

# Luonto lisää liikettä

...KOKO  
VUODEN!



EIVA MÄKINEN

## TAMMI

- Tutki jälkiä hangella. Kukakohan lumessa on kulkenut?
- Tiesitkö, että vesi avannossa on lämpimämpää kuin lumi? Uskaltaisitko pulahtaa?
- Huhhuh, kokeilepa juosta umpihangessa!
- Viiletä jäällä. Potkukelkka on mainio menopeli (huomioi kuitenkin jäätilanne).

## HELMI

- Hiihtäen hiki tulee! Tee laavulle hiihtoretki ja nauti nuotiosta.
- Haasta kaverit kelkkamäkeen – mitä enemmän porukkaa pulkassa, sen kovempi vauhti.
- Luistele järvellä. Retkiluistimilla vasta lujaa pääsetkin!
- Pitäkää leikkimieliset pilkkikisat.

## MAALIS

- Lähde pöllöretkelle. Pue kahisemattomat vaatteet, höristä korvat ja suuntaa ulos juuri ennen auringonlaskua.
- Löytyisikö jostain talutusratsastusta vai uskaltaisitko lähteä maastoratsastusretkelle?
- Seuraa lumen sulamista. Mistä kaikkialta kuulet vesitippojen ja virtaavan veden ääntä?
- Vuokraa fatbike – sillä kuljet haastavassakin maastossa.

## HUHTI

- Muuttolinnut palaavat. Kävele pellonlaitaan tarkkailemaan lintuja.
- Rakenna kaarnavene ja laske se vesille.
- Lähde sammakkoretkelle kuuntelemaan keväistä kurnutusta.
- Suunnista kartan ja kompassin avulla. Tai oletko kokeillut mobiilireittiä?

## TOUKO

- Kokeilepa polkujuoksua, lumet ja jäät ovat sulaneet poluilta.
- Heitä kiviä veteen. Montako leipää saat?
- Lähtekää kavereiden kanssa piknikretkelle. Hauskaa yhdessäoloa!
- Lennätä leijaa!

## KESÄ

- Lähtekää perheen kanssa melontaretkelle, vaikka oppaan seurassa.
- Etsi hyvä onkipaikka ja kokeile kalaonneasi!
- Valloita kukkula ja ihastele maisemia.
- Vieraille Korteniemen perinnetilalla: harpo puujaloilla, kurkista savusaunaan ja halaa lammasta.

## HEINÄ

- Pyöräile perheen kanssa Hämeen härkätiellä.
- Sukella ja tutki vedenalaista elämää. Oletko käynyt kirkasvetisillä Melkuttimilla?
- Souda, souda ja souda!
- Etsi mahtava marjapaikka – namnam!

## ELO

- Bongaa erilaisia kiviä. Torronsuon kansallispuistossa sijaitseva Härksaaren louhos on mielenkiintoinen kohde.
- Vuokraa SUP-lautaa. Melo läheiseen saareen tai tee lenkki rantoja pitkin.
- Kiipeile puissa.
- Lähde perheen kanssa sieniretkelle. Kerää vain sieniä, jotka tunnet.

## SYYS

- Jatka uintireissuja, viileä vesi virkistää!
- Osallistu kuutamomelontaretkelle.
- Nuku yö ulkona.
- Kapua lintutorniin seuraamaan syysmuuttoa.

## LOKA

- Etsi geokätkö.
- Tee kuutamovaellus Liesjärven kansallispuistoon. Muista otsalamppu!
- Talviuintikausi alkaa. Karaise itseäsi kylmässä vedessä.
- Kerää karpaloita Torronsuon kansallispuistossa. Pyydä isovanhemmat mukaan.

## MARRAS

- Lainaa kivia koiraa ja vie se metsälennille.
- Innostu ensilumesta. Mitä uutta talviaktiiviteettia kokeilisit tänä talvena?
- Harjoittele tarkkuusheittoa lumipalloilla. Puunrunko toimii maalitauluna.
- Kokoa kaveriporukka ja lähtekää yhdessä patikkaretkelle. Älkää unohtako eväitä!

## JOULU

- Kävele metsään, sulje silmät ja pysähdy kuuntelemaan hiljaisuutta.
- Vuokraa lumikengät ja tee talvinen seikkailuretki.
- Kellahda lumeen, heiluttele käsiä ja jalkoja. Siitähän tuli lumienkeli!
- Rakenna lumilyhtyjä – luo talvista tunnelmaa.



JASKA POIKONEN



JASKA POIKONEN

#luontolisääliikettä #movedbynature #erikkiläoutdoor #hämeenjärviylänkö

LUONTO LISÄÄ LIIKETTÄ -HANKE 2017–2019 EDISTÄÄ LASTEN JA NUORTEN LUONNOSSA LIIKKUMISTA. PÄÄRAHOITTAJA ON EUROOPAN ALUEKEHITYSRAHASTO.



Vipuvoimaa  
EU:lta  
2014–2020



EERIKKILÄ  
BRINGING OUT THE BEST SINCE 1949

