

LIIKU SYKSYLLÄ -KAMPANJA KANNUSTAA LIKKUMAAN SYSLUONNOSSA

Syksy tarjoaa upeita luontoliikuntapaikkoja ympäri Lounais-Suomea. Liikuit sitten yksin, kaverin tai perheen kanssa, tee haaste eri lajien kokeiluun. Frisbeegolfkisa perheen kanssa tai vaellusreissu kaveriporukassa. Uskaltaudu vesille kanootilla tai ota varaslähtö avantouintiin. LiikU syksyllä -kampanja 1.9.-30.11. haastaa sinut luontoliikkumaan.

LiikU syksyllä -kampanjassa voi tehdä kirjauksia monipuolisesti syksyn ulkoliikuntalajeista; frisbeegolf, kävely, sauvakävely, juoksu, pyöräily, maastopyöräily, melonta, retkeily, rullahiihto ja -luistelu, uinti, suunnistus sekä soveltava liikunta. Jokaiselle löytyy siis varmasti oma laji ja kaikki voi osallistua kampanjaan omien kilometritavoitteiden mukaan.

Tietojen kerääjänä toimii maksuton Liikkuen läpi vuoden -sovellus, joka toimii älypuhelimessa, tabletissa ja tietokoneella. Sovellus kerää ja tallentaa henkilön omat suoritukset, sekä lähettää merkatut kilometrit suoraan kampanjan nettisivulle kuntarankingiin, josta näkee suoritukset reaaliajassa kunnittain kolmessa eri sarjassa. Mobiilisovelluksen voi ladata maksuttomasti Google Play tai App Store -mobiilikaupoista ja se löytyy myös nettiversiona kampanjasivuilta. Pääsääntöisesti kirjatut tehdään mobiili- tai nettikirjauksina, mutta osassa kunnissa on käytössä suorituskortti. Se toimii hyvänä vaihtoehtona, jos mobiilisovelluksen kokee haasteellisena. Kannattaa myös seurata oman kunnan omia ohjeita.

- LiikU syksyllä on kolmas kampanja Liikkuen läpi vuoden -kampanjakokonaisuudessa ja se järjestetään nyt toisen kerran 42:den kunnan kesken. Kampanjakokonaisuudella haastamme ja kannustamme kaiken ikäisiä sekä tasoisia lounaissuomalaisia liikkumaan läpi vuoden, toteaa LiikUn terveysliikunnan kehittäjä Juha Koskelo.

Kampanja järjestetään yhteistyössä LiikUn sekä kampanjaan osallistuvien kuntien liikuntavirastojen kanssa. LiikU ja kunnat arpoivat kaikkien osallistujien kesken palkintoja, joista ilmoitetaan voittajille erikseen.

Lisätietoja LiikU syksyllä -kampanjasta ja Liikkuen läpi vuoden sovelluksesta www.liiku.fi/liikusyksylla.

Lisätietoja:

- Lounais-Suomen Liikunta ja Urheilu ry, terveysliikunnan kehittäjä Juha Koskelo, p.050-5360334, juha.koskelo@liiku.fi

Liite:

- Kuntien vastuuhenkilöiden yhteystiedot

Kuntien vastuuhenkilöiden yhteystiedot:

Kunta	Vastuuhenkilö	Puhelin	Sähköposti
Auran kunta	Nelli Suominen	0401834929	nelli.suominen@aura.fi
Eurajoen kunta	Jarmo Olli	0443124267	jarmo.oll@eurajoki.fi
Euran kunta	Pia Malja	0444224845	pia.malja@aura.fi
Harjavalan kaupunki	Vesa Hakala	0444325353	vesa.hakala@harjavalta.fi
Huittisten kaupunki	Niina Laukkanen	0445604440	niina.laukkanen@huittinen.fi
Jämijärven kunta	Aku Autio	0405758937	aku.autio@jamijarvi.fi
Kankaanpään kaupunki	Ulla Hietanen	0445772672	ulla.hietanen@kankaanpaa.fi
Karvian kunta	Sirpa Ala-Rämi	0447727402	sirpa.ala-rami@karvia.fi
Kemiönsaaren kunta	Jaana Eriksson	0407004219	jaana.eriksson@kimitoon.fi
Kihniön kunta	Arttu Latvajärvi	0447541204	arttu.latvajarvi@edu.kihnio.fi
Kokemäen kaupunki	Paula Järvi	0404886170	paula.jarvi@kokemaki.fi
Kosken Tl kunta	Niko Nevala	0447441135	niko.nevala@koski.fi
Kustavin kunta	Markus Malmelin	0505759121	markus.malmelin@kustavi.fi
Laitilan kaupunki	Emilia Andersson	0505180589	emilia.andersson@laitila.fi
Liedon kaupunki	Valtteri Heikkinen	0500805295	valtteri.heikkinen@lieto.fi
Loimaan kaupunki	Anu Pitkänen	0500826359	anu.pitkanen@loimaa.fi
Marttilan kunta	Mirella Laine	0503202045	mirella.laine@marttila.fi
Maskun kunta	Hanna Pennanen	0447388242	hanna.pennanen@masku.fi
Merikarvian kunta	Enni Aaltonen	0447246330	enni.aaltonen@merikarvia.fi
Mynämäen kunta	Aleksi Kytö	0447837256	aleksi.kyto@mynamaki.fi
Naantalin kaupunki	Maija Puolakanaho	0400638398	maija.puolakanaho@naantali.fi
Nakkilan kunta	Sari Ketola	0447475914	sari.ketola@nakkila.fi
Nousiaisten kunta	Jouni Kangasniemi	0444355303	jouni.kangasniemi@nousiainen.fi
Oripään kunta	Janiika Toivoniemi	0447625325	janiika.toivoniemi@oripaa.fi
Paimion kaupunki	Anna Blomroos	02 474 5314	anna.blomroos@paimio.fi
Parkanon kaupunki	Antti Luusalo	0447865512	antti.luusalo@parkano.fi
Pomarkun kunta	Mika Remes	0417313194	mika.remes@pomarkku.fi
Porin kaupunki	Jenni Taimi	0447011414	jenni.taimi@pori.fi
Punkalaitumen kunta	Päivi Paija	0406106058	paivi.paija@punkalaidun.fi
Pyhärannan kunta	Sanna Siivonen	0447383432	sanna.siivonen@pyharanta.fi
Pöytyän kunta	Markus Salo	0400547583	markus.salo@poytya.fi
Raision kaupunki	Erna Kasterinne	0447971389	erna.kasterinne@raisio.fi
Rauman kaupunki	Kouru Kimmo	0401809785	kimmo.kouru@rauma.fi
Salon kaupunki	Timo Saarela	0447784705	timo.saarela@salo.fi
Sauvon kunta	Riina Rautiainen	0505484257	riina.rautiainen@sauvo.fi
Siikaisten kunta	Taisto Salo	0447201036	taisto.salo@siikainen.fi
Säkylän kunta	Minttu Kauniskallio	0445171011	minttu.kauniskallio@sakyla.fi
Taivassalon kunta	Mari-Anna Hovi	0503873354	mari-anna.hovi@taivassalo.fi
Ulvilan kaupunki	Markku Nevala	0400926117	markku.nevala@ulvila.fi
Uudenkaupungin kaupunki	Outi Soinen	0503835303	outi.soininen@uusikaupunki.fi
Vehmaan kunta	Heli Antikainen-Pauna	0447393702	heli.antikainen-pauna@vehmaa.fi
Virtain kaupunki	Marika Kallio	0447151270	marika.kallio@virrat.fi