MYLLYKOSKEN LATU RY

Maastopyöräily tutuksi -tapahtuma toukokuussa 2018 Ulkoilumajalla. Kuva: Kirsi Sali

Jäsentiedote 2/2019

TOIMIHENKILÖT VUONNA 2019

Hallitus

Puheenjohtaja	Anne Mattila	040 724 1231, annemattila3@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, Vuokko Heikkilä, Raija Immonen, Heli Janhunen, Eero Nurmi, Kaija Peltola, Seppo Rantatalo, Sirpa Renko, Sinikka Sihvola, Onni Siltala, Raimo Tuominen.	
Toimikunnat		
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.	
Perhetoimikunta	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 avantouintiasiat sekä osakkeiden varaukset	Raija Härmä, 040 552 4575, raija.harma@pp.inet.fi	
Ulkoilumajan varaukset, kuntosali	Ville Loisa, 050 405 7505, villeloisa@gmail.com	

SIHTEERILTÄ

Kevät on taas täällä! Uutena, raikkaana ja täynnä aurinkoa ja voimaa! Raaka auringonpaiste paljastaa lian, nuhjan ja vanhat roskat, niin kotona kuin ulkonakin. Kevätsiivouksen välissä on hyvä myös lähteä ulos ja nauttia kevään tunnelmasta. Nyt on jälleen hyvä aika ottaa itseään niskasta kiinni ja aloittaa kesän harrastukset: pyöräily, juoksu, sauvakävely, mikä onkaan sinulle tärkeää. Myllykosken Ladun viikoittaiset kesälajit alkavat pyöriä toukokuussa, tule mukaan kuntoilemaan yhdessä kanssamme! Vesistökeskuksella on luvassa maanantaisin melontaa ja tiistaisin ja torstaisin soutua. Melontatoimikunta on suunnitellut useita retkiä kesän ajaksi ja melonnan peruskursseja järjestetään kaksi. Pyöräilyä on tarjolla tiistai-iltaisin ihan urakalla: sekä pyöräilylenkkejä lähiseudun kohteisiin että uutena lajina maastopyöräilyä joka toinen tiistai. Tapahtumissa on luvassa muun muassa metsäkirkko, unelmien perheliikuntapäivä sekä lasten onkitapahtuma. Perjantaisin tavataan torilla kesäkahviossa.

Liikunnan lomassa on hyvä vain oikaista tuoliin tai riippumattoon tai suoraan nurmelle ja vain olla. Etenkin me työikäiset usein juoksemme arkemme läpi suorittaen sekä työelämää että vapaa-aikaamme. Otapa siis hetken hiljaisuus puutarhassa tai metsässä katsellen oksien heiluntaa tai kimalaisten lentoa. Useiden tutkimusten mukaan luonto antaa runsaasti terveysvaikutuksia, mutta luonnostakin täytyy pysähtyä nauttimaan.

Syksyn tullen siirrytään sitten sisälajien pariin. Kuntosalit, lentopallo, sähly ja keilailu alkavat jälleen syyskuun alussa. Oletko keilaillut Myllykosken omassa keilahallissa? Ellet, nyt kannattaa mennä ja tutustua paikkaan! Ladun jäsenenä pääset keilaamaan jäsenhinnoin!

Avantouintikausi alkaa lokakuun alussa. Kaupungin omistama avantouintipaikka kaipaa huoltajaa, joka huolehtisi ensi talven aikana lumitöistä ja avannon kunnosta. Jos olet kiinnostunut huoltohommista, ota yhteyttä hallitukseen!

Kevät alkaa yhdistyksessämme myös uuden puheenjohtajan kanssa. Ylimääräisessä kokouksessa valittiin puheenjohtajaksi Anne Mattila. Anne on innokas latulainen ja toiminut myös muissa alueen yhdistyksissä. Anne luotsasi tänä keväänä myös Lapin matkamme seuruetta. Tervetuloa Anne mukaan ja menestystä taipaleellesi! Me hallituksessa tuemme työtäsi puheenjohtajana.

Mutta nyt on aika nauttia keväästä ja kesästä! Tehdään se yhdessä liikkuen!

