

# TOIMINTAKERTOMUS 2024

## HELSINGIN LATU JA POLKU RY



*Kuva: Matti Niemelä*



1.	Yhdistyksen jäsenet.....	2
2.	Yhdistyksen kokoukset, hallitus ja jaokset.....	2
2.1	Yhdistyksen hallitus 2024.....	3
2.2.	Jaokset 2024 .....	3
3.	Toiminta ja tapahtumat 2024 .....	4
3.1.	Retkeily ja vaellus.....	5
3.2	Talviuinti .....	5
3.3	Polkujuoksu .....	5
3.4	Maastopyöräily .....	6
3.5	Lentopallo .....	6
3.6	Keppijumppa.....	7
3.7	Järjestetyt tapahtumat .....	7
3.8	Latulaulajat .....	7
3.9	Vapaaehtoinen pelastuspalvelu .....	8
3.10	Vapaaehtoistoiminta.....	8
3.11	Järjestetyt kurssit ja koulutukset.....	8
3.12	Yhdessä ulkoillen –hanke .....	9
4.	Maunulan ulkoilumaja.....	9
5.	Vaakkoin eräkämpä.....	9
6.	Vastuullisuus.....	10
7.	Yhteistyökumppanit.....	11
7.1	Osallistuminen Suomen Ladun ja Uudenmaan latualueen toimintaan.....	11
8.	Viestintä ja markkinointi.....	11
9.	Talous.....	12
10.	Hallinto.....	13

## Helsingin Latu ja Polku ry – Yhdessä luonnossa liikkuen

Helsingin Latu ja Polku ry on Suomen Ladun vanhin ja suurin paikallisyhdistys ja yksi maamme suurimmista liikuntayhdistyksistä. Jäsentilanne on vakiintunut vajaan 8000 jäsenen paikkeille. Yhdistys toimii luonnossa tapahtuvan liikunnan ja retkeilyn edistämiseksi. Perustehtävämme on edistää pääkaupunkiseudulla kaikenikäisten ulkoilua ja liikunnallista elämäntapaa kaikkina vuodenaikoina. Vuosi 2024 oli yhdistyksen 84. toimintavuosi.

Yhdistyksemme 84. toimintavuosi oli hallinnollisesti haastava. Yhdistyksen toiminnanjohtaja Laura Juga jäi joulukuussa 2023 vanhempainvapaalle ja toiminnanjohtajan sijainen Maria-Elisa Salonsaari aloitti tehtävät niin ikään joulukuussa 2023. Maria-Elisa Salonsaari toimi aina elokuuhun 2024 saakka päätoimisena, mutta tämän jälkeen hän teki omasta toiveestaan vain 7,5 tuntia töitä viikossa yhdistykselle. Tämä tarkoitti, että yhdistyksen hallitukselle ja vapaaehtoisille jäi paljon hallinnollisia tehtäviä. Lisäksi yhdistykselle tuli lisää hallinnollisia töitä toimiston putki- ja muusta remontoinnista. Yhdistyksen toimisto toimikin lähes koko vuoden 2024 etätoimistona. Valitettavasti nämä asiat vaikuttivat myös negatiivisesti yhdistyksen toimintaan ja yhdistyksen järjestämä toiminta olikin vähäisempää kuin tavallisena vuonna, erityisesti syksyn osalta.

Yhdistys toteutti kuitenkin perustehtävänsä eli järjesti kaiken ikäisten ulkoilua ympärivuotisesti. Perustehtävämme toteuttamiseksi järjestimme ohjattuja liikuntaryhmiä ja retkiä, koulutuksia, tapahtumia jäsenille ja muille yhdistyksen toiminnasta kiinnostuneille Helsingissä ja pääkaupunkiseudulla asuville. Yhdistyksen toimintamuodot ovat vakiintuneet ja liikuntalajien tarjontaan kuuluivat retkeily ja vaellus, talviuinti, lumikenkäily, hiihto, maastopyöräily, polkujuoksu, keppijumppa, melonta, lentopallo, sekä suunnistus. Muuta yhdistyksen toimintaa ovat vapaaehtoinen pelastuspalvelu ja lauluillat. Järjestetyn toiminnan lisäksi kannustimme jäseniämme omaehtoiseen ulkoiluun ylläpitämällä Rastilan talviuintipaikkaa ja Vaakkoin eräkämpää, järjestämällä muun muassa tapahtumia, eri ulkoilulajien ja -taitojen koulutuksia, vuokraamalla retkeilyvälineitä yhdistyksen jäsenille sekä viestimällä eri ulkoilumahdollisuuksista.

Yhdistyksen jäsenmäärä tasaantui vuonna 2024 vajaan 8000 jäsenen paikkeille. Tällä hetkellä näyttää siis, että suurin jäsenmäärän lasku on saatu taittumaan ja jäsenmäärä olisi vakiintumassa noin 8000 jäsenen paikkeille. Tulevat vuodet tulevat kuitenkin osoittamaan jäsenmäärän kehityksen suunnan.

Yhdistyksen toiminta perustuu vapaaehtoistoimintaan. Yhdistyksen hallintoa hoitaa ja vapaaehtoistoimintaa organisoii hallitus yhdessä päätoimisen toiminnanjohtajan kanssa. Keväällä 2023 yhdistys sai avustusta Helsingin kaupungilta ikäihmisten liikuttamiseen suunnattuun hankkeeseen. Avustus oli käytettävissä toukokuun 2024 loppuun saakka. Avustuksen turvin yhdistykselle palkattiin kesäkuussa koordinaattori, joka toteutti hanketta 20

tuntia viikossa. Lisäksi yhdistys palkkasi koordinaattorin tekemään 17,5 tuntia yhdistyksen toimistotöitä. Koordinaattorin työsuhde jatkui vuoden 2024 toukokuun loppuun.

Helsingin Latu ja Polku ylläpitää Maunulan ulkoilumajaa, Vaakkoin eräkämppeä ja Rastilan talviuintipaikkaa. Lisäksi yhdistys omistaa huoneiston osoitteessa Helsinginkatu 8 A 7, Helsinki. Huoneistossa sijaitsee yhdistyksen toimisto, mutta huoneistossa tehdyn putkiremontin ja muun peruseremontoinnin yhteydessä huoneisto päätettiin vuokrata asuinkäyttöön.

## 1. Yhdistyksen jäsenet

Jäsenmaksun maksaneita jäseniä vuoden 2024 lopussa oli 7879. Maksaneiden jäsenten nettovähennys oli 186 jäsentä viime vuodesta. Vuoden aikana Helsingin Ladun ja Polun vapaaehtoisrekisterissä oli 112 henkilöä. Vapaaehtoiset olivat toteuttamassa yhteensä 84 erilaista tapahtumaa, ja tilaisuutta. Vapaaehtoisten vetämät säännöllisesti kokoontuvat ohjatut ryhmät kokoontuivat yhteensä 125 kertaa. Lisäksi vapaaehtoiset mahdollistivat Rastilan talviuinnin yli huikeat 13 916 uintikertaa ja yhdistyksen jäsenten lukuisat vierailut Vaakkoille. Vapaaehtoiset tekivätkin yhdistyksen ja jäsenten hyväksi työtä yli 1 300 tuntia vuoden aikana!

