-19. Varustaudu taskulampulla ja tule mukaan Halloween -tunnelmaan.

- Metsän taikaa -koko perheen luontoretki kävellään Varikattilan mäen yhteydessä olevalla Eeronpolulla la 21.9. klo 12-14 (P-opasteet Lehmirannantie 12, Kotalato). Retken tarkoitus on luonnon kokeminen, aistiminen ja yhdessä oleminen. Polun varrella tehdään ohjattuja harjoitteita. Retken päättääksi on mahdollisuus nauttia omia eväitä luonnon helmassa.
- Liikuntapalveluiden tapahtumista löydät tietoa myös meidän Instagram -tililtä [salon_liikuntapalvelut](#) sekä Salon liikuntapalvelut Facebookista.



Vuoden seuratyöntekijä

Vuoden Seuratyöntekijä palkitaan ensi vuonna Varsinais-Suomen Urheilugaalassa Logomossa ja kaupungin palkintojuhlissa. Kuka on se henkilö, joka ansaitsisi tämän tittelin? Jokaisesta seurasta näitä löytyy! Henkilö voi olla ansioitunut seuratoiminnassa joko kyseisenä vuonna tai lähivuosien aikana.

Ilmoita ehdokas Forms -lomakkeella 15.9. mennessä.

[Ilmoita tästä](#)



Harrastuskalenteri

Salon tapahtumakalenterin lisäksi käyttöön on otettu nyt myös erillinen Salon harrastuskalenteri. Harrastuskalenterista asukkaat voivat hakea harrastusvaihtoehtoja asuinalueen, ajankohdan tai aihealueen (liikunta, kulttuuri tai muu kansalaistoiminta) perusteella. Tietojen syöttäminen sekä tapahtuma- että harrastuskalenteriin käy näppärästi samalla työkalulla ja samoilla tunnuksilla. Ohjeita tietojen syöttämiseen löytyy alla olevan linkin kautta. Salon harrastuskalenteriin voi syöttää kaikki Salon alueella järjestettävät harrastusmahdollisuudet vauvasta vaariin. Tutustu kalenterissa jo oleviin harrastusmahdollisuuksiin ja/tai lisää sinne järjestämäsi harrastus. Kalenteri täydentyy jatkuvasti.

[Harrastuskalenteri](#)

[Ohjeita harrastuskalenteriin](#)



Seuraparlamentin terveiset

Seuraava Seuraparlamentin kokous on 17.9. Jos seurallasi on asioita, joihin toivot esim. Seuraparlamentin tukea ja/tai osallistamista, niin ole yhteydessä seuraparlamentti@salo.fi

Ehdokkaaksi Seuraparlamenttiin. Seuraparlamentissa saa sääntöjen mukaan olla sama urheiluseura edustettuna peräkkäin kaksi (2) kaksivuotiskautta. Urheiluseurat voivat ilmoittaa halukkuutensa Seuraparlamenttiin 29.10. klo 23 mennessä Forms -lomakkeen kautta. Mikäli ehdokasseuroja tulee enemmän kuin neljä (4), suoritetaan äänitys ajalla 1.-8.11. Uudet jäsenet julkistetaan Seurafoorumissa marraskuussa (ajankohta tarkentuu myöhemmin).

Ilmoita ehdokas tästä

Salon.fi/liikunta

Osoitelähde: Liikuntapalvelut
[Tietosuojaseloste](#)

Salon kaupunki, PL 77 (Tehdaskatu 2), 24101 SALO
Y-tunnus 0139533-1
Jos haluat peruuttaa tilauksen, [klikkaa tästä](#).



POWERED BY 