terveisin Kirsi

TOIMINTAKALENTERI

TOUKOKUU

3.5. pe klo 8.00 – 11.00	Torikahvio avaa ovensa Myllykosken torilla. Tervetuloa mukaan kahvittelemaan ja rupattelemaan! Torikahvioon toivotaan apua leivontaan ja kahvion ylläpitoon. Tule mukaan!
4.5. la klo 8.00	Melontatoimikunnan luontoretki, paikka vielä avoin. Seuraa ilmoittelua!
6.5. ma klo 17.30	Maanantaimelonnat jatkuvat vesistökeskuksella.
7.5. ti klo 17	Tiistaipyöräilyt alkavat. Lähdöt torilta kello 17.00.
7.5. ti klo 18	Yhteiset maastopyörälenkit alkavat Kuntokujan parkkipaikalta. Kesto 1-2 h, sopii kaiken tasoisille pyöräilijöille. Katso Lisätietoja toiminnasta.
11.5. la klo 12 - 15	Unelmien perheliikuntapäivä. Koko perheen tapahtuma Koivusaaressa. Tule kevätpiknikille, pyöräilemään taitoradalle sekä tekemään muita toiminnallisia tehtäviä. Järjestäjinä Myllykosken Latu, Anjalankosken seurakunta, Myllykosken MLL sekä Elimäki-Anjalankoski sydänyhdistys.
11.5. la klo 11-12	Retkimelonnan varusteiden ABC, koulutus yhdistyksen melojille Vesistökeskuksella.
14.5. ti klo 9.00	Kirkkovenesoudut alkavat tiistain aamusoudulla klo 9.00, mikäli veneen keväthuolto on saatu tehtyä. Soudetaan sekajoukkueella. Aamusoutuun ei ole ennakkoilmoittautumista.
14.5. ti klo 9	Ulkoilumajan piha-alueen siivoustalkoot, haravat mukaan. Tervetuloa talkoilemaan!
14.5. ti klo 19.30	Äkäslompolon hiihtoviikkolaisten tapaaminen Ulkoilumajan laavulla.
16.5. to klo 16.30	Torstain iltamelonta Iso-Ruhmakselle.
16.5. to klo 18	Metsäkirkko Ulkoilumajalla, järjestäjinä Anjalankosken seurakunta ja Myllykosken Latu. Kahvit.
21.5. ti klo 18	Maastopyöräilyä Kuntokujalta.
25.5. la klo 8.30	Päivämelonta Karijärvelle.

KESÄKUU

4.6. ti klo 18	Maastopyöräilyä Kuntokujalta.
8.6. la	Kymijokiviesti. Tänä vuonna viesti juostaan Kotkasta Kouvolaan. Vesistökeskuksessa ja torilla on viestin vaihtopaikat. Talkoolaisia tarvitaan, ilmoittaudu Villelle, 050 405 7505.
8. – 9.6. la-su klo 10-15	Melonnan peruskurssi I. Kurssi on täynnä!
10.6. ma klo 17.30	Lasten onkitapahtuma Koivusaaressa Ponnilla. Järjestäjät Myllykosken jokamieskalastajat ja Myllykosken Latu.
13.6. to klo 16.30	Torstain iltamelonta Kirkkojärvelle.
18.6. ti klo 18	Maastopyöräilyä Kuntokujalta.
28. – 30.6. pe – su	Melontaretki Ristiinaan.

HEINÄKUU

2.7. ti klo 18	Maastopyöräilyä Kuntokujalta.
3.7. ke klo 18	Melontaan tutustumisilta Myllykosken Vesistökeskuksessa. Yhdistyksen kajakit ja varusteet käytettävissä aikuisille ja lapsille. Tule saamaan tietoa melontaretkistä sekä yhdistyksen muusta toiminnasta. Tervetuloa!
6. – 7.7. la-su, klo 10 - 15	Melonnan peruskurssi II, Vesistökeskus. Maksu 80 € maksetaan ilmoittautumisen yhteydessä ja sitä ei palauteta, vaikka et osallistuisi kurssille. Hintaan sisältyy 2 päivän kurssi, opetus, kajakkien ja varusteiden käyttö, materiaalit, melontaretki Repovedelle sekä 3 kajakin lainauskertaa tiistaimelonnoissa. Kurssille otetaan 10 ensimmäistä ilmoittautumisjärjestyksessä. Ikäraja 15 v. Mukaan kurssille tarvitset omat eväät ja juomiset, sään mukainen vaatetus, hattu, aurinkolasit ja -voiteet, jalkaan uima-/melontatossut tai muut taipuisat jalkineet sekä varavaatteet. Uimataito pakollinen. Ilmoittaudu Juha Nevalaiselle: puh. 0400 321 113 tai juha.galitzina@gmail.com.
11.7. to klo 16.30	Torstain iltamelonta Ala-Kymelle.

13.7. la	Repoveden melontaretki peruskurssilaisille.
16.7. ti klo 18	Maastopyöräilyä Kuntokujalta.
19. – 22.7. pe - ma	Melontaretki Vuolenkoskelta Konnivedelle ja Ala-Rääveliin.