## 2. Yhdistyksen kokoukset, hallitus ja jaokset

Helsingin Latu ja Polku ry:n sääntömääräinen kevätkokous pidettiin hybridikokouksena keskiviikkona 20.3.2024 Eiran aikuislukion tiloissa, Iso-Robertinkadulla. Kokouksessa hyväksyttiin vuoden 2023 toimintakertomus, vahvistettiin vuoden 2023 tilinpäätös ja myönnettiin vastuuvapaus tilivelvollisille. Kevätkokoukseen osallistui 8 yhdistyksen jäsentä, joista kolme osallistui kokoukseen etäyhteydellä.

Helsingin Latu ja Polku ry:n syyskokous pidettiin 20.11.2024 Maunulan ulkoilumajalla. Syyskokouksessa oli läsnä 44 jäsentä, joista 23 paikan päällä ja 21 etänä. Kokouksessa hyväksyttiin vuoden 2025 toimintasuunnitelma ja talousarvio. Lisäksi kokouksessa hyväksyttiin yhdistyksen jäsenmaksut vuodelle 2025 sekä valtuutettiin hallitus tekemään aloite Suomen Ladun kevätkokoukselle uudesta eläkeläinen-jäsenmaksuluokasta. Kokouksessa valittiin myös uudet jäsenet Helsingin Latu ja Polku ry:n hallitukseen. Myös yhdistyksen puheenjohtajan valinta oli esityslistalla, mutta koska puheenjohtajaehdokkaita ei kokouksessa löytynyt, päätettiin järjestää ylimääräinen yhdistyskokous puheenjohtajan valitsemiseksi. Hallituksesta oli kesken kauden eronnut kaksi jäsentä (Henry Siikander ja Jaakko Erkkola) ja lisäksi erovuorossa olivat Hugh Fitzpatrick, Olli-Pekka Inkovaara ja Satu Kurunsaari. Kokous valitsi yksimielisesti hallitukseen jäseniksi kaudelle 2025–2026 Anna Alakosken, Marja Hjeltin, Paula Lehtomäen ja Tarina Mavrakisksen. Lisäksi Olli-Pekka Inkovaara valittiin hallitukseen vuoden 2025 loppuun kesken kauden eronneen Jaakko Erkkolan tilalle.

Helsingin Latu ja Polku ry:n ylimääräinen yhdistyskokous järjestettiin 16.12.2025 klo 18 alkaen Maunulan ulkoilumajalla. Ylimääräisen yhdistyskokouksen agendalla oli ainoastaan



yhdistyksen uuden puheenjohtajan valinta. Valinta saatiinkin tehtyä ja Kari Järvinen valittiin yksimielisesti yhdistyksen uudeksi puheenjohtajaksi. Kokouksessa oli paikalla 22 henkilöä, joista paikan päällä kahdeksan ja etäyhteyksien päässä 14.

## 2.1 Yhdistyksen hallitus 2024

Yhdistyksen puheenjohtajana toimi Harri Jantunen, varapuheenjohtajana Henry Siikander 25.7.2024 saakka, jolloin hän erosi hallituksesta. Vuoden 2024 lopun varapuheenjohtajana toimi Satu Kurunsaari. Hallituksen muut jäsenet vuonna 2024 olivat Jaakko Erkkola (erosi heinäkuussa 2024), Hugh Fitzpatrick, Olli-Pekka Inkovaara, Marja-Liisa Niiranen, Lauri Alanko ja Katja Arpalo.

Hallitus kokoontui toimintavuoden aikana kahdeksan kertaa. Kaksi kokouksista oli sähköpostikokouksia.

## 2.2. Jaokset 2024

### **Retkeilyjaos**

*Toiminta:* päiväretket ja kävelyretket, hiihto, pyöräily, melonta ja lumikenkäily, yön yli retket ja vaellukset, suunnistus- ja retkikurssit ja lajikoulutukset.

*Vetäjä:* Hugh Fitzpatrick

### **Vaakkoin isännistö/huoltotiimi**

*Toiminta:* Vaakkoin eräkämpän ylläpito ja kehittäminen. Päivystäjien rekrytoinnista vastaaminen ja heidän kouluttaminen kesäkaudeksi Vaakkoille, tarvittavien huoltotalkoiden organisoiminen ja Vaakkoin sääntöjen ja ohjeistusten ajanmukaisuudesta huolehtiminen.

*Vetäjät:* Reijo Liimatainen (helmikuuhun 2024 saakka) ja Marja-Liisa Niiranen, keväästä 2024 eteenpäin Vaakkoille perustettiin kahdeksan hengen huoltotiimi, jonka yhteyshenkilönä toimi Sampo Palomaa

### **Polkujuoksujaos**

*Toiminta:* Ohjatut eritasoiset polkujuoksulenkit pääkaupunkiseudulla, yhteistyössä Espoon ja Vantaan latuyhdistysten kanssa.

*Vetäjä:* Tanja Bastamow

### **Maastopyöräilyjaos**

*Toiminta:* Maastopyöräilylenkit ja -kurssit, lajituntemuksen ja osaamisen edistäminen.

*Vetäjä:* Elina ja Jorma Tonteri

### **Viestintäjaos**

*Toiminta:* Viestintäjaoksen toiminta sulautettiin yhdistyksen hallintoon ja jaoksien toimintaan tammikuussa 2024. Viestintäjaoksella ei siis ollut vetäjää ja erillistä toimintaa vuonna 2024.

### Talviuintijaos

*Toiminta:* Talviuintitoiminta ja Rastilan talviuintipaikan ylläpito ja huolto.

*Vetäjä:* Henry Siikander (heinäkuuhun 2024 asti) ja Satu Kurunsaari (heinäkuusta 2024 eteenpäin).

### Vapepa-jaos (Vapaaehtoinenpelastuspalvelu-jaos)

*Toiminta:* Helsingin Ladun ja Polun Vapepa-ryhmä kuuluu Stadivapepaan. Jaoksen tavoitteena on järjestää harjoituksia Vapepa-ryhmälle. Lisäksi osallistutaan Stadivapepan ja Uudenmaan Vapepan järjestämiin koulutus- ja yhteisharjoitustilaisuuksiin valmiuden ylläpitämiseksi.

*Vetäjä:* Riikka Nurmela

### Lentopallojaos

*Toiminta:* Viikoittaiset lentopallovuorot tiistaisin talvella Haagan peruskoululla (kevät 2024) ja Pohjois-Haagan ala-asteella (syksy 2024) ja kesäisin tiistaisin ja torstaisin Maunulan ulkoilumajan ulkolentopallokentällä.

*Vetäjä:* Martti Korhonen

### Latulaulajat

*Toiminta:* Lauuillat joka toinen torstai keväisin ja syksyisin Maunulan ulkoilumajalla ja vuosittainen lauluretki Vaakkoille.

