

Loppi

Sydäniskurikävely ja mukava yhdistysten yhteistapahtuma

To 1.10.2026 klo 17.00-19.00

Elmolan koulun piha-alue
(Opintie 2-3)

Tapahtuma
käynnistyy klo 17.00
liikunnanohjaajan
ohjaamalla
yhteisliikunta-
hetkellä

Maksuttomassa ulkotapahtumassa on tarjolla katsottavaa ja harjoiteltavaa, turvallisuuteen, kansalaistaitoihin sekä oman arjen hallintaan liittyvissä toimintapisteissä.

Toimintapisteissä:

Kanta-Hämeen Neuroyhdistys ry

Tasapaino vakaa, pystyssä pysymisen takaa -
vinkit harjoitteluun.

Riihimäen Seudun Diabeetikot ry

Tyypin 2 Diabetes riskitesti laajempi, esittelyssä

SPR Lopen osasto

SPR:n toiminnan esittelyä

Lopen VPK

Kalustoesittelyä

Eläkeliiton Lopen yhdistys ry

Tonkkumin heittoharjoittelua ja opastusta

Riihimäen Seudun

Maanpuolustusnaiset ry

Varautumisohjeita 72h varalle



Lopen Samoojat ry

Samoojien ja Suomen Ladun toimintaan
esittelyä

Vapepa Riihimäen seutu

Miten varautua metsä- ja marjastusretkille?

Lopen Seniorit ry

Tutustumismahdollisuus Tikapuugolfiin

Lopen Reserviläiset ry

Reserviläistoiminnan esittelyä

Etelä-Suomen Syöpäyhdistys ry,

Riihimäen Seudun osasto

Lymfaohjeita. Roosa nauha 2026 myynti

Hämeenlinnan Seudun Sydänyhdistys ry

Sydänyhdistyksen toiminnan esittelyä

Sydäniskurin toiminnan ja elvytyksen opastusta ja harjoittelua, 112 Suomi Sovelluksen lataamisen opastusta ja päivitystä



Tervetuloa!

Ohjattu sydäniskurikävely
Yhteislähtö klo 17.45 sydänteltalta.
Tutustumme lähistöllä oleviin
sydäniskureihin.

Omatoiminen sydäniskuripyöräily vähän
pidemmälle. Nouda sydänteltalta ohje



Euroopan unionin
osarahoittama



Elinvoimakeskus



ETELÄ-SUOMEN SYÖPÄYHDISTYS
SÖDRA FINLANDS CANCERFÖRENING



Punainen Risti

Lopen osasto



SYDÄNLIITTO
Hämeenlinnan Seudun
Sydänyhdistys



Vapaaehtoinen
pelastuspalvelu



Riihimäen Seudun
Diabeetikot ry



Lopen seniorit ry



Kanta-Hämeen
NEUROYHDISTYS



Aidosti monipuolinen,
vahvasti paikallinen,
aina yhdessä!

HÄMEENMAA