ELOKUU

	Maanantaimelonnat klo 17.30 Vesistökeskus Tiistaisoudut Vesistökeskus klo 9.00 Tiistaipyöräilyt torilta klo 17.00 Torstaisoudut klo 18.00
3.8. la klo 8.30	Päivämelontaretki Vuohijärvellä.
15.8. to klo 16.30	Torstain iltamelonta Käyrälammella.
31.8. – 1.9. la – su	Merimelontaretki.

SYYSKUU

	Torstaikeilailut alkavat. Tervetuloa mukaan!
	Lentopalloa Viialan liikuntahallissa, alkamisesta ilmoitetaan salivuorojen varmistuttua.
	Lavatanssijumppa varmistuu ohjaajan ja salivuorojen selvittyä.
	Sähly alkaa syyskuun alussa, ajankohta varmistetaan salivuorojen selvittyä.
2.9. ma	Kuntosalivuorot alkavat.
2.9. ma klo 17.30	Maanantaimelontojen päätösmelonta.

LOKAKUU

1.10. ti klo 16.30-17.30	Talviuintikauden avajaiset Vesistökeskuksessa, mikäli uintipaikalle saadaan huoltaja.
6.10. su	Myllykosken polkuretki. Osanottokortit majalta.
	Liikkujien perhemessu Myllykosken kirkossa. Järjestäjinä Anjalankosken seurakunta ja Myllykosken Latu ry. Kahvit. Tervetuloa!

MARRASKUU

20.11. ke klo 18	Yhdistyksen syyskokous Ulkoilumajalla, tervetuloa!

JOULUKUU

3.12. ti klo 18.00	Joululaulut ja torttukahvit Ulkoilumajalla. Tervetuloa mukaan!
12.12. to klo 18	Tonttupolku Ulkoilumajan maastossa.
17.12. ti klo 17	Joulurauhan julistaminen metsän eläimille, yhdessä Myllykosken Metsästysyhdistyksen ja Anjalankosken seurakunnan kanssa.
	KIITOS VUODESTA 2019! HYVÄÄ JA LIIKUNNALLISTA VUOTTA 2020!

KOKOUSKUTSU

Myllykosken Ladun syyskokous järjestetään keskiviikkona 20.11. kello 18.00 Ulkoilumajalla. Kokouksen asialistalla ovat toimintasuunnitelman ja talousarvion hyväksyminen vuodelle 2020 sekä henkilövalinnat. Kahvitarjoilu. Tervetuloa!

Hallitus

TIISTAIPYÖRÄILYT 2019

Tiistaipyöräilyiden lähtöpaikkana on Myllykosken tori kello 17.00. Reitit on pyritty valitsemaan niin, että mahdollisemman paljon pääsee ajamaan pyörätietä pitkin. Tervetuloa mukaan uudet pyöräilijät!

7.5.	Eskolanmäen lenkki, 25 km.
14.5.	Anjalan lenkki, 25 km.
21.5.	Mylsänportti – Kiehuva, 20 km.
28.5.	Susikoski, 35 km.
4.6.	Korian lenkki, 35 km.
11.6.	Polven juustola, 45 km.
18.6.	Anjala, Makasiinikahvila, 25 km.
25.6.	Utin ABC, 50 km.
2.7.	Kymen Paviljonki, 45 km.
9.7.	Susikoski, 35 km.
16.7.	Lohikukko, 45 km.
23.7.	Korian ABC, 35 km.
30.7.	Kouvola – Pessankoski, 50 km.
6.8.	Lentäjien muistomerkki, 25 km.
13.8.	Susikoski, 35 km.
20.8.	Tornionmäki, 30 km.
27.8.	Päätöspyöräily Hevosmäelle, 10 km.

LISÄTIETOJA TOIMINNASTA

MAASTOPYÖRÄILYÄ MYLLYKOSKELLA ALKAEN 7.5. KELLO 18
Järjestämme yhteisiä maastopyöräretkiä kesän ajan. Lähtö tapahtuu Kuntokujan parkkipaikalta Myllykoskella, josta pyöräillään 1-2- tunnin mittainen maastopyörälenkki eri suuntiin. Ota mukaan oma pyörä, kypärä ja juomista sekä muut tarpeelliset varusteet. Maastopyöräily sopii kaiken kuntoisille, tule rohkeasti kokeilemaan! Retkille ei ole ennakkoilmoittautumista eikä maksua.
Pyöräily järjestetään parittomien viikkojen tiistaina, eli alkaen 7.5., seuraava 21.5., 4.6., 18.6., 2.7., 16.7. ja jatkoa seuraa elokuulle. Tervetuloa mukaan!

METSÄKIRKKO 16.5. KLO 18.00 ULKOILUMAJALLA
Hiljennytään keväisen luonnon äärellä yhteisessä metsäkirkossa. Järjestäjinä Anjalankosken seurakunta ja Myllykosken latu. Kahvitarjoilu, tervetuloa.