*Vetäjä:* Matti Reittamo

## 3. Toiminta ja tapahtumat 2024

Vuoden aikana Helsingin Latu ja Polku järjesti noin 75 erillistä liikuntatapahtumaa, joissa tehtiin hiukan vajaa 600 liikuntasuoritusta. Lisäksi säännöllistä liikuntatoimintaa järjestettiin vuoden aikana yhteensä 150 kertaa. Yhdistyksen ylläpitämässä Rastilan talviuintipaikassa aktiiviset talviuimarit kävivät uimassa vuoden aikana yli 13 900 kertaa! Yhdistyksen aktiivisimmat toiminnot osallistumismääriltään olivat talviuinnin lisäksi retkeily ja vaellus. Retkiä ja vaelluksia tehtiin 25 ja niille osallistui yhteensä 473 osallistujaa. Lisäksi erilaisia omatoimista ulkoilua ja liikuntaa edistäviä tapahtumia (avoimia ovia, koulutuksia ja seminaareja) järjestettiin seitsemän ja näissä osallistujia oli yhteensä 235. Tämän lisäksi yhdistys ylläpiti Vaakkoin eräkämpää, Maunulan ulkoilumajaa ja Rastilan talviuintipaikkaa sekä osallistui yhteistyötahona mm. Helsingin kaupungin järjestämään Stadin talviriehaan. Yhdistyksen liikuntatoiminta toteutettiin pääsääntöisesti vapaaehtoistoimin ja vapaaehtoisten työtunteja kertyi yli 1 000 tuntia.

### 3.1. Retkeily ja vaellus

Helsingin Ladun ja Polun tavoitteena on retkeilyharrastuksen ylläpitäminen ja uusien harrastajien ohjaaminen lajin pariin sekä retkeilytietojen ja -taitojen opettaminen. Ohjattuja retkiä järjestettiin kaikkina vuodenaikoina. Retkien painopiste on lähiretkeilyssä.

Päiväretkiä tehtiin kävellen, hiihtäen tai lumikenkäillen 22 kpl ja niissä oli yhteensä 408 osallistumiskertaa. Yön yli retkiä tehtiin kolme ja niillä oli 65 osallistujakertaa. Pitkät retket suuntautuivat Sipoonkorpeen, Kolille ja Nuuksioon. Lisäksi retkijaos toteutti kaksi perheretkeä yhteistyössä perheyhdistysten kanssa. Perheretkille osallistui yhteensä 20 osallistujaa.

### 3.2 Talviuinti

Yhdistyksen talviuimarit olivat jälleen aktiivisia vuonna 2024 ja kävivät ahkerasti uimassa Rastilan talviuintipaikalla. Lisäksi aktiiviset vapaaehtoiset talviuimarit toimivat vapaaehtoistoissa pitäen talviuintipaikan turvallisuutta ja kuntoa yllä sekä kehittämällä talviuintitoimintaa Rastilassa.

Yhdistyksen tarjoamassa talviuinnissa pystyy valitsemaan kahdesta eri vaihtoehdosta: talviuintia saunavuorojen tai lämmitetyn pukuhuonekontin kautta. Keväällä 2024 talviuimareita oli kontista 165 ja saunasta 192. Syksyllä talviuimareita oli kontista 151 ja saunasta 176. Uintikertoja vuoden aikana kertyi 13 916.

Vapaaehtoisvoimin järjestimme syksyllä sunnuntaisin mahdollisuuden yhdistyksen jäsenille kertamaksulliseen talviuintiin. Kymmenen euron kertamaku piti sisällään osallistumisen saunavuorolle sekä talviuintimahdollisuuden. Syksyllä 2024 Rastilassa kävi 226 kertamaksulla uimassa ja saunomassa.

Talviuinnin lisäksi talviuintijaos järjesti Rastilan talviuintipaikan avointen ovien päivän 27.1.2024. Avointen ovien päivään osallistui noin 80 osallistujaa. Talviuimareiden perinteinen talviuintiretki järjestettiin Vierumäelle 9.3.2024 ja retkelle osallistui 51 talviuimaria. Rastilan talviuintipaikalla järjestettiin myös syksyllä avointen ovien päivä. Syksyn avointen ovien päivä oli 5.10.2025 ja tapahtumaan osallistui noin 30 osallistujaa.

### 3.3 Polkujuoksu

Polkujuoksun toiminta jatkui aktiivisena toimintavuoden ajan. Vapaaehtoisten ohjaajien määrä pääkaupunkiseudulla on vakiintunut noin 15–20 henkilöön ja ohjaajat osallistuvat aktiivisesti lenkkien vetämiseen. Ohjattuja lenkkejä järjestettiin säännöllisesti sulan maan aikaan yhteensä 13. Osallistumiskertoja näille lenkeille kertyi yhteensä 149.

Ohjattuihin lenkkeihin sisältyi mahdollisuuksien mukaan alku- ja loppuverryttely, venyttelyä sekä polkujuokсутekniikan opettamista. Lenkit järjestettiin pääkaupunkiseudun lähipuolilla. Toimintaa ja sen markkinointia toteutettiin yhdessä Espoon Ladun ja Polun sekä Vantaan Ladun ja Polun polkujuoksijoiden kanssa.

Ohjattujen lenkkien lisäksi Helsingin Latu ja Polku ry:n polkujuoksujaos järjesti HUS Akuutin henkilökunnalle (10 henkilöä) tilauksesta räätälöidyn Polkujuoksu-koulun ajalla 6.5. - 15.5.2024. Kurssi sisälsi neljä harjoituskertaa, joiden aikana käytiin läpi polkujuoksun perusteita ja erikoispiirteitä verrattuna esimerkiksi katujuoksuun sekä tehtiin käytännön harjoituksia puolilla.

### 3.4 Maastopyöräily

Maastopyöräilytoiminta jatkui aktiivisena. Harmillisesti maastopyöräilyn pitkäaikainen yhteistyökumppani Roll Outdoor lopetti yritystoimintansa Helsingistä, joten valitettavasti maastopyöräilyn alkeiskursseja ei vuonna 2024 pystytty toteuttamaan. Maastopyöräilyjaos etsi aktiivisesti uutta yhteistyökumppania alkeiskurssien varustevuokrauksille vuonna 2024, mutta valitettavasti uutta yhteistyökumppania ei ole vielä löytynyt.

Maastopyöräilenkkejä järjestettiin toimintavuoden aikana yhdeksän kappaletta ja osallistumiskertoja oli ohjatuilla lenkeillä oli yhteensä 42. Yksi lenkeistä oli pidempi retkiajo Rajamäellä ja muut maastopyöräilylenkit järjestettiin pääkaupunkiseudulla.

