



*Puistojumppia, avoveden vesijumppia sekä luontopolkuretkiä järjestetään elokuussa.*

## Maksuttomia jumppia ja luontopolkuretkiä järjestetään elokuussa

**Tiedote**      **1.8.2022 18:22**

Imatran kaupungin liikuntapalvelut järjestävät elokuussa puistojumppia, avoveden vesijumppia ja luontopolkuretkiä.

Puistojumppat ovat kaikille avoimia liikuntahetkiä, joissa tehdään helppoja harjoitteita. Mukaan olisi hyvä ottaa oma jumppamatto, mutta myös matotta pärjää niin halutessaan. Puistojumppa järjestetään sadevarauksella. Puistojumppia järjestetään elokuussa Koskipuistossa, urheilutalon ulkoliikuntapuistossa ja Immalanlietteen uimarannalla.

Elokuussa tarjolla on myös täysin uusi jumppa, joka järjestetään avovedessä.

— Avoveden vesijumppia järjestetään nyt ensimmäistä kertaa. Varpasaaren lahdessa järjestetään syvän veden voimistelu vesijuoksuvyön kanssa ja Immalanlietteen uimarannalla on normaali vesijumppa, kertoo liikuntapalveluiden ohjaaja-valvoja

**Tuomo Tynkkynen.**

Vesijuoksuvyön saa ohjaajalta.

Lisäksi viime kesältä tuttuja ohjattuja luontopolkuretkiä järjestetään elokuun aikana.

**Lisätietoja:**

Ohjaaja-valvoja Tuomo Tynkkynen, [tuomo.tynkkynen@imatra.fi](mailto:tuomo.tynkkynen@imatra.fi), p. 020 617 7295

### **Elokuun puistojummat klo 11.30–12.15**

- Ma Koskipuisto
- Ti Imatran urheilutalon ulkoliikuntapuisto
- Ke Immalanlietteen uimaranta
- To Imatran urheilutalon ulkoliikuntapuisto

### **Avoveden vesijummat**

- Ma, ti ja to klo 12.45–13.15, Varpasaaren lahti
- Ke klo 12.30–13.00, Immalanlietteen uimaranta

### **Ohjatut luontopolkuretket, lähtö klo 9.30**

- Ke 3.8. Seppoin polku
- Pe 5.8. Lammassaaren luontopolku
- Ma 8.8. Ivoniemen luontopolku
- Ke 10.8. Vuoksenniskan metsäpolku
- Pe 12.8. Malonsaaren luontopolku