MYLLYKOSKEN POLKURETKI 6.10.
Perinteinen Myllykosken polkuretki kävellään syksyisissä maisemissa, tänä vuonna yhtenä sunnuntaina. Osallistumiskortin saa Ulkoilumajalta, retken voi aloittaa jo Kuntokujan majalta. Tervetuloa kävelemään!

JOULURAUHAN JULISTAMINEN METSÄNELÄIMILLE 17.12. KELLO 17 ULKOILUMAJALLA. Perinteinen seurakunnan ja metsästysyhdistyksen kanssa järjestetty tapahtuma luo jouluista tunnelmaa koko perheelle. Kuljemme metsässä jouluisen polun ja kuulemme joulurauhan julistuksen. Tervetuloa mukaan lämminhenkiseen tapahtumaan!

VIIKKOTOIMINTAA

TORIKAHVIO
Ladun torikahvio palvelee Myllykosken torilla 3.5. alkaen perjantaisin klo 8.00 - 11.00. Vapaaehtoisia tarvittaisiin kahvin myyntiin, pullan leivontaan ym. Yksikin kerta auttaa! Ilmoittautumiset Annelle, 0400 894 803 tai anne.mynttinen@hotmail.fi. Tervetuloa kahville!

PYÖRÄILY

Pyöräilyillat järjestetään tiistaisin, lähtö Myllykosken torilta klo 17.00, aloitus on 7.5. Retket sopivat kaiken kuntoisille. Tervetuloa mukaan uudet pyöräilijät!

MELONTA

Myllykoski, Vesistökeskus, Kymenrannantie 4. Jäsenistön melontaillat ovat maanantaisin kello 17.30 – 20.00, kokoontumiset ja lähdöt kajakkivajalta. Tule paikalle ajoissa kello 17.00, että melomaan voidaan lähteä kello 17.30! Melonnat aloitetaan 28.4. ja päätösmelonta on 2.9.

KIRKKOVENESOUDUT

Myllykoski, Vesistökeskus, Kymenrannantie 4. Soudut aloitetaan ti 14.5. jos veneen kevätkunnostus on saatu tehtyä. Kirkkovenesoudut ovat koko kesän ajan sekajoukkuein tiistaina kello 9.00 (ei ennakkoilmoittautumista, paikat täytetään tulojärjestyksessä) ja torstaisin klo 18.00. Iltasoutuihin on ennakkoilmoittautuminen Villelle, puh. 050 405 7505. Soudut jatkuvat syyskuun alkuun.

AVANTOUINTI

Myllykoski, Vesistökeskus, Kymenrannantie 4. Joka päivä klo 6 – 21 syyskuusta huhtikuuhun, kun lunastat kaupungin kausikortin ja pukuhuoneen avaimen. Avaimia myy Raija, Pekantie 12, puh. 040 552 4575.
Avantouintikauden aloitus selviää, jos uintipaikalle saadaan vastuuhoitaja. Ota yhteyttä hallitukseen, jos haluaisit hoitaa uintipaikkaa tulevana talvena!

LENTOPALLO

Syyskaudella, Viialan liikuntahalli, Opintie 4. Päivä ja aika varmistuvat salivuorojen selvittyä. Maksu on kaksi euroa/kerta. Tiedustelut: Pentti Salin, puh. 050 598 8325.

KEILAILU

Syyskaudella, Myllykosken keilahalli, Koulutie 1, torstaisin klo 15. Ilmoittaudu paikan päällä, keilahalli järjestää. Keilaamaan mahtuu uusia kasvoja. Jos torstaivuoro ei sovi, niin jäsenhinnalla voi sopia hallilla muusta ajasta, tervetuloa mukaan!

KUNTOSALI

Kuntosalitoimintaa järjestetään Myllykosken Seuratalolla, Myllykoskentie 3. Kevätkausi päättyy toukokuun lopussa ja syyskausi alkaa viikolla 36. Tiedustelut Ville Loisa, 050 405 7505.

SÄHLY
Myllykosken yhteiskoulun liikuntasali, Länsiasemantie 1. Aika säilyy todennäköisesti samana: perjantaisin kello 18.30 – 19.30. Sählyon tarkoitettu yli 15-vuotiaille, pelataan sekajoukkueissa. Maksun, 2 euroa/kerta, voi suorittaa paikan päällä. Omat pallot ja mailat mukaan. Lisätiedot: Maiju Takalo, 044 331 2784 ja Sami Moisio, 040 553 3426.

LAVIS-LIIKUNTAA

Lavis on hauska, helppo ja hikinen liikuntamuoto, joka perustuu lavatanssiaskeleiden ja jumpan välimuotoon. Lavista tanssitaan yksin, joten ei ole vaaraa että kukaan talloo varpaille. Tunnilla jopa opit eri lavatanssiaskeleiden perusteita kuntoilun ohella. Lavis-jumppaa jatketaan syksyllä, mikäli jumpalle saadaan ohjaaja.