Maastopyöräilytoiminnassa tarjotaan lenkkejä muiden kanssa ja edistetään lajituntemusta. Maastopyöräily edellyttää oikeanlaiset välineet ja pääkaupunkiseudulla maastopyöräilyyn käytettävissä olevat polut ovat verrattain haastavia. Maastopyöräilytoiminnassa on pyritty siihen, että lenkeillä mennään hitaimman ajajan vauhtia ja harjoitellaan erilaisia maastopyöräilyssä vaadittavia tekniikoita.

### 3.5 Lentopallo

Lentopallotoiminta jatkui vilkkaana: ensin keväällä Haagan peruskoululla ja toukokuun alussa siirryttiin ulos Maunulan Majan hiekkakentälle. Syyskuun alussa lentopallotoiminta siirtyi takaisin sisätiloihin, mutta tällä kertaa Pohjois-Haagan alakoulun tiloihin. Salivuoro uudessa paikassa oli toivottu muutos, sillä Haagan peruskoulun liikuntatila ei soveltunut lentopalloon kovin hyvin.

Keväällä ja syksyllä pelattiin sisällä tiistai-iltaisina kahden tunnin ajan. Kesäkaudella lentopalloa pelattiin ulkona tiistaisin ja torstaisin niin ikään kaksi tuntia.

Lentopalloilijat kokoontuivat vuoden aikana yhteensä 68 kertaa, joista 32 kertaa pelattiin ulkona. Yhteensä liikuntasuorituksia oli 1016 kappaletta! Aktiivipelaajaporukan koko vaihteli 14–16 pelaajan välillä kauden mittaan.



### 3.6 Keppijumppa

Keppijumppaa järjestettiin Maunulan ulkoilumajan kentällä 15.5.–25.9.2024. Jumppakertoja oli yhteensä 15. Keppijumppiin osallistuja kauden aikana yhteensä 548 osallistujaa ja aktiiviporukassa oli 32 jumppailijaa.

### 3.7 Järjestetyt tapahtumat

Vuoden 2024 aikana järjestettiin yhteensä kolme tapahtumaa. Tapahtumien järjestäminen painottui talveen ja kevääseen. Lisäksi yhdistys osallistui kahteen tapahtumaan yhteistyökumppanina.

Yhdistyksen järjestämä lapsiperheille suunnattu Muumipeikon talvirieha sai valitettavasti paljon negatiivista julkisuutta muun muassa pysäköintihaasteiden ja lasten sekä muumin vuorovaikutuksen osalta. Vaikka tapahtuma oli muuten onnistunut ja onnistui houkuttelemaan ennätysosallistujamäärän Maunulan ulkoilumajalle, jäi tapahtuman järjestäjille negatiivinen jälkimaku. Tästä johtuen yhdistys päätti toistaiseksi olla järjestämästä talvitapahtumaa.

Alle on listattu vuoden aikana järjestetyt tapahtumat:

Ajankohta	Tapahtuma	Osallistujamäärä
3.2.2024	Muumipeikon talvirieha	1000
27.2.2024	Harri Ahosen luento Lapin retkeilyreiteistä	25
5.5.2024	Retkikauden avajaiset	53
<b>Yhteensä</b>		1078

Ajankohta	Tapahtuma	Pääasiallinen järjestäjä	Osallistujamäärä
21.2.2024	Stadin talvirieha	Helsingin kaupunki	2000
10.10.2024	Halti Herttoniemen synttärät	Halti Oy	100

### 3.8 Latulaulajat

Yhdistyksen suosittuihin lauluiltoihin kokoonnuttiin jälleen vuonna 2024 laulamaan perinteisiä yhteislauluja kitaran ja haitarin säestyksellä. Latulaulajien porukka kokoontui Maunulan ulkoilumajalle vuoden aikana yhteensä 17 kertaa ja osallistumiskertoja oli kaikkina 510. Aktiivisia laulukerhoissa kävijöitä oli noin 30 henkilön porukka. Laulajien Vaakkoin kesäretki järjestettiin 30.5..2024 ja osallistujia oli 14.

### 3.9 Vapaaehtoinen pelastuspalvelu

Vapaaehtoisen pelastuspalvelun (Vapepa) toiminta painottui vuonna 2024 omaehtoiseen, omia taitoja ylläpitävään toimintaan. Jaoksen jäsenet harjoittelivat aktiivisesti taitoja kukin tahollaan. Yhdistyksen Vapepa-harjoituksia järjestettiin vuoden aikana kaksi ja niihin osallistui yhteensä 16 osallistujaa. Lisäksi Vapepan vapaaehtoiset osallistuivat tarpeen mukaan viranomaisten järjestämiin etsintöihin vuoden aikana.

### 3.10 Vapaaehtoistoiminta

Helsingin Ladun ja Polun koko toiminta perustuu vapaaehtoiseihin toimijoihin. Yhdistyksen vapaaehtoisrekisterissä oli 112 vapaaehtoista vuonna 2024. Eri jaoksien kokouksia järjestettiin aktiivisesti. Sekä retkijaos että talviuintijaos kokoontui vuoden aikana kaksi kertaa. Jokaisessa tapaamisessa oli jaoksen aktiivinen osallistujajoukko mukana.

Yhdistyksen vapaaehtoisille on perinteisesti järjestetty kaksi virkistyspäivää vuoden aikana. Valitettavasti toimiston resurssien vähäisyyden vuoksi vuonna 2024 ei pystytty toteuttamaan yhtään vapaaehtoisten virkistyspäivää.

Yhdistys järjesti vapaaehtoisilleen kaksi koulutusta retkeilyn parissa. Ensimmäinen koulutus oli suunnattu uusille retkijaoksen oppaille. Toinen koulutus suunnattiin Yhdessä Ulkoillen - hankkeen ajatuksen mukaisesti päiväkävelyryhmiä ohjaaville vapaaehtoisille. Vapaaehtoisille tarjottiin vuoden aikana myös mahdollisuus osallistua Suomen Ladun ja Etelä Suomen ja Liikunnan (ESLU) koulutuksiin. Yhteensä kuusi vapaaehtoista koulututtui Suomen Ladun eri aikuis- ja perheliikunnan ohjaajakoulutuksissa. ESLU:n koulutuksiin ei vuonna 2024 osallistunut yhtään vapaaehtoista.

Vapaaehtoisten tiedotus järjestettiin vuonna 2024 ainoastaan sähköpostitse. Lisäksi vuonna 2024 lähetettiin yksi vapaaehtoisten uutiskirje.

### 3.11 Järjestetyt kurssit ja koulutukset

Helsingin Latu ja Polku ry toteutti ainoastaan kolme kurssia vuonna 2024. Toteutuneet kurssit olivat kaksi lumikenkäily tutuksi -kurssia Maunulassa (24.1.2024 ja 7.2.2024) sekä suosittu suunnistuskurssi (25.4.-16.5.2024). Lumikenkäily tutuksi -kursseille osallistui yhteensä 28 osallistujaa ja suunnistuskurssille 29 osallistujaa.

