

An aerial photograph showing a large sports complex in Sodankylä. The complex includes a long, modern building with a grey roof and blue accents, a large parking lot with several cars, and a red running track surrounding a green football field. In the background, there are dense forests with autumn-colored trees and a body of water.

MIE

SODANKYLÄ

SODANKYLÄN KUNNAN LIIKUNTAPALVELUT

2023–2024

SISÄLLYSLUETTELO

YHTEYSTIEDOT	2
LIIKUNTATOIMINTA	3
ILMOITTAUTUMINEN & VARAUKSET	4
AVANTOUINTI KOMMATISSA	5
UIMAHALLIN VUOROT	5
LIIKUNTAPAIKAT	6

YHTEYSTIEDOT

Liikunnanohjaajat

Noora Tolonen
noora.tolonen@sodankyla.fi
puh. 040 832 9339

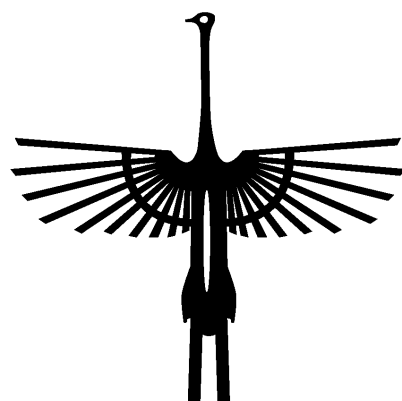
Jani Uusitalo
jani.uusitalo@sodankyla.fi
puh. 0400 257 958

Uinninvalvoja/opettaja

Mika Nikula
mika.nikula@sodankyla.fi
puh. 040 684 5969

Käyntiosoite

Sodankylän liikuntahalli
Haastajantie 6



SEURAA MEITÄ SOMESSA!

Facebookissa:
@sodankylanliikuntapalvelut

Instagramissa:
@liikuntapalvelutsodankyla

LIIKUNTATOIMINTA

Sodankylän liikuntapalveluiden tavoitteena on kaikkien kuntalaisten liikuttaminen ja liikunnan lisääminen. Tarjoamme positiivisia liikunta-kokemuksia ja autamme juuri sinulle sopivan harrastuksen löytämisessä. Pyrimme lisäämään kuntalaisten hyvinvointia kaikissa ikäluokissa.

Erityisliikunta

Erityisliikuntaryhmät järjestetään päivisin ja tunnit rakennetaan aina kohderyhmän tarpeiden mukaan. Ryhmät voidaan järjestää liikuntahallilla tai tarpeen mukaan muussa sovitussa paikassa.

Terveysliikunta

Terveysliikuntakalenteri julkaistaan joka syksy ja kevät. Liikuntaryhmät on tarkoitettu kaikille sodankyläläisille, kunnosta ja iästä riippumatta. Ryhmien ohjauksesta vastaavat Sodankylän kunnan liikunnanohjaajat, ja ryhmät pyörivät yleensä klo 8–16 välillä.

Liikuntaneuvonta

Liikuntaneuvonta on maksuton palvelu, joka on tarkoitettu 18–64-vuotiaille sodankyläläisille, jotka liikkuvat terveytensä kannalta riittämättömästi, joille liikunnan aloittaminen on vaikeaa tai jotka eivät ole löytäneet sopivaa liikuntamuotoa itselleen. Kysy lisää liikuntaneuvonnasta Noora Toloselta!

InBody-mittaukset

InBody-mittauksen avulla voit selvittää kehosi koostumuksen. Alle minuutin kestävissä mittauksessa selviää muun muassa se, kuinka paljon kehossasi on lihasta, rasvaa ja vettä. Mittauksen hinta on 20 euroa. Varaa aika mittaukseen Tilamisusta tai soittamalla liikunnanohjaajalle.



Uimaopetus

Sodankylän liikuntapalvelut tarjoaa uima-opetusta lapsille ja nuorille ympäri vuoden. Mikäli sinulla on kysyttävää uimakouluista, ole yhteydessä Mika Nikulaan.