MELONTA

MAANANTAIMELONNAT TOUKO – SYYSKUUSSA
Viikkomelontoja järjestetään maanantaisin. Lähtö Vesistökeskukselta on klo 17.30. Tule paikalle jo kello 17, niin pääsemme aloittamaan ajoissa. Aloitus on 29.4. ja viimeinen yhteismelonta on 2.9. Jokaisella kerralla on vetäjänä kokenut meloja.

AVOIMET OVET - TULE TUTUSTUMAAN VESISTÖKESKUKSEEN, KYMENRANNANTIE 4
Kaikille avoin melontaan tutustumispäivä on keskiviikkona 3.7. kello 18. Yhdistyksen kajakit ja varusteet ovat käytössä. Pääset kokeilemaan melontaa Kymijoella. Yhdistyksemme jäsenet opastavat melonta-asioissa ja antavat tietoa melontatoiminnasta ja –retkistä.

MELONTAKOULUTUSTA

Tänä kesänä järjestetään kaksi melonnan peruskurssia: 8. - 9.6. ja 6. – 7.7. Kurssiaika on lauantaina ja sunnuntaina klo 10.00 – noin 15.00.

Kurssin hinta on 80 euroa ja se maksetaan yhdistyksen tilille ilmoittautumisen yhteydessä. Maksua ei palauteta, vaikkei osallistuisi kurssille. Hintaan sisältyy 2 päivän kurssi, opetus, kajakkien ja varusteiden käyttö, materiaalit, melontaretki Repovedelle sekä kolme kajakin lainauskertaa tiistaimelonnoissa. Kurssille otetaan 10 ensimmäistä ilmoittautumisjärjestyksessä. Ikäraja kurssille on 15 vuotta. Mukaan kurssille tarvitset omat eväät ja juomiset, sään mukainen vaatetus, hattu, aurinkolasit ja -voiteet, jalkaan uima-/melontatossut tai muut taipuisat jalkineet sekä varavaatteet. Uimataito on pakollinen. Ilmoittaudu Juha Nevalaiselle: puh. 0400 321 113 tai juha.galitzina@gmail.com. Ensimmäinen kurssi on jo täyttynyt, mutta toiseen on vielä paikkoja.

Peruskurssilla saadaan ohjausta melonnan perusasioista, varusteista ja välineistä sekä melojan ja muiden vesilläliikkujien kannalta huomioitavia asioita turvallisuudesta, ympäristö- sekä vesiteiden säännöistä.

KAJAKKIEN VUOKRAUKSET
Olemme luopuneet perinteisestä kajakkien puhelinvarauksesta maanantaimelonnoissa ja retkissä. Kajakkivaraukset tehdään netissä Kymenrannan Pärskeen sivujen kautta. Pärskeen sivuille pääsee tunnuksilla, jotka saa melontojen yhteydessä illan vetäjältä tai sivuston ylläpitäjältä. Jos sinulla ei ole tunnuksia sivuile, niin tule maanantaimelontailtaan Vesistökeskukseen klo 17.00 vuokraamaan kajakki tai hakemaan tunnukset sivustolle. Pärskeen etusivulla on "KALENTERI". Kalenterissa on tapahtumakohtainen varauslista jokaiselle maanantaimelonnalle, torstairetkelle ja muille seuran järjestämille retkille. Kajakkivuokrauksessa ovat etusijalla nettivarauksen etukäteen tehneet vuoraajat. Koko kesän kajakkivuokrat kiinteään hintaan jäsenille 40 € ja ei-jäsenille 60 €. Kajakkivuokrauksen kertahinta on jäsenille 5 € ja ei-jäsenille 10 €. Kaksikko: jäsenet 10 € ja ei jäsenet 20 €. Yhdistyksen kajakkeja vuokrataan jäsenistölle myös jäsenistön omille retkille. Kajakkeja vuokraamme etupäässä Kymijoelle, mutta joitakin kajakkimalleja voidaan antaa muuallekin.

KAJAKKI YHDISTYKSEN KAJAKKIVAJAAN?
Omalle kajakille voi tiedustella vuokrapaikkaa kajakkivajasta. Paikat annetaan varausjärjestyksessä ja sopimukseen vaaditaan jäsenyys. Paikat on tarkoitettu aktiivimelojille, ei ainoastaan kajakin säilyttämiseen. Vuokraus on aina vuodeksi, joka alkaa tänä vuonna 1.1. ja päättyy 31.12.2019.

