



Kulttuuri- ja  
yleisurheilupäivät  
**MIELLEN VUOKSI**  
26.-28.8.2016

Imatra

## OHJELMA

### Perjantai 26.8.2016

9-18 Ilmoittautuminen

11-13 *Buffetlounas*

14-14 Avajaiset

14:30-17 Työpajat:

- Korttityöpaja, tuunaa kortti Imatran malliin
- Värityökirjatyöpaja
- Laula kanssain – lauletaan yhdessä
- Karaoke – opi ja onnistu laulamaan karaokea
- Keilaus

- Elokokemus
- Kulttuurivastaavien työpaja
- Tanssin taikaa
- Luonto – liikunta – mielenterveys
- Myönteinen muistelu voimavarana

16-18 *Buffetpäivällinen*

19:00 – Tanssiva mieli - tanssikilpailu, Levytanssit

### Lauantai 27.8. 2016

6:30-11 Majoituville *buffetaamiainen*

8:30-15 Kisakanslia Karhumäen urheilukentällä

10:00 Yleisurheilukisojen AVAJAISET

*Keittolounas* urheilukentällä

Kisat kestää noin klo 17 saakka

16-18 *Buffetpäivällinen* Imatran kylpylässä

19:00 – Iltamat ja karaoketanssit

### Sunnuntai 28.8.2015

6:30-11 Majoituville *buffetaamiainen*

9-12 Imatran Kulttuurikierros

12-13 *Buffetlounas*

Muutokset ohjelmassa ja aikataulussa mahdollisia.

*Työpajojen tarkempi sisältökuvaus sekä avajaisten esiintyjät päivitetään nettiin sitä mukaa, kun ne varmistuvat.*

**KÄÄNNÄ!**

## **Ilmoittautuminen:**

MTKL nettisivulla [www.mtkl.fi](http://www.mtkl.fi), etusivun Kulttuuri- ja yleisurheilupäivien kuvabannerin kautta.

Ilmoittautuminen on avoinna 16.5. - 12.8.2016. Ohjelmaa päivitetään nettisivulle.

## **Hinnat:**

**Liitto laskuttaa tapahtuman jälkeen:** osallistumismaksu 5€/osallistuja (sisältää ohjelman, työpajat ja yleisurheilu-kisat) sekä keittolounas urheilukentällä 3 euroa (jauheliha-/kasviskeitto, leipä, levite, vesi/mehu). Lounas varataan etukäteen ilmoittautumisen yhteydessä).

Osallistumismaksun lisäksi osallistujat vastaavat itse matka-, majoitus- ja ruokailukuluista. Imatran Kylpylä on tehnyt tarjouksen ruoka- ja majoituspalveluista ja osallistujat varaavat itse suoraan tarvitsemansa palvelut.

Majoitus- ja ruokahinnat löytyvät netistä [www.mtkl.fi](http://www.mtkl.fi), etusivulla olevan Kulttuuri- ja yleisurheilupäivien kuvabannerin kautta.

## **Imatran Kylpylä**

Purjekuja 2, 55420 Imatra

Puh +358 (0)20 7100 502

[myynti@imatrankylpyla.fi](mailto:myynti@imatrankylpyla.fi)

Ilmoita varauksen yhteydessä MTKL tapahtuma 26.-28.8.

Imatran rautatie- ja linja-autoasemalle on matkaa 5 km, keskustaan 8 km.

## **Tanssiva mieli – tanssikilpailu**

*”Nyt rohkeasti suunnittelemaan tanssiesityksiä ja yllättämään yleisö mieleenpainuvalla tanssiesityksellä.”*

Tanssiva mieli – tanssikilpailu kisataan perjantai-iltana 26.8. Imatran Kylpylän ravintolasalissa.

Ilmoittautuminen tanssikisaan [www.mtkl.fi](http://www.mtkl.fi). (Ilmoittautumisaika 16.5. - 12.8.). Tanssikisan esitykset voidaan suorittaa yksin, kaksin tai ryhmässä.

Esityksen musiikki on toimitettava CD-levyllä Kulttuuripäivien infotiskille perjantaina 26.8

## **Yleisurheilukisat**

Yleisurheilukisat kisataan Karhumäen kentällä. Imatran Kylpylästä matkaa kentälle on n. 1,8 km. Yhteiskuljetusta kentälle ei ole järjestetty. Yleisurheilukisoissa kisalajeina ovat 1000 m:n kävely, 3-ottelu (60 m:n juoksu, pituushyppy, kuulantöntö) sekä ruotsalaisviesti. Kisarajat ovat kymmenen vuoden välein naisille ja miehille erikseen (yleinen, 40v, 50 v, 60v ja 70v.) Yleiseen sarjaan kuuluvat kaikki 39-vuotiaat ja sitä nuoremmat. 40-vuotiaitten sarjaan puolestaan kuuluvat kaikki, jotka täyttävät tänä vuonna 40-49 vuotta. 50-vuotiaiden sarjassa kilpailevat 50-59-vuotiaat jne. Ruotsalaisviesti juostaan sekajoukkuein, joten siinä vain yksi sarja. Jokainen kilpailija saa omasta suorituksestaan pisteitä sijoituksensa perusteella omalle yhdistykselle. Eniten pisteitä kerännyt yhdistys voittaa yhdistyskisan. Tarkemmat yleisurheilukisan säännöt julkaistaan MTKL:n internetsivuilla. Sääntöjä voi kysyä myös liikuntasihteeriltä. Kisoihin ilmoittautuminen päättyy 12.8.2016. Jälki-ilmoittautuneita ei voida ottaa mukaan kisoihin. Kisojen toimitsijatehtävistä vastaa Imatran Urheilijat ry. Kentällä on myös hauskoja oheislajeja, joihin voi osallistua ilman ennakoilmoittautumista.

*Tervetuloa Imatralle!*

## **Lisätietoa:**

Kati Rantonen 046 920 6427

Helena Koskelo-Suomi 050 362 7637

## **Lisätietoa ilmoittautumisesta:**

Maie Puusaar 040 512 0125