

A tall, white water tower with a yellow and grey patterned top section stands prominently in the background. In the foreground, a green artificial turf sports field is visible, with a soccer goal and net on the right. Several people are scattered across the field, some near the goal. A white picket fence runs across the middle ground, and a line of tall pine trees is behind it. A small building is partially visible on the right side of the field.

MIE

SODANKYLÄ

SODANKYLÄN KUNNAN LIIKUNTAPALVELUT

2024–2025

SISÄLLYSLUETTELO

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

YHTEYSTIEDOT

Liikunnanohjaajat

Ville Heikkilä

ville.heikkila@sodankyla.fi
puh. 040 832 9339

Jani Uusitalo

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

Sanna Aho

sanna.aho@sodankyla.fi

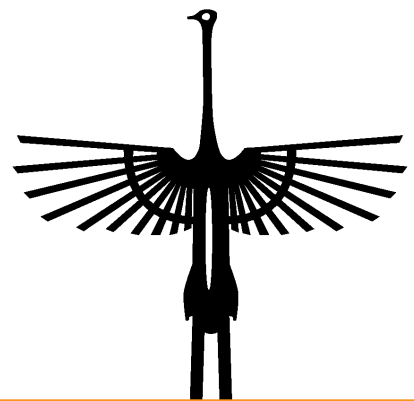
Uinninvalvoja/opettaja

Sami Kaaretkoski

sami.kaaretkoski@sodankyla.fi
puh. 040 684 5969

Käyntiosoite

Sodankylän liikuntahalli
Haastajantie 6
99600 Sodankylä



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 liikunnanohjaajilta!

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 25 euroa. Varaa aika mittaukseen soittamalla tai lähettämällä sähköpostia liikunnanohjaajalle.



Uimaopetus

Sodankylän liikuntapalvelut tarjoaa uimaopetusta lapsille ja nuorille ympäri vuoden. Mikäli sinulla on kysyttävää uimakouluista, ole yhteydessä Sami Kaaretkoskeen.

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 jumput, 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

- 55 euron lukukausimaksulla voit osallistua kaikille liikuntatunneille.
- 40 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 netistä kunnan tilavarauskalenterista. Tarkista sieltä varaustilanne ja tee oma varauksesi!

VARAA VUOROSI

Löydät tilavarauskalenterin osoitteesta **sodankyla.asio.fi**

AVANTOUINTI KOMMATISSA

Kommatin avantokausi kestää lokakuun alusta toukokuun loppuun. Vuorot ovat maanantaisin klo 14–21, torstaisin klo 16–21 ja sunnuntaisin klo 16–21.

Hinnasto

Hinnat syyskausi 2024 (1.10.–31.12.)

- 1 x viikko 40 €
- 2 x viikko 80 €
- 3 x viikko 120 €
- kertamaksu 10 €

Hinnat kevätkausi 2025 (1.1.–31.5.)

- 1 x viikko 50 €
- 2 x viikko 100 €
- 3 x viikko 150 €
- kertamaksu 10 €

Avantomaksut

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

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

Avantouinnin kertamaksun voi myös maksaa käteisellä paikan päällä olevaan postilaatikkoon.

UIMAHALLIN VUOROT

Kuntalaisten uimavuorot Siilashallissa 1.9.2024–31.5.2025

- 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. ELO-perheiden uintivuorot ovat tiistaisin klo 17–18.

Hinnasto

- Syyskausi / aikuiset 50 €
- Kevätkausi / aikuiset 70 €
- Kuukausimaksu 20 € (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, Smartumpay tai lasku).

Uimahallin kertamaksun voi myös maksaa käteisellä paikan päällä olevaan postilaatikkoon.





LIIKUNTAPAIKAT

Sodankylästä löydät monenlaisia liikuntapaikkoja eri tarpeisiin.

Liikuntahalli

Liikuntahalli tarjoaa laadukkaita tiloja monen eri lajin harrastamiseen ja erilaisiin tilaisuuksiin. Hallissa on iso sali (900m²), joka on jaettavissa 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 monitoimikäytössä esimerkiksi tenniskenttänä. Urheilupuistossa on myös huoltotilat ja katsomo.

os. Kasarmintie 17

Kuntoportaat

Urheilupuiston vierestä löydät kuntoportaat. Noin 90 askelman portaat sopivat monentasoisille kuntoilijoille matalalla kynnyksellä ja ovat helposti saavutettavissa. Kuntoportaat rakennettiin Sodankylään, kun ne voittivat vuoden 2023 osallistuvan budjetoinnin äänestyksen.

os. Kasarmintie 17

Heittopaikat

Aivan kuntoportaiden viereen on rakennettu uudet heittopaikat.

os. Kasarmintie 17



New Boliden Areena / jäähalli

Sodankylän jäähalli eli New Boliden Areena on otettu käyttöön elokuussa 2019. Jäähalliin mahduu noin 450 katsojaa. Hallissa on jää 1.8.–30.4.

Vapaaluisteluvuorot

ma–ke klo 15.00–17.00

pe klo 15.45–17.00

su klo 11.25–13.30

Kiekoton vapaaluisteluvuoro

to klo 15.45–17.00

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. Siilashalli 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 keskustaajaman läheisyydessä sijaitseva ulkoilukeskus, jossa on monipuoliset harrastusmahdollisuudet 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, os. Vasantie 11.

Hannuksenkartanon seniorikuntosali

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

Lukion liikuntasali

os. Koulutie 2

Lisätietoja Sodankylän liikuntapaikoista ja niiden aukiolosta löydät kunnan kotisivuilta osoitteesta **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