NIMET KIRJAAN! Molemmissa kajakkivajoissa on kävijätilastointia varten vihko. Jokainen meloja kirjoittaa nimensä vihkoon ja halutessaan myös melontamatkan aina käydessään melomassa. Näin saamme ajantasaisen kävijätilaston melonnoista.

VASTUUVAPAUTUSSOPIMUS
Myllykosken ladulla on käytössä vastuuvapautussopimus. Jokainen meloja allekirjoittaa vastuuvapautussopimuksen joko erikseen jokaisesta tapahtumasta tai yhden koko kesäksi. Melonnasta, retkistä ja tapahtumista on tehty turvallisuussuunnitelmat. Pyrimme näillä toimenpiteillä tekemään melonnasta kaikille mukavan, turvallisen sekä virkistävän kokemuksen.

PERHE- JA LAPSITOIMINTAA

UNELMIEN PERHELIIKUNTAPÄIVÄ 11.5. KOIVUSAARESSA KELLO 12 – 15
Koko perheen tapahtumassa Koivusaaressa on tarjolla monenlaista toimintaa. Omia taitojaan pääsee testaamaan pyöräilytaitoradalla pyöräilykypärä päässä. Metsämörrin polulla on tehtäviä luonnosta ja hyvinvoinnista. Lisäksi iloista keppihevostelua, ilmapalloja ja kuvasuunnistusta. Kannustamme viime vuotiseen tapaan perheitä ottamaan eväät ja viltit mukaan ja nauttimaan piknikkiä keväisessä luonnossa. Piknikillä on tarjolla pientä purtavaa. Omia piknik-vilttejä ja evästä saa ottaa mukaan niin paljon kuin jaksaa tuoda. Piknikin lomassa voi pelailla erilaisia pihapelejä. Tuo oma pelisi tai lainaa paikalle tuotuja pelejä! Vietetään yhdessä hauska perheliikuntapäivä! Tapahtuman järjestävät Myllykosken Latu, Anjalankosken seurakunta, Myllykosken MLL ja Elimäki-Anjalankoski sydänyhdistys.

SYKSYN PERHEMÖRRIRETKET

Syksyllä retkeilemme perhemörriretkillä yhdessä koko perheen kanssa. Perhemörriretkiä järjestetään kolme, ajankohdat ovat la 31.8., su 22.9. ja la 5.10. kello 14 - 16. Kokoontumispaikkana on Ulkoilumaja (Hevosmäentie 88).

Perhemörriretkillä tutustutaan luontoon, tutkitaan sitä ja leikitään leikkejä. Retkellä ulkoillaan joka säällä, joten varusteet sen mukaisesti, aina saappaat jalassa ja reppu selässä. Koko perheelle voi pakata mukaan pienet eväät ja juomista juomapullossa sekä istuinalustat. Retkillä ei ole ennakkoilmoittautumista.

Perhemörriretket ovat tänä vuonna korvanneet viikoittaiset metsämörrikoulut. Kouluja emme pysty pitämään, sillä meillä ei ole riittävästi koulutettuja ohjaajia. Mikäli olet kiinnostunut toiminnasta, ota yhteyttä Kirsiin, sähköpostilla kirsi.sali(at)gmail.com.

TONTTUPOLKU ULKOILUMAJALLA TORSTAINA 12.12. KELLO 18.00

Perinteinen tonttupolku kokoaa perheet yhteen jälleen joulukuussa. Ulkoilumajan maastossa kiertelevän polun varrelle ovat kokoontuneet metsän eläimet ja muut tutut hahmot kertomaan kuulumisiaan ja toivottamaan hyvää joulua.

Varustaudu säänmukaisella vaatetuksella sekä otsa- tai taskulampulla tai lyhdyllä. Tervetuloa!

MYLLYKOSKEN LADUN TOIMINTAKOHTEET

ULKOILUMAJA, Hevosmäentie 88

Ulkoilumaja kahvioineen on avoinna hiihtokauden aikana sunnuntaisin kello 10.00 - 15.00. 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 nauhoittava videovalvonta ja turvalaitteet. Varaukset Ville Loisa, puh. 050 405 7505.

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 makkaranpaistovälineet mukaan.

KUNTOSALI, Myllykoskentie 3

Kymsote 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 jätepaperin keräyslaatikko Viialantiellä, postin aukiolla. Keräyslaatikkoon toivomme vain paperia, ei naruja tai pahvia. Tuothan paperisi Viialantielle, tuet näin yhdistyksen toimintaa! Kiitos!

VAPAITA OSAKEVIIKKOJA

Jäsenetuuksina käytettävissänne on kaksi osaomistuksessa olevaa lomaosaketta, toinen Kiilopäällä ja toinen Ylläksen Äkäslompolossa. Osakkeiden viikkohinnat vuonna 2019 ovat viikosta riippuen 200 - 400 €. Osakkeet ovat savuttomia eikä niihin saa viedä eläimiä. Ylläksellä tehdään kesällä remonttia, jossa uusitaan pesutilat sekä takka ja korjataan rakennuksen hirsilaskeumia.

