

# Lastusten kyläyhdistyksen tiedote 5.8.2022



## Lastusissa kokoontuu seuraavat harrastusryhmät kaudella 2022-2023:

### PhysioPilates aikuiset

Ryhmä kokoontuu **maanantaisin klo 18-19**. PhysioPilates on pilatesharjoittelua, johon yhdistyy fysioterapeuttinen osaaminen. PhysioPilates pohjautuu Joseph Pilatesin (1880-1967) luomaan kehonhallintamenetelmään, jonka tavoitteena on kehittää voimaa, liikkuvuutta ja hyvää oloa. Pilates-tunnilla opitaan käyttämään kehon lihaksia ja niveliä tasapuolisesti, jolloin liian aktiiviset lihakset rentoutuvat ja keskivartalon ryhtiä tukevat lihakset vahvistuvat.

Tunneilla käytetään erilaisia välineitä (pallot, rengas, kuminauha) harjoittelun tukena. Pääsääntöisesti ohjaaja tuo välineet mukanaan, mikäli niitä käytetään. Jumppa-alusta ja joustavat vaatteet mukaan! Ohjaajana fysioterapeutti, PhysioPilatesohjaaja Hanna-Kaisa Hakala.

Syyskauden hinta 125€ / 12 kertaa (mikäli ryhmä on täynnä, kuten tähänkin asti). Maksaa voit liikunta- / tykyseteleillä (Smartum-setelit ja -saldo, Tyky-setelit ja -online sekä Sporttipassi) tai käteisellä / laskulla (ei tule laskutuslisää). Kokoontumiskerrat maanantaisin 5.9. - 28.11.2022, poislukien 17.10.2022.

Ilmoittautumiset ja lisätiedot kyläyhdistyksen ryhmiin: [annele\(at\)matintupa.fi](mailto:annele(at)matintupa.fi), 0401544011 / Annele.

### Vaihtuvateemainen jumpparyhmä

Ryhmä kokoontuu **maanantaisin klo 17.00-17.55**. Jumppa sisältää tehokasta lihaskunto-, liikkuvuus- ja kuntopiiriharjoittelua, tanssillista liikuntaa jne. osallistujien toiveiden mukaisesti, Sopii kaikenikäisille ja -kuntoisille naisille ja miehille, myös nuoret ovat tervetulleita. Ohjaaja huomioi osallistujien mahdolliset rajoitukset ja antaa vaihtoehtoisia liikkeitä. Ohjaajana ryhmäliikuntaa liki 20 vuotta ohjannut fysioterapeutti ja PhysioPilates-ohjaaja Hanna-Kaisa Hakala.

Syyskauden hinta 100€ / 12 kertaa. Maksaa voit liikunta- / tykyseteleillä (Smartum-setelit ja -saldo, Tyky-setelit ja -online sekä Sporttipassi) tai käteisellä / laskulla (ei tule laskutuslisää). Kokoontumiskerrat maanantaisin 5.9. - 28.11.2022, poislukien 17.10.2022.

Ilmoittautumiset ja lisätiedot kyläyhdistyksen ryhmiin: [annele\(at\)matintupa.fi](mailto:annele(at)matintupa.fi), 0401544011 / Annele.

### Tenavaliikunta 5-7 vuotiaalle (Pirkan Opisto)

Ryhmä kokoontuu **keskiviikkoisin klo 18.30 - 19.15**. Tenavajumpassa pelataan ja leikitään liikuntaleikkejä, rakennellaan tempuratoja ja opitaan motorisia taitoja. Liikkumisen ilo ja onnistumisen kokemukset siivittävät tunteja. Jalkaan sisätossut tai jarrusukat (Huom. ei sisäpelikenkiä). Vuosina 2015-2017 syntyneille lapsille. Opettajana toimii Jaana Uusi-Kokko. Syyslukukausi: 7.9.2021 - 30.11.2022 Kevätlukukausi: 11.1.2023 - 12.4.2023 Lisätiedot & ilmoittautumiset: [www.pirkanopisto.fi](http://www.pirkanopisto.fi)

### Voimaa ja vetreyttä koko krooppaan (Pirkan Opisto)

Ryhmä kokoontuu **keskiviikkoisin klo 19.15 -20.30**. Onko krooppa jäykkä ja voimaton? Tule vahvistamaan ja vetreyttämään lihaksesi tälle tunnille! Tunti koostuu alkulämmittelystä, lihaskunto- ja nivelliikkuvuus-harjoittelusta sekä keuhonhuollosta. Kurssi sopii kaikenikäisille ja -kuntoisille miehille ja naisille. Ota mukaan jumppa-alusta ja vesipullo. Opettajana toimii Jaana Uusi-Kokko. Syyslukukausi: 7.9.2021 - 30.11.2022 Kevätlukukausi: 11.1.2023 - 12.4.2023 Lisätiedot & ilmoittautumiset: [www.pirkanopisto.fi](http://www.pirkanopisto.fi)

SYKSYLLÄ 2022

## LASTUSTEN KOULULLA

Maanantaisin  
Klo 17.00  
ajalla 5.9.-28.11.  
(ei 17.10.)

### VAIHTUVATEEMAINEN JUMPPA

Jumppa sisältää tehokasta lihaskunto-, liikkuvuus- ja kuntopiiriharjoittelua, tanssillista liikuntaa jne. osallistujien toiveiden mukaisesti. Sopii kaiken ikäisille ja kuntoisille naisille ja miehille. Myös nuoret ovat tervetulleita! Ohjaaja huomioi osallistujien kuntotason ja mahdolliset rajoitukset ja antaa vaihtoehtoja liikkeille.