### 3.12 Yhdessä ulkoillen -hanke

Helsingin kaupunki myönsi Helsingin Latu ja Polku ry:lle hankeavustusta iäkkäiden ihmisten liikunnan edistämiseksi vuonna 2023. Avustus myönnettiin hankkeelle Yhdessä ulkoillen. Hankeavustuksen käyttöaika oli 1.6.2023–31.5.2024.

Hankkeen aikana käynnistettiin viisi ulkoiluryhmään Helsingin eri kaupunginosiin: Laajasalo, Kulosaari, Paloheinä, Pitäjänmäki ja Maunula. Ulkoiluryhmien tavoitteena oli tarjota kaikille yli 65-vuotiaille helsinkiläisille matalan kynnyksen mahdollisuus lähteä yhdessä ulkoilemaan. Keväällä 2024 ulkoiluryhmät pyörivät vielä hankeavustuksella palkatun koordinaattorin voimin ja kaikki viisi ulkoiluryhmää kokoontui kevään aikana viisi kertaa. Kevään aikana yhteensä 100 osallistujaa osallistui ulkoiluryhmiin.

Syksyllä peräti kolme ulkoiluryhmää jatkoi toimintaa hankkeen päättymisen jälkeen. Hankkeessa onnistuttiin siis juurruttamaan siis toiminta yhdistyksen toimintaan erinomaisesti. Ulkoiluryhmiä vetivät hankkeen aikana rekrytoidut vapaaehtoiset ohjaajat. Ulkoiluryhmät jatkuivat Paloheinässä, Maunulassa ja Laajasalossa. Maunulan ja Laajasalon ulkoiluryhmät kokoontuivat syksyllä 2024 seitsemän kertaa ja Paloheinän ulkoiluryhmä kuusi kertaa. Syksyllä yhteensä 65 osallistujaa osallistui ulkoiluryhmien toimintaan.

## 4. Maunulan ulkoilumaja

Maunulan ulkoilumaja on ollut vuokrattuna Helsingin kaupungilta yhdistyksellemme 1960-luvulta lähtien. Maunulan ulkoilumaja on keskeinen osa yhdistyksen toimintaa. Ulkoilumajalla järjestetään paljon yhdistyksen toimintaa, kuten lentopalloa, keppijumppaa ja lauluiltoja. Lisäksi se toimii usean retken, polkujuoksu- ja maastopyöräilylenkin lähtöpaikkana. Maunulan ulkoilumajalla sijaitsee myös valtaosa yhdistyksen välineistä, joita vuokrataan jäsenille. Lisäksi loppupalvesta 2024 eteenpäin Maunulan ulkoilumajan yläkerrassa on säilytetty yhdistyksen toimiston tavaroita ja irtaimistoa.

Maunulan ulkoilumajan uusi kahvilayrittäjä, littalan Taika Oy, on aktiivisesti kehittänyt Maunulan ulkoilumajan kahvilan toimintaa. Kahvila on edelleen houkuttellut paljon kävijöitä Maunulan ulkoilumajalle ja ulkoilijat ovat tykättyneet kahvilan tarjontaan. Yhteistyö kahvilayrittäjän kanssa on ollut erittäin sujuvaa.

## 5. Vaakkoin eräkämpä

Vaakkoin eräkämpä on yksi yhdistyksemme pidetyimmistä jäseneduista ja keskeisin yhdistyksemme jäsenten kohtauspaikeista ympäri vuoden. Eräkämpällä ja Vaakkoin ulkoilualueella järjestettiin useita tapahtumia, retkiä ja koulutuksia, muun muassa

retkeilykauden avajaiset -tapahtuma toukokuun alussa. Vuonna 2024 Vaakkoin kaivo jouduttiin laittamaan käyttökieltoon sieltä tehdyn kolibakteerilöydöksen vuoksi.

Vaakkoin 2024 toimintamallina jatkettiin vakiintunutta hybridimallia, talvikaudella Vaakkoi oli arkisin (maanantaista torstaihin) jäsenistön avoimessa käytössä. Kun taas viikonloppuisin Vaakkoilla sai yöpyä ja saunoa vain etukäteisvarauksella. Kesän ajan, toukokuun alusta ja poikkeuksellisesti aina marraskuun loppuun saakka, Vaakkoi oli kokonaan jäsenten avoimessa käytössä. Marraskuun alusta vuoden loppuun käytössä oli taas hybridimalli.

Vuonna 2024 jatkettiin sähköisen varauskalenterin käyttöä Vaakkoin varauksissa. Varauskalenteri on toistaiseksi toiminut hyvin ja jäsenet ovat olleet tyytyväisiä varausmahdollisuuksien helpottumiseen. Alla on Vaakkoin varausmäärät.

Vaakkoin varaukset vuonna 2024	
Kevät (1.1.–30.4.)	Syksy (1.11.–31.12.)
Yöpymisvaraukset 12 kpl	Yöpymisvarauksia 9 kpl
Saunavaraukset 59 kpl	Saunavarauksia 50 kpl
Yksityisvaraukset 0 kpl	Yksityisvaraukset 0 kpl

Vuonna 2024 tehtiin myös suuri uudistus Vaakkoin avainkaapin koodikyselyn automatisoinnissa. Nykyisin jäsenet saavat Vaakkoin koodin laittamalla tekstiviestin yhdistyksen toimiston puhelimeen. Näin yhdistyksen jäsenet pääsevät entistä helpommin käymään Vaakkoilla ja hyödyntämään Vaakkoin palveluita.

Vaakkoilla toteutettiin kesällä jälleen myös omatoimisuunnistusrata. Rata oli yhteensä seitsemän kilometrin mittainen ja sitä pystyi halutessaan lyhentämään. Rastit olivat metsässä toukokuun alusta syyskuun loppuun saakka. Kesärastien kartan osti 22 henkilöä ja rastit houkuttelivat hiukan vajaa viisikymmentä henkilöä kiertämään radan.

## 6. Vastuullisuus

Yhdistys jatkoi vastuullisen toiminnan järjestämistä. Valitettavasti vastuullisuutta ei pystytty kehittämään vuoden 2024 aikana toimiston resurssipulan takia, mutta yhdistys toimi kuitenkin vastuullisesti ja kestäväen kehityksen periaatteita noudattaen.

Kaikista Helsingin Ladun ja Polun toiminnasta, retkistä ja tapahtumista tehdään turvallisuussuunnitelma, joka jaetaan puheenjohtajalle, toiminnanjohtajalle ja ohjaajille. Helsingin Latu ja Polku pyrkii jatkuvasti parantamaan turvallisuuskulttuurin edistämistä koko toiminnassaan. Pidämme kirjaa tapaturmista ja läheltä piti -tilanteista tapahtumissamme. Toimintavuoden aikana ei sattunut tapaturmia, jotka olisivat vaatineet lääkärissä käyntiä.