Varaukset Raija Härmä, puh. 040 552 4575, raija.harma@pp.inet.fi

Ylläs, Äkäslompolo, lomahuoneisto Kiinteistö Oy Ylläksen Tunturihonka, huoneisto 19, Kolmiotie 3

47.5 m² (6 henkeä) tupakeittiö, makuuhuone, parvitila, sauna, pesuhuone.

Vapaana olevat viikot 2019			Varattavissa olevat viikot 2020		
Viikko	Aika	Hinta	Viikko	Aika	Hinta
18 - 36		remontti	2	4. – 11.1.	220
45	2. – 9.11.	200	5	25.1. – 1.2.	250
48	23. – 30.11.	300	8	15. – 22.2.	300
51	14. – 21.12.	400	20	9. – 16.5.	220
			23	30.5. – 6.6.	220
			26	20. – 27.6.	220
			29	11. – 18.7.	220
			32	1.– 8.8.	220
			35	22. – 29.8.	430
			38	12. – 19.9.	430
			41	3. – 10.10.	220
			44	24. – 31.10.	220
			47	14. – 21.11.	350
			50	5. – 12.12.	430
			53	26.12. – 2.1.2021	430

VAPAITA OSAKEVIIKKOJA

Kiilopää, Lomahuoneisto 5b

50 m² (6 henk.) tupa, keittiö, parvi, sauna, pesuhuone, yhteinen vaatteiden kuivaushuone. Osakkeessa on mukavasti tilaa neljälle, mutta paikkoja on kuudelle. Ulkovarasto, autopaikka ja lämmitystolppa sekä pihalla oleva kota ovat käytössä. Huoneistossa on tarvittavat kodinkoneet ja astiat.

Vapaana olevat viikot 2019			Varattavissa olevat viikot 2020		
Viikko	Aika	Hinta	Viikko	Aika	Hinta
22	25.5. – 1.6.	200	6	1.-8.2.	350
46	9. – 16.11.	200	12	14. – 21.3.	400
			18	25.4. – 2.5.	300
			24	6. – 13.6.	220
			30	18. – 25.7.	220
			36	29.8. – 5.9.	400
			42	10. – 17.10.	220
			48	21. – 28.11.	300

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.

Kevätretki Linnansaareen 25.5. Kokoontuminen Oravissa lauantaina klo 9.00. Venekuljetus saareen lähtee klo 9.30 ja takaisin saaresta klo 18.00. Yöpyjille paluukyyti pois saaresta lähtee sunnuntaina klo 13.00. Retken hintaan, 10 €, sisältyy edestakaiset venekuljetukset sekä rantasauna saaressa. Mukaan Linnansaareen omat eväät ja muut tarpeelliset varusteet ulkoilua ja saunomista varten.
Ilmoittautuminen Helenalle 16.5. mennessä: helena.kempas@kymp.net

Kesäpäivät Parikkalassa 24. – 25.8. Kymi-Vuoksen latualueen järjestämät kesäpäivät vietetään tänä vuonna Parikkalassa Oronmyllyn loma- ja kurssikeskuksessa. Tutustu paikkaan netissä: https://www.oronmylly.fi/fi/oronmylly/esittely. Kesäpäiville järjestetään bussikuljetus Heinolasta Kouvolan, Lappeenrannan ja Imatran kautta.
Kesäpäivien ruokapaketin hinta 40 euroa/hlö/vrk ja yöpyminen omin liinavaattein yhteismajoituksessa 17 euroa/hlö/yö, kesäaitassa 2 - 4 hh 25 euroa/hlö/yö ja 1 hh 35 euroa/hlö/yö sekä päärakennuksessa 2 - 4 hh 45 euroa/hlö/yö, 1 hh 60 euroa/hlö/yö. Majoituksen ja ruokapaketin lunastaneille sauna maksutta.
Majoitusvaraus ja ilmoittautuminen: https://www.oronmylly.fi/fi/tapahtumat/tapahtumakalenteri/nro:181

Syyskokous Heinolassa la 5.10. Tapahtumasta saadaan lisätietoja lähempänä ajankohtaa. lähde mukaan syyskokoukseen!

