

Liiku ja harrasta sydän-Suomessa!

LIIKU JA HARRASTA Keski-Suomen MAASEUDULLA!



Kaikista Keski-Suomen kunnista löytyy harrastuspaikkoja, joita on rakennettu tai kunnostettu maaseuturahoituksella meille ihan kaikille - jotta voisimme hyvin.

Karttaan on koottu muutamia esimerkkejä lähikohteista, joissa voit liikkua, leikkiä tai mennä mukaan urheiluseuran toimintaan. Useimmat ulko-kohteet ovat käytössä 24/7 ja valikoima on monipuolinen. Vaihtoehtoja löytyy kaikenikäisille niin rentoutumiseen, leikkeihin, vapaa-ajan liikuntaan kuin tavoitteelliseen harrastamiseen!

Viidessä kansallispuistossa pääset liikkumaan upeassa luonnossa merkityillä reiteillä.

- ★ Etelä-Konneveden kansallispuisto
- ★ Isojärven kansallispuisto
- ★ Leivonmäen kansallispuisto
- ★ Pyhä-Häkin kansallispuisto
- ★ Salamajärven kansallispuisto

Maaseuturahoituksella on tehty uusia reittejä muun muassa näihin kohteisiin:

Patikointi

- Kotajärven polku, Saarijärvi
- Pahapuron lenkki, Kivijärvi
- Savottapolku, Kuhmoinen

Melonta

- Haukisaaren kierros, Konnevesi
- Konnevesi-Laukaa -melontareitti, Konnevesi, Hankasalmi, Laukaa
- Wanha Witonen-melontareitti, Petäjävesi, Jämsä

Pyöräily

- Isojärven maastopyöräilyreitti, Kuhmoinen
- Leivonmäen maastopyöräilyreitti, Joutsa
- Himos-Jämsä -retkipyöräilyreitti, Jämsä

Kaikki reittikartat löydät osoitteesta aitomaaseutu.fi/esittelymateriaalit

Seuraa facebookissa Retkeily Keski-Suomi -sivustoa facebook.com/retkeilyks

KÄÄNNÄ 



1. Heinäjoen luontoreitti, Karjasillantie 20-22, Pihtipudas
www.pihtipudas.fi

2. Kinnulan koirapuisto, Palolaitoksentie, Kinnula
www.kinnulan kennelkerho.fi

3. Harsunporras, Harsunkankaantie 69, Kyyjärvi
Porrasharjoittelu on monipuolinen ja terveyttä edistävä liikuntamuoto.

4. Kirsikkapuisto, Keskustie 30, Kivijärvi
Kirsikkakuja, miniarborium, pump track-rata, seniorisport-välineet ja esteettömät kevyenliikenteen väylät.
www.kivijarvi.fi

5. Uittosalmen virkistysalue, Sininen tie, Kannonkoski
Hieno maisemapaiikka, josta löytyy mm. laavu, veneiden laskupaikka ja lasten hiekkakenttä.
www.kannonkoski.fi

6. Ilmolahden ampumarata, Ampumaradantie 144, Viitasaari
Muun muassa 300 metrin kiväärirata
www.vtsa.fi

7. Viitasaaren Torinranta, Rantatie 5, Viitasaari
Yhteisöllisen kaupunkisuunnittelun helmi Keiteleen rannassa.
www.lomaseutu.fi

8. Leijonapuisto, Keskustie 14, Karstula
Lasten leikkipuisto, jossa on myös senioreille sopivia ulkoliikuntavälineitä.
www.karstula.fi

9. Pajulampi, Asutustie 15, Saarijärvi
Esteetön virkistyskalastuskohde
www.saarijarvenosakaskunta.net

10. Saarijärven kartingrata, Kolkanlahdentie, Saarijärvi
Kartingrata vuokra-autoineen palvelee erityisesti nuoria ja harrastavia perheitä.
www.facebook.com/SaarijarvenUA

11. Konginkankaan satama, Kaunolantie 15, Äänekoski
Uimaranta, frisbeegolfkoreja ja rantalentopallokenttä sekä leikkipuisto.
www.aanekoski.fi

12. Konneveden parkour-puisto, Sirkantie 6, Konnevesi
Parkour on liikuntalaji, jossa liikutaan hyödyntämällä ympäristössä olevia esineitä ja rakenteita.

13. Lapunmäen hiihtomaa, Sirkantie 9, Konnevesi
Lapunmäen maastossa oleva latuverkosto on monipuolinen ja helposti saavutettavissa.
www.konnevesi.fi

14. Härylänranta, Satamatie 60, Konnevesi
Härylänrannassa voit nauttia uiden tai meloen kansallispuiston maisemissa.
www.hayrylanranta.com

15. Leinikinuisto, Kuukantie 13, Uurainen
Viihtyisässä puistossa on liikuntavälineitä kaikenikäisille.
www.uurainen.fi

16. Bmx-rata, Jokiniementie 9, Laukaa
BMX-pyöräily on yksi pyöräilyn muodoista, jossa ajetaan varta vasten suunnitelluilla 20-tuumaisilla polkupyörillä rataa pitkin.
www.bmx.ccpicaro.net

17. Vihtavuoren pump track -pyöräilyrata, Matinkuja 5, Laukaa

18. Valkolan Liikkis-parkourpuisto, Puralanharjuntie 76, Laukaa
Monipuoliseen liikuntaan soveltuvia liikuntapuistoja.
www.laukaa.fi