## 7. Yhteistyökumppanit

Helsingin Latu ja Polku ry teki yhteistyötä yritysten ja yhteisöjen kanssa edistääkseen ulkoilua ja liikunnallista elämäntapaa. Vuonna 2024 tärkein yhteistyökumppanimme oli Helsingin kaupunki. Helsingin kaupunki omistaa yhdistyksemme tukikohdat: Vaakkoin eräkämpän, Rastilan talviuintipaikan ja Maunulan ulkoilumajan. Kaikkien näiden kohteiden kanssa teemme aktiivista yhteistyötä kaupungin kanssa. Lisäksi yhdistys on saanut avustuksia Helsingin kaupungilta. Yhdistys osallistui myös Helsingin kaupungin järjestämään Stadin talviriehaan.

Muita yhdistyksemme läheisiä yhteistyökumppaneita olivat Suomen Latu ja Uudenmaan latualue ja sen yhdistykset, Friskis & Svettis Helsinki, Etelä-Suomen Liikunta ja Urheilu (ESLU) ja Stadivapepa. Kotimainen Halti Oy on ollut jo yli seitsemän vuotta tärkein yhteistyökumppaniyritys. Vuonna 2024 pyrittiin aktiivisesti löytämään uusia yhteistyökumppaneita yhdistykselle. Muutama yritys (Sukelluskoulu Aalto, Natura Viva ja FitPit) saatiinkin tarjoamaan palveluita Helsingin Latu ja Polku ry:n yhdistyksen jäsenille alennettuun hintaan.

Yhdistys ei hakenut vuonna 2024 avustusta OK-Sivikseltä yhdistyksen avoimelle suunnistuskurssille.

### 7.1 Osallistuminen Suomen Ladun ja Uudenmaan latualueen toimintaan

Suomen Ladun kevätkokous järjestettiin Kiilopäällä sunnuntaina 28.4.2024. Yhdistystämme kokouksessa edusti puheenjohtaja Harri Jantunen.

Uudenmaan latualueen kokous järjestettiin sunnuntaina 6.10. Yhdistystämme kokouksessa edusti Mervi Bordi, joka toimi vuonna 2024 yhdistyksemme yhteyshenkilönä Uudenmaan latualueeseen.

Suomen Ladun syyskokous järjestettiin niin ikään hybridikokouksena sunnuntaina 27.10.2024 Espoossa. Kokouksessa yhdistystämme edusti yhdistyksen aktiivinen vapaaehtoinen Mervi Bordi.

Suomen Latu uudisti entisen työryhmämallinsa toimikuntamalliin vuoden 2023 alussa. Toimikuntien toimintakausi on kaksi vuotta ja niitä on yhteensä kolme. Helsingin Ladulta ja Polulta toimikuntiin osallistui ainoastaan Harri Jantunen, joka toimi Suomen Ladun järjestötoimikunnassa.

## 8. Viestintä ja markkinointi

Helsingin Ladun ja Polun pääviestintäkanavat toimintavuonna olivat Helsingin Latu & Polku – jäsenlehti ja verkkosivut [helsinginlatu.fi](https://helsinginlatu.fi). Yhdistyksen jäsenille postitettavaa jäsenlehteä



päätettiin vuonna 2024 vähentää kahteen ilmestymiskertaan. Lehti ilmestyi siis helmikuun lopussa ja syyskuun alussa.

Näiden viestintäkanavien rinnalla yhdistys lähetti uutiskirjeitä sähköpostitse noin kerran kahdessa kuukaudessa vuonna 2024. Toimintavuonna yhdistyksen uutiskirje lähetettiin siis yhteensä kuusi kertaa.

Virallisten viestintäkanavien rinnalla Helsingin Latu ja Polku ry käytti myös sosiaalisen median kanavia, Facebookia ja Instagramia, epäviralliseen viestintään ja toiminnan sekä tapahtumien markkinointiin. Muita sosiaalisen median viestintäkanavia olivat Helsingin Ladun talviuimareiden sekä Polkujuoksu pääkaupunkiseutu ryhmän Facebook-sivut. Lisäksi toimintavuonna jatkettiin Suomen Ladun maastopyöräilytoiminta pääkaupunkiseudulla –ryhmän ylläpitoa. Yhdistys jatkoi myös Helsingin Ladun ja Polun Facebook-sivuille perustetun alasivun Helsingin Latu ja Polku ry:n kimpapakyytikanava -sivuston sekä Helsingin Ladun vapaaehtoiset -sivustojen ylläpitoa.

Yhdistyksen viestintään vaikutti vahvasti viestintäjaoksen toiminnan hiipuminen ja toimiston vähäinen resurssi. Yhdistyksen viestintää ei valitettavasti saatu toteutettua niin aktiivisesti kuin tavallisena vuonna.

## 9. Talous

Helsingin Ladun ja Polun toiminnan rahoitus perustuu pääosin jäsenmaksuihin, jonkin verran avustuksiin, retkien ja muiden toimintojen tuottoihin sekä markkinointiyhteistyöstä saatuihin tuloihin.

Koska yhdistyksen talous perustuu suurelta osin jäsenmaksuihin, on toimintaa saatu aikaisempina vuosina kehitettyä kasvavan jäsenmäärän myötä. Viime vuosien jäsenmäärän hiipumisen myötä, yhdistyksen taloustilanne on tullut haastavaksi. Vaikka jäsenmäärän dramaattisin lasku näyttää hiipuneen, vaikuttaa tilanne edelleen negatiivisesti yhdistyksen talouteen. Yhdistyksen taloutta ei voikaan tulevaisuudessa perustaa enää pelkästään jäsenmaksutuottoihin vaan yhdistyksen on tulevana vuosina voimallisesti kehitettävä muitakin keinoja rahoittaa toimintaansa.

Vuoden 2024 tilinpäätös osoittaa ylijäämää 8 188,72 euroa. Vaikka yhdistyksen tilinpäätös on positiivinen, yhdistyksen taloudellinen tilanne ei ole muuttunut. Positiiviseen tulokseen vaikuttaa eniten se seikka, että yhdistyksessä ei ollut päätoimista toiminnanjohtajaa aikavälillä 1.8.-10.11.2024. Tällä aikavälillä toiminnanjohtajan sijainen työskenteli ainoastaan 7,5 tuntia viikossa. Näin ollen lähes kolmen ja puolen kuukauden palkkakulut sivukustannuksineen eivät tulleet maksettavaksi. Lisäksi yhdistyksen toiminta oli tyyppillistä toimintavuotta vähäisempää vuonna 2024, joten toiminnasta aiheutuneita kuluja oli vähemmän.

Yhdistyksen vuoden 2024 tulokseen vaikuttaa negatiivisesti yhdistyksen omistaman huoneiston remontista aiheutuneet kustannukset, jotka on jätetty tulokseen. As Oy Harjumajan ja taloyhtiön linjasaaneeraus ja sitä myötä yhdistyksen huoneiston remontti saatiin valmiiksi loppuvuodesta 2024 ja osa remontista aiheutuneista kustannuksista on jo laskutettu yhdistykseltä. Suurin osa remonttiin liittyvistä kustannuksista on vielä tulossa maksuun ja ne tullaan huomioimaan vuoden 2025 tilinpäätöksessä.

