

TULE MUKAAN JURVAN SYDÄNVIIKON TAPAHTUMIIN 18.5-25.5.2025



KÄVELLEN YHDESSÄ SARVIJOELLA

Su 18.5.2025 klo 10.00- n.12.00

Lähtö: Sarvijoen kyläyhdistyksen mökki
(Eemelintie 1 B, Sarvijoki)

Tehdään n. 4-5 km Sarvijoki-kävely
Mauri Niemelän johdolla Sarvijoen
maastossa. Seurataan kevän edistymistä.

Patikan päätteeksi mahdollisuus nauttia Tuula Smedsin valmistamaa hernekeittoa mökillä
(vapaaehtoinen maksu).

YHDESSÄ JUMPATEN JÄRVENPÄÄSSÄ

Su 18.5.2025 klo 17.00-18.45

Paikka: Järvenpään Ns:lla
(Järvenpääntie 135, Kesti)

klo 17.00-17.45 Tanssillinen jumppa

klo 18.00-18.45 Lihaskuntojumppa

Ohjaajana: Jonna Mäki-Korpela

Oma jumppa-alusta mukaan
lihaskuntojumppaan.

Osallistu vaikka molempiin.



TANSSIEN YHDESSÄ JÄRVENPÄÄSSÄ

Ti 20.5.2025 klo 13.00-15.00

paikka: Järvenpään Ns
(Järvenpääntie 135)

Parin tunnin sydäntanssit
Sarvelan yhtyeen tahdissa.

Vapaa pääsy.

Kahvila- ja arpamyynti, tuotto
sydäniskurin hankkimiseen.



SYDÄNVIIKON TEEMANA YHDESSÄ LIIKKUEN HYVÄÄ SYDÄMELLE



YHDESSÄ PYÖRÄILLEN TUPENKYLÄSSÄ

Ti 20.5.2025 klo 18.00
Pyöräillään Jurvanjärven lintutornille.
Lähtö: Tupen kylätupa (Teuvantie 517)
Makkaranpaistomahdollisuus,
huom. maastopalovaroitukset.
Omat eväät mukaan.
Kiikarit mukaan jos on.

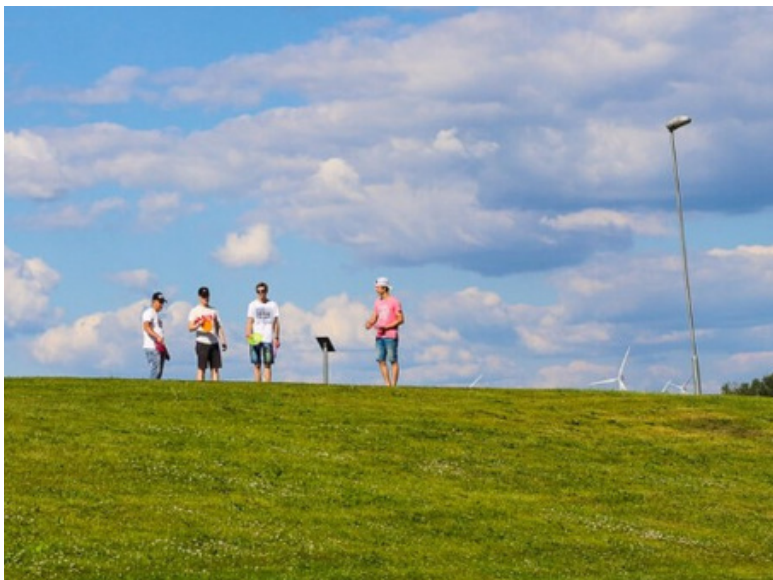
YHDESSÄ PYÖRÄILLEN JÄRVENPÄÄSSÄ

Ti 20.5.2025 klo 18.00
Pyöräillään rauhallista vauhtia
Jurvanjärven lintutornille n. 8 km.
Lähtö: Järvenpään Ns:ta
(Järvenpääntie 135)
Perillä makkaranpaistomahdollisuus,
huom. maastopalovaroitukset.
Omat eväät ja kiikarit mukaan.



YHDESSÄ FRISBEEGOLFATEN

Ti 20.5.2025 klo 18.00-n.20.00
Paikka:Säläisjärven frisbeegolfrata
Säläshallin vieressä (Venerannantie)
Ohjaajina: Markku Vuoto ja Jarmo
Penttilä (Frisbeegolf Jurva)
Kaikenikäisille !



LIKUTAAN YHDESSÄ HYVÄÄ SYDÄMELLE



TUOLIJUMPA JÄRVENPÄÄSSÄ

Ke 21.5.2025 klo 10.00-11.00

Paikka: Järvenpään Ns
(Järvenpääntie 135)

Ohjaajana: Marja Rintamäki
Sopii kaiken kuntoisille.

MAHTILENKILLÄ MARTTOJEN KANSSA

Ke 21.5.2025 klo 18.00

Lähtö: Säläshalli (Venerannantie 3)

Liikutaan Sällin maastossa. Voit
valita eripituisista kävelyreiteistä
omalle kunnollesi sopivan.
Lenkin päätteeksi tarjolla mehua ja
keksiä Säläshallin kuistilla.



KUNTOPORRASTREENI STADIONILLA

Ke 21.5.2025 klo 19.00-20.00

Paikka: Kuntoportaat
Ampumahiihtostadionilla
(Kauhajoentie 83)

Jurvan Urheilijoiden Kirsi Antila opastaa
miten eri tavoin kuntoportaita voi
käyttää ja miten niissä voi treenata
sekä parantaa kuntoa.