Sählyn työpaikkapuulaakisarja

Sählyn työpaikkapuulaakisarjaa pelataan keväällä 2024. Lisätiedot www.sodankyla.fi > liikuntapalvelut tai suoraan Jani Uusitalolta 0400 257 958 tai jani.uusitalo@sodankyla.fi

TYHY-päivät ja muut tapahtumat

Liikuntapalvelut ohjaavat liikunnallisia aktiviteetteja TYHY-päiviin tai muihin tapahtumiin. Aktiviteetteja voivat olla esimerkiksi erilaiset jumpat, leikkimieliset olympialaiset, kehonhuollot ja rentoutukset tai erilaiset pelit. Kysy lisätiedot ja hinta liikunnan-ohjaajalta.

MITÄ LIIKUNTANEUVONTA VOI SISÄLTÄÄ?

- henkilökohtaista opastusta ja neuvontaa liikunta-asioissa
- terveyttä edistävän liikunnan esittelyä
- sopivan liikkumistavan tai liikuntalajin miettimistä yhdessä ja ohjaamista toiminnan pariin
- kunnan tarjoamien liikuntapalvelujen ja -paikkojen esittelyä



ILMOITTAUTUMINEN & VARAUKSET

Liikuntaryhmiin ilmoittautuminen

Voit ilmoittautua liikuntaryhmiin osoitteessa **www.kuntapalvelut.fi/sodankyla**.

Voit valita, ilmoittaudutko kaikkiin jumppiin vai pelkästään lattiajumppiin tai vesijumppiin. Syksyn ja kevään jumppiin ilmoittaudutaan erikseen.

HUOM! Syyslomalla ja hiihtolomalla ei ole ohjauksia. Liikuntaryhmät ovat kesätauolla 1.6.–31.8.

Hinnat

- 50 euron lukukausimaksulla voit osallistua kaikille liikuntatunneille.
- 35 euron lukukausimaksulla voit osallistua lattiajumppiin tai vesijumppiin.

Liikuntaryhmät laskutetaan jälkeinpäin. Maksamiseen voit käyttää myös erilaisia virike-etuja, kuten Smartum, ePassi ja Edenred.

Liikunta- ja harrastetilojen varaukset

Liikuntapaikkojen varatut ja vapaat vuorot näet **Tilamisusta**. Tarkista sieltä varaus-tilanne ja tee varauksesi!

VARAA VUORO TILAMISUSTA!

Löydät Tilamisun osoitteesta
sodankyla.tilamisu.fi

AVANTOUINTI KOMMATISSA

Kommatin avantokausi kestää 2.10.–30.5. Vuorot ovat maanantaisin ja torstaisin klo 16–21.

Hinnasto

Hinnat syyskausi 2023 (2.10.–30.12.)

- 1 x viikko 40€
- 2 x viikko 65 €
- kertamaksu 5€

Hinnat kevätkausi 2024 (1.1.–31.5.)

- 1 x viikko 65€
- 2 x viikko 110€
- kertamaksu 5€

Avantomaksut

Avantovuoroille ilmoittaudutaan osoitteessa **www.kuntapalvelut.fi/sodankyla**.

Ilmoittautumisen yhteydessä valitaan maksutapa (Edenred, ePassi, Tyky-seteli, Smartum, Eazybreak, Smartumpay tai lasku).

Avantouinnin kertamaksun voi myös maksaa käteisellä paikan päällä olevaan postilaatikkoon.

UIMAHALLIN VUOROT

Kuntalaisten uimavuorot Siilashallissa 1.9.2023–31.5.2024

- tiistaisin klo 18.00–20.30
- keskiviikkoisin klo 17.00–20.00
- torstaisin klo 17.00–20.00
- perjantaisin klo 17.00–20.30
- lauantaisin klo 13.00–16.00

Aamu-uinnit tiistaisin ja torstaisin klo 7.00–8.30.

Hinnasto

- Syyskausi / aikuiset 45 €
- Kevätkausi / aikuiset 65 €
- Kuukausimaksu 15 € (voimassa kuukauden alkaen ostopäivästä)
- Kertamaksu 5 €
- Eläkeläiset ja työttömät puoleen hintaan.
- Alle 18-vuotiaat ilmaiseksi.

Uintimaksut

Uimahallin vuorolle ilmoittaudutaan osoitteessa **www.kuntapalvelut.fi/sodankyla**.