SUOMEN LADUN VALTAKUNNALLISIA TAPAHTUMIA

Sauvakävelykiertue Kuusankosken Urheilukeskuksessa (Urheilukentäntie) to 2.5. kello 18 – 20. Huhti-toukokuussa järjestetään kymmenellä paikkakunnalla parituntisia sauvakävelyiltoja. Illoissa maailman johtavat sauvakävelynasiantuntijat kertovat uusista sauvakävelyn terveystutkimuksista, esittelevät hyviä sauvaharjoitteita, ohjaavat oikeisiin kävelytapoihin ja kävelevät kaikkien osanottajien kanssa 1 - 6 km. Niin nuoret kuin vanhat, hyvä- ja huonokuntoiset, aloittelijat ja ammattilaiset… kaikki ovat lämpimästi tervetulleita! Omat sauvat mukaan. Myös lainasauvoja saatavilla. Ei pääsymaksua. Sään mukainen ulkoiluvarustus päälle.

SUOMEN LATU

Midnight Sun Geocatching 14. – 16.6. Geokätköilyn mega-event Midnight Sun Geocaching järjestetään jo toisen kerran kesäkuussa 2019. Tapahtumapaikkana toimii Suomen Latu Kiilopää, joka Urho Kekkosen kansallispuiston kupeessa tarjoaa hienot puitteet niin kätköilyyn kuin muuhunkin luonnossa liikkumiseen.

Frisbeegolfin mestaruuskisat Heinolassa 10.8. (Kippasuon frisbeegolf-puisto, Reumantie 7). Suomen Ladun jäsenyhdistysten jäsenten kesken kisataan vuosittain frisbeegolfin mestaruudesta. Sarjat ovat avoin sarja miehille ja naisille, juniorisarjat pojille ja tytöille sekä seniorisarjat miehille ja naisille. Mestaruus ratkotaan sekä yksilö- että joukkuekisassa.

Nuku yö ulkona 31.8. Suomen Latu haastaa neljännen kerran koko Suomen nukkumaan yönsä ulkona 31.8.2019. Majoitteena voi olla teltta, tarppi, laavu tai vaikka kuusen alus. Tärkeintä on nauttia luonnosta ja jokamiehenoikeuksien suomasta mahdollisuudesta yöpyä ulkona. Yönsä voi viettää metsähotellissa, kansallispuistossa, retkeilyalueilla tai vaikka takapihalla.

LAPPIIN! - LAPIN MATKA VIIKOLLA 15 2020

Ensi talvena suuntaamme yhdistyksestä jälleen Lappiin viikolla 15. Vanha, perinteinen majoitus-paikkamme ei ole enää tuolloin käytettävissä, niinpä olemme jo varanneet majoituksen Kuerkaltion lomakylästä. Lomakylästä on varattu 40 paikkaa, jotka sijoittuvat neljän hengen ja kuuden hengen mökkeihin. Varaa jo paikkasi ensi kevään matkalle!

Varauksia vastaanottaa Anne Mattila, puh. 040 724 1231 tai annemattila3@gmail.com.

URHEILU JOKINEN

Valtakatu 38 KSNK. Puh. 3289101. Avoinna ark. 9.30-18, la 9.30-14

KUUSANKOSKEN KESKUSTASSA!

Yhteistyötä Myllykosken Ladun kanssa jo vuosien ajan!
Myllykosken Ladun jäsenille:
* polkupyörät –10 %
* vaatteet ja jalkineet –20 %
* hiihtovälineet ja -tarvikkeet –20 %

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 2019:

- *Henkilöjäsen (1 henkilö) 25,50 €*
- *Perhejäsenmaksu 35,50 €, 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 16,50 €*
- *Nuorisojäsen < 20 vuotta ja opiskelijajäsen <29 vuotta 16,50 €*
- *Yhteisöhenkilöjäsen 28 €*
- *Kannatusjäsenmaksu 100 euroa*
- *Lomakkeen palautus: Raija Härmä, Pekantie 12, 46800 Myllykoski*
- *Tiedustelut, puh. 040 552 4575, sähköposti: 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 %, polkupyörät -10 %. Alennuksen saa esittämällä jäsenkortin.*

Suomen Ladun jäsenedut, muun muassa:

- *Tapaturmavakuutuksen Suomen Ladun ja jäsenyhdistysten tapahtumissa.*
- *Alennuksia Suomen Ladun koulutustilaisuuksista kursseista 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*

MYLLYKOSKEN LATU RY
Perustettu 16.10.1951
Jäseniä 31.12.2018 891
http://www.myllykoskenlatu.fi
Tykkää meistä Facebookissa!
pankkiyhteys FI97 5200 1020 0368 98

SUOMEN LATU
sähköposti info@suomenlatu.fi
kotisivu www.suomenlatu.fi

KYMEN-VUOKSEN LATUALUE
Alueen yhteyshenkilö
Tuija Kepsu, Kouvolan latu
kymivuoksi.latualue@gmail.com

KYMENLAAKSON LIIKUNTA
toimisto@kymli.fi
www.kymli.fi