Yhdistyskokouksen päätöksellä (Yhdistyksen syyskokous 15.11.2023, päätöskohta 8.) hallitus oli valtuutettu myymään yhdistyksen rahasto-osuuksia yhdistyksen omistaman huoneiston remonttikustannusten kattamiseksi. Hallitus kuitenkin katsoi, että koska yhdistyksen kassassa oli hyvin varoja, niin remontin kustannuksia on maksettu 22 929,52 euron edestä suoraan yhdistyksen kassasta. Tämä summa vaikuttaa siis yhdistyksen tulokseen.

Yhdistys sai toimintavuonna toiminta- ja tilankäyttöavustusta Helsingin kaupungilta. Tilinpäätöksessä näkyy myös yhdistyksen Helsingin kaupungin vuonna 2023 saama hankeavustus, jonka käyttöaika oli 31.5.2024 saakka. Lisäksi yhdistys käytti vuonna 2024 Suomen Ladulta vuonna 2023 myönnetyn pienen avustuksen yhdistyksen ylläpitämän talviuintipaikan olosuhteisiin.

Yhdistys haki myös Helsingin kaupungilta uutta ikäihmisten liikuttamiseen hankeavustusta vastaavanlaisen hankkeen, kuin Yhdessä Ulkoillen -hanke oli, toteuttamiseen. Yhdistykselle myönnettiinkin hankeavustus, mutta hallitus päätti palauttaa myönnetyn avustuksen, koska yhdistyksellä ei ollut varaa kattaa hankkeeseen vaadittavaa omakustannusosuutta haastavan taloudellisen tilanteen vuoksi.

## 10. Hallinto

Helsingin Ladun ja Polun toimintaa johtaa yhdistyksen syyskokouksen valitsema hallitus. Yhdistyksen hallituksen muodostavat kahdeksi vuodeksi kerrallaan valitut puheenjohtaja ja kahdeksi vuodeksi valitut kahdeksan jäsentä, joista puolet on vuosittain erovuorossa. Yhdistyksellä oli yksi päätoiminen työntekijä, toiminnanjohtaja.

Yhdistyksen päätoimisena toiminnanjohtajana toimi Maria-Elisa Salonsaari 1.1.-31.7.2024 välisenä aikana. Aikavälillä 1.8.-10.11.2024 Maria-Elisa Salonsaari teki töitä osa-aikaisesti 7,5 tuntia viikossa. Varsinainen toiminnanjohtaja Laura Juga palasi 11.11.2024 vanhempainvapaalta takaisin töihin. Yhdistyksessä työskenteli myös koordinaattori Anna Holmberg määräaikaisessa työsuhteessa 1.1.-31.5.2024. Hänen työajastaan 17,5 tuntia viikossa käytettiin yhdistyksen toimintaan ja 20 tuntia Yhdessä Ulkoillen -hankkeen toteuttamiseen. Hänen työsuhdettaan ei voitu jatkaa yhdistyksen taloudellisen tilanteen vuoksi.

Toimintavuonna 2024 yhdistyksen hallinnollista työtä lisäsi As Oy Harjumajan linjasaneeraus. Yhdistyksen toimisto sijaitsi As Oy Harjumajan yhdistyksen omistamassa huoneistossa. Toimisto jouduttiin tyhjentämään linjasaneerauksen vuoksi ja yhdistyksen työntekijät olivat täysipäiväisesti etätöissä helmikuun alusta lähtien. Etätöitä jatkettiin toimintavuoden loppuun saakka. Linjasaneeraus valmistui loppuvuodesta 2024 ja hallitus päätti, että asunto vuokrataan asuinkäyttöön.

Helsingin Ladun ja Polun toiminta perustuu vapaaehtoisein. Muutamia uusia vapaaehtoisia on saatu vuoden aikana tuottamaan tapahtumia ja retkiä ulkoiluun ja liikuntaan. Yhteensä yhdistyksen toiminnassa oli mukana 112 vapaaehtoista vuonna 2024.

Vuoden 2024 tilintarkastuksen suoritti OT Tilintarkastus Oy, päätilintarkastajana Nina Heikkilä, HR. Kirjanpitäjänä toimi Kari Mattila, Tilingo Oy.

**Toiminnan tilastot vuodelta 2024 ovat erillisessä liitteessä.**

## TILASTOT TOIMINNASTA VUONNA 2024

### Jäsenet ja vapaaehtoistoiminta

7879 Maksaneiden jäsenten määrä

112 Vapaaehtoistoimijoiden määrä

Helsingin Ladun ja Polun kokoukset		Vapaaehtoistyötunnit
1.1.-31.12.2021 Hallituksen kokoukset	8	192
20.3.2024 Kevätkokous, jäseniä paikalla	8	4
20.11.2024 Syyskokous, jäseniä paikalla	44	4
16.12.2024 Ylimääräinen yhdistyskokous, jäseniä paikalla	22	2
<b>Yhteensä</b>		<b>202</b>

Päiväretket				
Tapahtuma	osallistujamäärä	vapaaehtoisten määrä	Liikuntasuoritukset yht.	Vapaaehtoistyötunnit yht.
13.1.2024 Erihihtoretki Evolle		40	4	
4.2.2024 Tirismaan laturetki	38		3	
12.2.2024 Lampunretki lumikengillä Paloheinässä	13		2	13
25.2.2024 Täydenkuun hiitto Paloheinässä	16		2	
2.3.2024 Petkon hihtoretki	4		2	
17.4.2024 Metsämieli -retki Seurasaarella	6		2	
20.4.2024 Retki Vaakkoin Metsäalueelle	37		4	
9.5.2024 Utelan kävelyretki	24		3	
11.5.2024 Aitiönpäivän viikonlopun kävely	28		3	
19.5.2024 Högbacka-Suolikas -retki	24		3	
23.5.2024 Retki Vanhankaupungin lähdele	12		2	
23.5.2024 Linturetki yhteistyössä Tringan kanssa Viikissä	12		1	
11.6.2024 Vaakkoin suunnistusradan avajaiset	7		2	
12.6.2024 Retki Sipoonkorpeen	6		2	
14.7.2024 Pyöräretki yhteistyössä Hepo ry:n kanssa	3		2	
2.8.2024 Melontaretki - sopii myös aloittelijoille	12		2	
15.9.2024 Päiväretki Vaakkoille	12		2	
22.9.2024 Urbaani sien- ja yrttiretki Myllypuuron Marttojen kanssa	20		3	
4.10.2024 Linturetki yhdessä Tringan kanssa	3		2	
12.10.2024 Valkuisen kansallispuistoretki	45		4	
19.10.2024 Lauantaikävely Haltialassa	16		2	
24.11.2024 Päiväretki Utelaan	30		3	
<b>Osallistajat yhteensä</b>	<b>408</b>	<b>52</b>	<b>460</b>	<b>330</b>