LUONNOSSA LIIKKUEN

YHDESSÄ PYÖRÄILLEN JA BONGAILLEN

To 22.5.2025 klo 10.00-14.00

Lähtö: Sälli Campingin piha
(Kauhajoentie 247)

Pyöräilemme rauhallista vauhtia
Lintunevalle, jossa Pentti Kananoja
kertoo lyhyesti alueen synnystä.
Bongailemme lintuja, syömme eväitä
ja kävelemme pitkin pitkospuita
(750m).

Jos tulet autolla, Sälli Campingin
pihasta klo 10 jatketaan
kimppakyydein!



YHDESSÄ MAASTOPYÖRÄILLEN

To 22.5.2025 klo 18.00-20.30

Lähtö: Sälli Camping (Kauhajoentie 247)

Tutustumme Jurvan
maastopyöräilyreitteihin Jurvan
Urheilijoiden Ville Kinnarin johdolla.
Kesto 2 h, matka 15-20 km.

Rauhallinen tahti. Kypärä päähän ja
juomapullo mukaan!



KUNTOSALILLA HYVÄÄ SYDÄMELLE

Senioreilla vapaa pääsy Jurvan
kuntosalin ohjatuille tunneille Jurvan
liikuntahalliin (Peurantie 5) osana
Sydänviikon tapahtumia.

Ohjatut ryhmät:

ma 19.5. ja to 22.5.

klo 10.00, klo 11.00 ja klo 12.00

Ohjaajana: Kuntosali Kroppanin
ammattilainen.



Kuntosalitunti koostuu:
alkulämmittely ja tasapainoharjoittelu (10min),
kuntosalilaitteet (35min) ja
loppuvenyttely (10min)

MUKAVASTI YHDESSÄ!

KÄVELY JURVAN AMPUMAHIIHDON HISTORIAAN

Pe 23.5.2025 klo 17.30-n.20.00

Kokoontuminen: Ampumahiihtostadionin toimiston alueella (Kauhajoentie 83).

Jouni Rinta-Keturi kertoo ampumahiihtostadionin tarinan ja mm. Heikki Ikola ja Esko Pietilä kertovat omia muistojaan.

Tämän jälkeen kävellään n. 1,5 km:n matka Säläshallille, jossa tarjoilua ja mahdollisuus ekoammuntaan.

Kävellään takaisin ampumahiihtostadionille.



HUOM! Osallistut Sydänviikon arvontoihin, kun kävelet stadionilta Säläshallille.



Osallistut Sydänviikon arvontoihin, kun käyt vähintään kuudella "rastilla"

KOKO PERHEEN LIIKUNTATAPAHTUMA

Viime vuosien tapaan
Yhdessä liikkuen hyvää sydämelle
tapahtuma taas Jurvassa
la 24.5.2025 klo 13- n.15.30
Paikka: Säläshalli ja sen ympäristö
(Venerannantie 3).

Tekemistä kaikenikäisille,
taaperosta vaariin.

Voit pelata bociaa tai mölkkyä, kokeilla taitojasi tarkkuusheitossa, kiertää JekkuJänö-radan ja luontopolun. Voit harjoitella elvytystä, kokeilla kalaonneasi, suplautilla, meloa, soutaa tai polkuveneillä Säläsjärvellä. Kun väsyttää, käy kahvilla tai mehulla Hallin kahvilassa. Laavun nuotiolla on makkaranpaistomahdollisuus. Voit patikoida järven ympäri tai pitkin Sällin monia eripituisia polkuja. Kuntoportaissakin voi treenata.

Kahvila: arpoja myös myynnissä. Tuotto uuden sydäniskurin hankkimiseen.

OHJATUISSA RYHMISSÄ OSALLISTUT SYDÄNVIIKON ARVONTOIHIN



Uskaliaimmat voivat omalla vastuulla
kiivetä näkötorniinkin.

YHDESSÄ PATIKOIDEN TAINUSKYLÄSSÄ

Su 25.5.2025 klo 11.30

Lähtö: Jurvan Linja-autoasemalta
(Kauppatie 8) kimppakyydein
Kalliokodalle Tainukseen. Patikoidaan
Myötämäen Kalliokodalle ja näkötornille
n. 1,6 km polku, syödään omat eväät,
ihastellaan näkötornilta avautuvia
maisemia ja nautitaan mukavasta
päivästä.

YHDESSÄ SYDÄNVIIKON LUONTOPOLULLE

Sydänviikon aikana

Su 18.5.-Su 25.5.

Voit käydä kiertämässä Kurikan
luontoyhdistyksen pystyttämän

luontopolun Säläshallin

(Venerannantie 3)

läheisessä maastossa.

Polun varrella on erilaisia tehtäviä.



TÄMÄN SYDÄNVIIKON OHJELMAN YHTEISTYÖSSÄ MAHDOLLISTAVAT:



Tupenkylän kyläyhdistys

Frisbeegolf Jurva

Kuntokeskus Kroppani

Jurvan Partiolaiset

SPR Kurikka

Jurvan Eläkeläiset

Jurvan Urheilijat

Tainuksen kyläyhdistys

Sälli Camping

Jurvan Martat

Säläisjärven kalastustoimikunta

Sarvijoen kyläyhdistys

Eläkeliitto Jurvan yhdistys

K-Market Kimara

POP Pankki
Suomen Osuuspankki

 **Jurvan Jousi Oy**
since 1975

Hiipakka

 **EEPEE**

 **SUOMEN
LUONNON-
SUOJELULIITTO**
Kurikka




**Jurvan Järvenpään
Nuorisoseura**


KURIKKA

hakola



Lämpimästi kaikkia kiittäen!

 **SYDÄNLIITTO**
Jurvan Sydänyhdistys