HINTA 100€/12 KERTAA

Lisätietoa ja ilmoittautuminen  
[annele@matintupa.fi](mailto:annele@matintupa.fi)

Ohjaajana ryhmäliikuntaa liki 20v ohjannut fysioterapeutti ja PhysioPilates-ohjaaja Hanna-Kaisa Hakala



## Tule mukaan Lastusten kyläyhdistyksen toimintaan!

Lastusten kylällä toimii aktiivinen ja vireä kyläyhdistys. Yhdistyksen tarkoituksena on kehittää kylän viihtyisyyttä, edistää kyläläisten yhteistoimintaa ja yleisesti varmistaa Lastusten kylän peruspalvelujen säilymistä ja parantamista. Kyläyhdistys tuo esiin ja valvoo kyläläisten etua kunnallisissa ja seudullisissa puitteissa, harjoittaa tiedotustoimintaa, tekee esityksiä, järjestää juhlia, retkiä, talkoita ja muita hankkeita. Viime aikoina kyläyhdistys on järjestänyt harrastustoimintaa kylälle, toteuttanut Leader-hankerahoituksella muun muassa frisbeegolfradan koulun ympäristöön.

Kyläyhdistys toimii jatkossakin aktiivisesti muun muassa kylän jo täyteen rakennetun osayleiskaavan päivittämiseksi. Kyläyhdistys tekee toiminnassaan tiivistä yhteistyötä Lastusten koulun kanssa. Kyläyhdistys hallinnoi ja pitää kunnossa koulun mäellä sijaitsevaa aittakahvilaa. Aittakahvilalla järjestetään vuosittain useita eri tapahtumia muun muassa perinteinen juhannusjuhla sekä se toimii tukikohtana myös monissa muissa tapahtumissa ja tilaisuuksissa.

Kyläkoulun säilyminen on yksi tärkeimmistä yhdistyksen tavoitteista. #KYLLÄKYLILLE-sopimus Lempäälän kunnan kanssa mahdollistaa yhdistykselle erilaisia yhteistyömuotoja kuten koulun kiinteistöstä ja ympäristöstä huolehtimista. Koulun pihapiirissä järjestetään vuosittain useita talkoita.

Talvikaudella kyläyhdistys hoitaa koulun luistelukentän jäädytyksen ja aurauksen. Jäädytysrinki Whatsapp-ryhmään voit liittyä mukaan mm. lähettämällä viestin kyläyhdistyksen sähköpostiin.

Lastusten kyläyhdistyksen jäseneksi voi liittyä jokainen kylän asioista kiinnostunut, esimerkiksi kylän asukas, mökkiläinen, kylältä kotoisin oleva yms. Jäseneksi voit liittyä nettisivujen kautta liittymislomakkeella tai sähköpostilla. Voit olla myös suoraan yhteydessä johonkin johtokunnan jäseneseen. Jäsenmaksu päätetään vuosittain vuosikokouksessa ja vuodelle 2022 se on 10€. Kyläyhdistys ylläpitää jäsenrekisteriä, kuten on kuvattu rekisteröidyn informointisivulla.

Kyläyhdistyksen asioita hoitaa vuosittain valittava johtokunta. Vuonna 2022 kyläyhdistyksen johtokunnan kokoonpano on seuraava: Annele Matintupa (puheenjohtaja), Juuso Kaitalo, (varapuheenjohtaja), Jouko Mäkelä (sihteeri), Juho Leppämäki (rahastonhoitaja), Iiro Kuusjärvi (urheiluvastaava), Johanna Laakso (tiedotusvastaava), Riina Gröhn (jäsen), Mika Mäkinen (jäsen), Henna Rantanen (jäsen) ja Jukka Vitikka (jäsen).

## Historiaa Lastusten koulun liepeiltä Lempäälä-päivänä

Lempäälä-päivää vietetään **perjantaina 9.9.2022**. Myös Lastusten kylällä järjestetään kaikille avointa ohjelmaa: **klo 11.15 alkaen Reijo Fredriksson kertoo tarinoita Lastusten koulun liepeiltä vuosikymmenten takaa**. Paikkana Lastusten koulu. Tervetuloa - ei ennakko-ilmoittautumista. Tapahtuma järjestetään yhteistyössä Lastusten koulun kanssa.

### Kerhotoiminta käynnistyy jälleen!

Parin vuoden koronataujan jälkeen pääsemme käynnistämään uudelleen sekä seniorikerhon sekä lasten leikkitreffit koululla. **Tapaamiset järjestetään Lastusten koululla, vanhan koulun salissa maanantaisin.**

**Seniorikerhon** tarkoituksena on tarjota mielekästä, monipuolista ja hauskaa yhdessäoloa. Kerhokerrat sisältävät sekä järjestettyä ohjelmaa että vapaamuotoista yhdessä oloa.

**Lekkitreffien** tarkoituksena tarjota mahdollisuus kylän alle kouluikäisille ja heidän vanhemmilleen tavata muita samassa tilanteessa olevia. Tapaamisissa saadaan yhteys myös koulun alkuopetusluokkaan.

Kerhot vahvistavat kylän elikaarimallia ja ovat osaltaan luomassa koulusta yhteistä kohtaamispaikkaa eri-ikäisille kyläläisille.

Seuraa ilmoittelua - tarkemmat aloituspäivämäärät tiedotetaan myöhemmin! Kerhot järjestetään yhteistyössä Lastusten koulun kanssa.

### Historiakirja

Kyläyhdistyksellä on myynnissä 50 euron hintaan Lempäälän koilliset kylät - kirja, jossa on lähes 500 sivua tietoa Lastusten ja lähialueiden historiasta. Uuden asukkaan kannattaa ehdottomasti lukea tämä kirja. Kirjaa voit tiedustella kyläyhdistykseltä sähköpostitse tai suoraan johtokunnan jäseniltä.