Retket yön yli ja vauukset				
Retki	osallistujamäärä	vapaaehtoisten määrä	Liikuntasuoritukset yht.	Vapaaehtoistyötunnit yht.
3.-4.2.2024 Talvinen yön yli retki Sipoonkorpeen	10		2	
7.-10.3.2024 Retki Ahmanhihtoon Kollile	45		2	
26.-27.10.2024 Yön yli retki Nuuskion kansallispuistoon	10		2	
<b>Osallistajat yhteensä</b>	<b>65</b>	<b>6</b>	<b>71</b>	<b>72</b>

Lasten ja perheiden toiminta				
Retki	osallistujamäärä	vapaaehtoisten määrä	Liikuntasuoritukset yht.	Vapaaehtoistyötunnit yht.
26.6.2024 Perheretki Uutelassa Pienperheyhdistyksen kanssa	8		2	
23.7.2024 Perhepäivä Uutelassa yhteistyössä Familia ry:n kanssa	0		0	Peruttu kaatosateen vuoksi
9.11.2024 Perheretki Soukassa yhteistyössä Kymppin lasten kanssa	12		2	
<b>Osallistajat yhteensä</b>	<b>20</b>	<b>4</b>	<b>24</b>	<b>8</b>

Yhdessä Ulkoillen / Päiväkävelyryhmät				
Ryhmä	Kerrat	Osallistujia kauden aikana	Aktiiviporukassa hiöä	Vapaaehtoistunnit
Yhdessä Ulkoillen - Paloheinän ryhmä*	5	23	5	3
Yhdessä Ulkoillen - Maunulan ryhmä*	5	29	5	1
Yhdessä Ulkoillen - Pitäjänmäen ryhmä*	5	14	2	0
Yhdessä Ulkoillen - Kulosaaren ryhmä*	5	21	4	0
Yhdessä Ulkoillen - Laajasalon ryhmä*	5	13	3	5
Laajasalon päiväkävelyt syksy 11.9.-4.12.2024	7	21	3	21
Maunulan päiväkävelyt syksy 17.9.-10.12.2024	7	14	2	21
Paloheinän päiväkävelyt syksy 30.9.-16.12.2024	6	30	5	9
<b>Yhteensä</b>	<b>45</b>	<b>165</b>	<b>165</b>	<b>60</b>

\*Toiminta toteutettu osana Yhdessä Ulkoillen -hanketta, vetäjänä yhdistyksen koordinaattori

Lentopallo				
Kausi	Kerrat	Osallistujia kauden aikana	Aktiiviporukassa hiöä	Vapaaehtoistyötunnit yht.
Kevätkausi 2.1.-21.05.2024		21	294	14
Kesäkausi 7.5.-29.8.2024		32	512	16
Syyskausi 3.9.-10.12.2024		15	210	14
<b>Yhteensä</b>		<b>68</b>	<b>1016</b>	<b>136</b>

Keppijumppa				
Kausi	Kerrat	Osallistujia kauden aikana	Aktiiviporukassa hiöä	Vapaaehtoistyötunnit yht.
Keppijumppat 15.5.-25.9.2024		15	548	32
<b>Yhteensä</b>			<b>548</b>	<b>23</b>

Lauluiljat				
Kausi	Kerrat	Osallistujamäärä	Vapaaehtoistyötunnit yht.	
Lauluiljat kevät		8	240	
Lauluretki Vaakkoille 30.5.2024		1	14	
Lauluiljat syksy 12.9.-19.12.2024		9	270	
<b>Yhteensä</b>		<b>18</b>	<b>524</b>	<b>45</b>

Polkujuoksut					
	Kerrat	Osallistujamäärä	Vapaaehtoisten määrä	Liikuntasuoritukset yht.	Vapaaehtoistyötunnit yht.
Ohjattu lenkkejä		13	149	26	175
					52

Maastopyöräily					
	Kerrat	Osallistujamäärä	Vapaaehtoisten määrä	Liikuntasuoritukset yht.	Vapaaehtoistyötunnit yht.
Ohjattu lenkkejä		9	42	18	60
					36

Talviuinti uimarit, uintikerrat				
Kevät 2024	Uimareita	Uuintikertoja		Vapaaehtoistyötunnit yht.
kontti	165		2689	Arvioitu 4 tuntia viikossa kaikki vap
Saunaimarit	192		5181	
<b>Syksy 2024</b>				<b>140</b>
kontti	151		2546	
sauna	176		3500	
<b>Yhteensä</b>	<b>684</b>		<b>13916</b>	

Vapaaehtoinen pelastuspalvelu				
	Kerrat	Osallistujamäärä	Vapaaehtoistyötunnit	
Ohjattu harjoituksia		2	16	4
Omatoimiharjoituksia				



Kurssit				
Ajankohta	Kurssi	Osallistujamäärä	Vapaaehtoiset	Vapaaehtoistyötunnit yht.
24.1.2024 ja 7.2.2024	Lumikenkäily tutuksi -kurssi (x2)	28	4	8
25.4.-16.5.2024	Suunnistuskurssi (3 krt)	29	5	40
<b>Yhteensä</b>		<b>29</b>	<b>9</b>	<b>48</b>

Vapaaehtoisten koulutukset				
Koulutus	Koulutus	Osallistujamäärä	Vapaaehtoiset	Vapaaehtoistyötunnit yht.
Yhdistyksen omat koulutukset	Ikäihmisten ulkoiluryhmen ohjaaminen	7	1	4
ESLU:n koulutukset		0		
Suomen Ladun koulutukset		6		
<b>Yhteensä</b>		<b>13</b>		<b>4</b>

Järjestetyt tapahtumat				
Ajankohta	Tapahtuma	Osallistujamäärä	Vapaaehtoiset	Vapaaehtoistyötunnit yht.
27.1.2024	Talviuinnin avoimet ovet	80	5	10
3.2.2024	Muumipeikon talvirieha	1000	17	68
27.2.2024	Harri Ahosen luento Lapin retkeilyreiteistä	25		
9.3.2024	Talviuintiretki Vierumäelle	51	1	5
5.5.2024	Retkikauden avajaiset	53	6	18
5.10.2024	Talviuinnin avoimet ovet	30	5	10
<b>Yhteensä</b>		<b>1129</b>	<b>34</b>	<b>111</b>

Vapaaehtoisten tapahtumat				
Ajankohta	Tapahtuma	Osallistujamäärä	Vapaaehtoistyötunnit yht.	Laskettu jaoksen vetäjän tunnit
2.7.2024	Talviuintijaoksen tapaaminen	21	3	
9.3.2024	Talviuintijaoksen kevättapaaminen	11	3	
22.4.2024	Retkivälineiden huoltotalkoot	3	6	
25.4.2024	Oppaiden ilta	4	3	
2.11.2024	Vaakkoin syystalkoot	6	12	
<b>Yhteensä</b>		<b>45</b>	<b>27</b>	

Tapahtumat, joissa olimme mukana				
Ajankohta	Tapahtuma	Osallistujamäärä	Vapaaehtoistyötunnit	
21.2.2024	Stadin talvirieha Stadion lumikenkäkokeilut	200	15	