

TIEDOT OSALLISTUJILLE VIRKISTYSPÄIVÄSTÄ

Osanottajat

Ennakoilmoittautuneita oli viikon 18 lopussa yli 350.

Jos osanottomaksua 25 €/henkilö ei ole vielä maksettu, se tulee maksaa EKL:n Uudenmaan piirin tilille FI28 5062 0320 2692 48, tai kuten ennakoilmoittautumisen yhteydessä on sovittu.

Saapuminen

Ennakoilmoittautuneille jaetaan **bussien tulopaikalla Uudenmaan piirin teltalla** yhdistyksittäin kirjekuoret, joissa on etukäteen ilmoitettu määrä A4 -kokoisia ohjelmalehtisiä. Yhdistyksen ryhmän vetäjä jakaa yksittäiset ohjelmalehtiset omalle ryhmälleen. Niiden, jotka saapuvat virkistyspäivään omin neuvoin ja ovat ilmoittautuneet yhdistyksensä kautta, saavat ohjelmalehtisen ryhmänsä vetäjältä.

Yksittäiset ennakkoon ilmoittautuneet osallistujat saavat kirjekuoressa ohjelmalehtisen bussien saapumispaikalta olevalta Uudenmaan piirin teltalta.

Ohjelmalehtinen sisältää

- päivän ohjelman
- kartan, johon on merkitty tapahtumapaikat ja ohjelmapisteet
- ruokailulipukkeen
- arpalipukkeen

Jaettava ohjelmalehtinen sisältää kaiken tarvittavan tiedon Virkistyspäivästä. **Muista pitää se koko ajan mukanas!**

Ruuhkien välttämiseksi tulee noudattaa omaan ohjelmalehtiseen painettua ruokailuaikaa.

Jälki-ilmoittautuminen Kiljavalla

Jos virkistyspäivään poikkeuksellisesti ilmoittautuu vasta Kiljavalla, osanotto maksetaan hotel Kiljavan aulassa Uudenmaan piirin taloudenhoitajalle.

TILAISUUDEN AVAUS JA PÄÄTÖS

Virkistyspäivien avaus klo 10.00 ja päätös (palkintojenjako ja arvonta) klo 15.00 ovat liikuntahallissa. Henkilöiden, joilla on vaikeuksia liikkua rappusissa, tulee käyttää kiertotietä liikuntahallin päädyistä ja Sääksjärven puolelta saliin.

Luento ja liikuntaosuudet

Avauksen jälkeen luennon liikuntahallissa pitää luontomatkailuyrittäjä **Hannu Raitio** aiheesta "Luonto ja ihmisen hyvinvointi ja terveys".

Tuolijumppaa liikuntahallissa vetää ohjaaja **Auli Ojala** klo 11.15 ja 13.30.

Muihin ohjelmapisteisiin lähtö on klo 10.30, 12.00 ja 14.00 opiston pää-rakennuksen ja kuntokeskuksen välistä olevalta asfalttitieltä hallinto-rakennuksen kohdilta.

Erityisruokavaliot

Ruokailu on porrastettu kolmeen ryhmään. Ruuhkien välttämiseksi tulee noudattaa omaan ohjelmalehtiseen painettua ruokailuaikaa. Ryhmien porrastus on jaoteltu niin, että kauimpaa tulevat on sijoitettu ensimmäiseen ryhmään.

Ruokana tarjotaan kinkkukiusausta, joka on laktoositonta ja sopii myös gluteenikoille. Jos osallistujilla on joku edellisistä poikkeava **erityisruokavalio, siitä tulee ilmoittaa etukäteen viimeistään 17.5 mennessä** Erkki Partaselle.

Mölkkykilpailu on peruttu, mutta tikkakisa heitetään

Virkistyspäivän yhteydessä pidetään vain **tikanheiton** piirinmestaruuskilpailut naisten ja miesten sarjoissa. Siihen ei tarvita ennakoilmoittautumista, vaan ilmoittautuminen tapahtuu kilpailupaikalla, Kiljavanrannan tenniskentällä klo 12.30–14.30 välisenä aikana.

Sen sijaan mölkyn Uudenmaan piirin mestaruuskilpailu (30 pisteen kisa) on vähäisen ennakoilmoittautumisen vuoksi peruutettu. Mölkky on kuitenkin yhtenä tapahtumapisteenä virkistyspäivässä. Virkistyspäivillä yhdistykset voivat myös **ilmoittautua ennakkoon 19.8.** Korsossa pelattavaan viralliseen piirin mölkkykisaan (50 pisteen sääntö).

Laulua, tanssia ja uintia

Trubaduuri Seppo Lammi laulattaa Wanhassa kahviossa klo 12–15 sekä **Olavi Lehtonen** tanssittaa tanssihaluisia Sääksjärvi-kabinetissä klo 13 – 15.

Rantasauna on kuumana klo 12–15, mahdollisuus uintiin Sääksjärven kirkasvetisessä järvessä. Uima-altaalla on mahdollisuus vesijuoksuun.

Varusteista

Suuri osa Virkistyspäivän tapahtumista on ulkotiloissa. Tämän vuoksi on hyvä ottaa mukaan sään mukaiset varusteet. Eli sateen sattuessa ulkona liikutaan sateessa. Sisätiloissa on hyvä olla sisäliikuntajalkineet tai vaihtoehtoisesti voi toki osallistua tapahtumiin myös sukkasillaan.

Arvontapalkinnot

EKL:n Uudenmaan piirin hallitus esittää toivomuksenaan, että virkistyspäivään osallistuvat yhdistykset tuovat vähintään yhden (1) arvontapalkinnon.



SAAPUMINEN KILJAVALLE

Hotel Kiljava sijaitsee Nurmijärven Kiljavalla, Rajamäen ja Röykän välisen tien varrella. Helsingistä noin 50 km. Hyvinkäältä ja Klaukkalasta noin 20 km, Nurmijärveltä noin 10 km

Helsingin suunnasta tullessa perille pääset ajamalla Hämeenlinnan moottoritietä [E12] Nurmijärven liittymään, siitä Nurmijärven ohi Rajamäkeen ja Rajamäen risteyksestä vasemmalle noin 5 km, tai Hämeenlinnan moottoritietä [E12] Klaukkalan liittymään, siitä Klaukkalan läpi Röykkään ja rautatien ylittävän sillan jälkeisestä risteyksestä oikealle noin 5 km.

HUOM! Jos tulet Rajamäen suunnasta ja käytät navigaattoria, se saattaa ohjata sinut kääntymään Kiljavaarantielle. **JATKA KUITENKIN eteenpäin vielä 800 metriä, niin saavut Kiljavanrannan risteykseen.**

Pohjoisesta Hämeenlinnan moottoritietä [E12] Hangon liittymään, Hangon tieltä [VT25] vasemmalle Rajamäkeen ja Rajamäen risteyksestä oikealle noin 5 km. Kiljavan tienhaarassa olevat viitat ohjaavat sinut perille.

Opastus Kiljavanrannassa

Kiljavalla on paikan päällä järjestäjien edustajia, joilta voi kysyä neuvoja mm. eri suorituspaikoista ja muista käytännön kysymyksistä.

Heidät tunnistaa EKL:n keltaisesta liivistä.

Hyvää Virkistyspäivää!

Eläkkeensaajien Keskusliiton
Uudenmaan Piiri ry

Seppo Fahlström

Seppo Fahlström
puheenjohtaja

Erkki Partanen

Erkki Partanen
kilpailuvastaava
puh. 050 62469, erkkij.partanen@gmail.com