Ilmoittautumisen yhteydessä valitaan maksutapa (Edenred, ePassi, Tyky-seteli, Smartum, Eazybreak, Smartumpay tai lasku).

Uimahallin kertamaksun voi myös maksaa käteisellä paikan päällä olevaan postilaatikkoon.





LIIKUNTAPAIKAT

Sodankylästä löytyy monenlaisia liikunta-
paikkoja eri tarpeisiin.

Liikuntahalli

Liikuntahalli tarjoaa laadukkaat tilat monen
eri lajin harrastamiseen ja erilaisiin tilaisuuksii-
siin. Hallissa on iso sali (900m²), joka on jaet-
tavissa kolmeen osaan. Isosta salista löytyy
myös 40 metriä pitkä juoksusuora. Lisäksi
liikuntahallissa on paini-, judo- ja kuntosali
sekä kiipeilyseinä.

Liikuntahallin avoimet kuntosalivuorot

ma klo 10.45–12.00
ke klo 13.15–15.30
pe klo 14.30–15.45
su klo 10.45–12.00

os. Haastajantie 6

Urheilupuisto

Monipuolinen puisto tarjoaa spurtan-
-pinnotteiset juoksuradat ja suorituspaikat,
tekonurmikentän, vapaaluistelualueen sekä
jääkiekkokaukalon, joka on kesäisin moni-
toimikäytössä esimerkiksi tenniskenttänä.
Urheilupuistossa on myös huoltotilat ja
katsomo.

os. Kasarmintie 21 B

New Boliden Areena / jäähalli

Sodankylän jäähalli eli New Boliden Areena
on otettu käyttöön elokuussa 2019. Jäähäl-
liin mahtuu noin 450 katsojaa. Hallissa on
jää 1.8.–30.4.

Vapaaluisteluvuorot

ma–ke klo 15.45–17
pe klo 15.45–17
la klo 12.35–13.45
su klo 14.55–15.30

Kiekoton vapaaluisteluvuoro

to klo 15.45–17
la klo 10–11.10

os. Haastajantie 4

Skeittiparkki

Sodankylän skeittiparkki on valmistunut
kesällä 2016. Syksyllä 2023 parkissa on ollut
käynnissä laajennustyöt. Skeittiparkki on
käytössä vain kesäaikaan, ei talvikunnossa-
pitoa.

os. Haastajantie 6

Siilashalli / uimahalli

Sodankylän kunta vuokraa Jääkäriprikaatin
omistamaa uimahallia eli Siilashallia. Siilas-
halli sijaitsee varuskunnassa Sotilaskodin
vieressä. Hallissa on 25 metriä pitkä allas.
Kuntalaisille on varattu tiistaista lauantaihin
omat vuorot (poikkeuksena kesäaika).

os. Siilastie 20

Kommatti

Kommattivaara on Sodankylän keskustaaja-
man läheisyydessä sijaitseva ulkoilukeskus,
jossa on monipuoliset harrastusmahdolli-
suudet läpi vuoden. Alueelta löytyy muun
muassa pururadat, hiihtoladut, frisbeegolf-
rata, ulkokuntosali, laskettelurinne, uima-
paikka ja ampumahiihtostadion.

Kunta vuokraa Kommatissa sijaitsevaa
Kommatin majaa, rantasaunaa ja kelokotaa
virkistyskäyttöön.

os. Kommatintie

LISÄKSI LIIKKUJIA PALVELEVAT

Kitisen kuntosali

Avoinna ma–su klo 5–22 mobiililaitteella, os. Vasantie 11.

Hannuksenkartanon seniorikuntosali

Avoinna ma–su klo 8–19. Vapaakäyttö ryhmien ulkopuoli-
sina aikoina aukioloaikojen puitteissa, os. Kurunokantie 5.

Lukion liikuntasali

os. Koulutie 2

Lisätietoja liikunta-
paikoista ja aukiolo-
ajoista osoitteessa
www.sodankyla.fi >
Palvelut > Kulttuuri- ja
vapaa-ajan palvelut >
Liikuntapalvelut



Sodankylä
Lapin tähtikunta

Jäämerentie 1 (PL 60) | 99601 Sodankylä | vaihde puh. 0400 618 870
kirjaamo@sodankyla.fi | www.sodankyla.fi