19. Mehtolan luontopolku, Mehtolanniementie 121, Muurame
www.muuramenseurakunta.fi

20. Jyväskylän ladun majan ulkoilualue, Ronsuntaipaleentie 279, Jyväskylä
Talvella erinomainen latuverkosto ja mahdollisuus lumikenkäilyyn. Kesällä hyvät puitteet patikointiin, maastopyöräilyyn, polkujuoksuun ja frisbeegolfiin.
www.jyvaskylanlatu.fi

21. Hangasjärven maja ja ulkoilualue, Hangasjärventie 106, Korpilahti
Viitoitettu luontopolku läheiselle Myllyvuorelle, uimaranta, nuotiopaikka ja ruokailukatos, retkikämpä vuokrattavissa.
www.pokokorpilahti.fi

22. Suojakallion Hevosurheilukeskus, Mattilantie 3, Korpilahti
www.korpilahdenratsastajat.fi/suojakallio

23. Killerin hevosurheilukeskus, Vesangantie 24, Jyväskylä
www.hevosjalostusliitot.fi, www.laajavuorenratsukot.fi/



24. Kolmen vuoren valloitus, Korpilahti
Haukankierros, Vaarunvuorten ja Oravivuorten luontopolut.
<https://korpilahti.info>

25. Vesangan frisbeegolf-rata, Rientolantie 42, Jyväskylä
www.frisbeegolfraadat.fi

26. Härkölammin kierros, Multia
Härkölammin kierros on ympärivuotinen virkistys- ja lähiliikuntapaikka.
www.multia.fi

27. Hallin lava, Köpänniementie 36, Multia
Iso-Multianjärven rannalla sijaitseva perinteikäs tanssilava.
www.multianjyske.fi

28. Riion näköalatorni ja luontopolku, Matkalantie 159, Keuruu
Kipua 22 metriä korkean tornin huipulle ja kierrä lähellä oleva luontopolku.
www.riihonkyla.fi

29. Keuruun jumppahalli, Keuruuntie 25, Keuruu
www.keurusjumppa.sporttisaitti.com

30. Frisbeegolf-rata ja 3D-jousiammuntarata, Keuruu
Keuruselän liikuntapuiston läheisyydessä sijaitsee frisbeegolf-rata ja 3D-jousiammuntarata.
www.visitkeuruu.fi

31. Virikepuistot ja pump track -rata, Petäjävesi
www.petajavesi.fi

32. Wanhan Witosen melontareitti, Jämsä ja Petäjävesi
Melontareitti alkaa Petäjäviedeltä ja kulkee koko Jämsän halki päättyen Päijänteelle.
www.petajavesi.fi, www.jamsa.fi

33. Haalarankankaan motocross-rata, Haalarantie 135, Jämsä
www.j-smk.net

34. Jämsänkosken jäähalli, Metsäoppilaitoksentie, Jämsänkoski
www.jamsankoskenjaahalli.fi

35. Häähnimäki, Läheahontie 319, Hankasalmi
Häähnimäki luontopolkuineen on hieno luontomatkaileukohde.
www.facebook.com/haahnintupa

36. Apinapuisto, Salomonin tie 3, Toivakka
Toivakan apinapuisto on parkouriin ja street workout -kehonpainoharjoitteluun soveltuva telinepuisto.
www.toivakka.fi

37. Ahvenusmäen laavu ja näköalapaikka, Heiskan kylä, Toivakka
Laavulta avautuva maisema on varsin hulppea, kannattaa poiketa.
www.toivakka.fi

38. Ulkomonitoimikenttä Vakkareena, Iltaruskontie 4, Toivakka
Eri lajeihin sopiva ulkomonitoimikenttä Toivakan koulukeskuksen yhteydessä.
www.toivakanrivakka.fi

39. Frisbeegolf-rata, Tapiontie 3, Joutsa
Joutsan urheilukentän läheisyydessä sijaitsee 18-väyläinen metsärata.
www.josepa1975.fi/frisbeegolf

40. Leivonmäen perhepuisto, Matinpohju, Joutsa
Leikkipuisto, jossa leikki- ja kuntoiluvälineitä lapsille, nuorille ja aikuisille.
www.joutsa.fi

41. Iitinmäen ulkoilureitit ja kota, Ahvenmäentie 9, Tammijärvi, Luhanka
www.sarvanera.net

42. Kuhmoisten Kuhmurat -maastopyöräilyreitistö, Kuhmoinen
Maastopyöräilyreitistö on helposti suunniteltavissa erimittaisiksi lenkeiksi ja se sopii niin aloittelijoille kuin harrastelijoillekin.
facebook.com/kuhmoistenkuhmurat

43. Urheilu-, palloilu- ja monitoimikenttä Haukkasalo, Kuhmoinen
Tiesitkö, että Kuhmoisten Haukkasalonsaaresta löytyy urheilu-, palloilu- ja monitoimikenttä?

44. Päijälän melontareitti ja luontopolku, Kuhmoinen
Päijälän kylässä sijaitsevat melontareitti ja luontopolku johdattavat luonnon äärelle.
www.paijala.fi

Keski-Suomen ELY-keskus ja Leader-ryhmät ovat rahoittaneet Euroopan maaseuturahastosta muun muassa kaikkien näiden keskiuomalaisten liikunta- ja harraste- ja luontokohteiden kehittämisen.

Onko sinun lähiliikuntapaikkasi seuraavana? Kysy lisää rahoituksesta Keski-Suomen Leader-ryhmiltä tai Keski-Suomen ELY-keskuksesta.
www.keskisuomenmaaseutu.fi

