



Vuoksenniskan salin lisäksi kesäaikana voi jumpata ulkoliikuntapuistoissa. Kuva on Ukonniemestä.

Ohjattua liikuntaa järjestetään kesällä kaikenikäisille

Tiedote **4.7.2023 13:32**

Ulkona järjestetty ohjattu liikunta on maksutonta.

Kaupunki tarjoaa myös läpi kesän monenlaista liikuntaa.

– Uutuutena järjestetään heinäkuussa lasten rantaliikuntakerhoja sekä lauantaina 15.7. kesäretki. Kesäretkellä on kaksi eri reittivaihtoehtoa: Risuniemen luontopolku ja Seppöin luontopolku, kertoo liikuntapalveluiden **Stina Tevajarvi**.

Kesäretkelle tulee ilmoittautua ennakoon. Sen sijaan kesän liikuntaryhmiin voi osallistua ilman ilmoittautumista.

Heinäkuussa järjestetään rantaliikuntakerhoja lapsille Lempukan ja Immalanlietteen uimarannoilla. Heinä-elokuussa on tarjolla myös puistojumppia, avoveden vesijumppia, ulkokuntosalijumppia sekä porrastreenejä.

[Ohjatun liikunnan aikataulut](#)

Lisätietoja:

liikunta- ja hyvinvointipäällikkö Henna Jääskeläinen, henna.jaaskelainen@imatra.fi, p. 020 617 1097

Kesäretkestä ja sille ilmoittautuminen: Stina Tevajarvi, stina.tevajarvi@lappenranta.fi, p. 040 631 7428