



## Liikunta ja kilpailut

Helmikuu 2022

Jakelu:  
EKL piirien ja yhdistysten  
liikunta- ja tiedotusvastaavat



### Liikunnan haastekampanja

EKL:n perinteinen liikunnan haastekampanja käynnistyy 1.3.2022. Kampanjan kesto on kaksi kuukautta ja se päättyy 30.4.2022. Tarkemmat ohjeet sekä liikuntakortit löytyvät Eläkkeensaaja-lehden numerosta 1/ 2022 ja [kotisivuiltamme](#) niin tulostettavina kuin sähköisinä versioina.

Kampanjan päätyttyä yksittäiset jäsenet ilmoittavat liikuntasuorituksensa oman yhdistyksen liikuntavastaavalle, joka toimittaa yhdistyksen tiedot kootusti piirille sen ilmoittamien ohjeiden mukaisesti. Piirille ilmoitettavia tietoja ovat: kampanjaan osallistuneiden jäsenten yhteismäärä sekä liikuntasuoritusten yhteismäärä. Piirikohtaiset tiedot ilmoitetaan EKL:oon [Marja Raitoharjulle](#) 23.5.2022 mennessä.

Paras yhdistys ja piiri palkitaan EKL:n 60-vuotisjuhlilla Joensuussa 15.-16.6.2022. Lisätietoa juhlista [täältä](#).

### Kevään ja kesän 2022 kilpailut

EKL:n kilpailukausi käynnistyy viikkaana ja kevätkaudelle mahtuvat seitsemät valtakunnalliset mestaruuskilpailut. Maaliskuun puolivälissä järjestetään Keiteleellä pilkin mestaruuskilpailut, jonne halukkaat ehtivät vielä ilmoittautua mukaan. Karaoken mestaruuskilpailut toukokuussa Kuopiossa ovat osa EKL:n 60-juhlavuoden tapahtumia. Juhlavuoden kunniaksi kilpailun yhteyteen järjestetään maksuttomat yleisötanssit. Ja kesäkuussa kevätkauden päättävät frisbeegolfin mestaruuskilpailut Joroisissa. Kevään mittaan järjestetään vielä neljä erilaiset boccian mestaruuskilpailut. Syksyn kilpailukausi käynnistyy elokuussa golfin mestaruuskilpailuilla Nurmijärvellä. Tavataan kilpailukentillä! Tutustu [mestaruuskilpailuihimme](#).

### Voimaa etäjumpasta

Ikäinstituutin Voimaa etäjumpasta- hankkeessa kokeillaan vuorovaikutteisia etäjumpparyhmiä yli 65-vuotiaille. Eläkkeensaajien Keskusliitto on hankkeessa mukana kumppanuusjärjestönä ja sitä kautta jäsenemme ovat tervetulleita mukaan maksuttomiin tapahtumiin ja koulutuksiin. Tutustumisen voi aloittaa osallistumalla itselle sopivaan etäinfoon. Lisätietoa [täältä](#)

Lisätietoja:  
järjestösuunnittelija [Marja Raitoharju](#)  
p. 040 4506565

**Eläkkeensaajien Keskusliitto EKL ry**

Haapaniemenkatu 14

PL 168

00531 Helsinki

Avoinna ma, ke - pe klo 8.30 - 16.00

ti klo 9.30 - 16.00

Puh. (09) 612 6840

**Linkit**

» [www.ekl.fi](http://www.ekl.fi)

» [Päivitä tilaustietosi](#)

**Sähköposti**

[kilpailut@ekl.fi](mailto:kilpailut@ekl.fi)

[ekl@ekl.fi](mailto:ekl@ekl.fi)

Osoitelähde: Asiakasrekisteri, uutiskirjeen tilaajat.  
Jos et halua meiltä enempää postia, [poistu](#) postituslistalta.

[Tietosuojaseloste](#)



Osoitelähde: Asiakasrekisteri, uutiskirjeen tilaajat.  
Jos et halua meiltä enempää postia, [poistu](#) postituslistalta.

[Tietosuojaseloste](#)