

# KESKI-UUDENMAAN

# Yleisurheilu

2/2021



Järvenpää – Kerava – Tuusula

[www.kuy.fi](http://www.kuy.fi)



## Positiivista energiaa

Haluamme jakaa hyvää energiaa myös käytännön teoilla. Tuemme vuosittain harrastamis- ja liikuntatoimintaa, painottaen erityisesti lasten ja nuorten seuroja. Näin voimme osaltamme edistää alueemme hyvinvointia ja elinvoimaisuutta.

**Valitse vastuullinen: [keravanenergia.fi/vastuullisuus](https://keravanenergia.fi/vastuullisuus)**

# KESKI-UUDENMAAN YLEISURHEILU RY

## YHTEYSTIEDOT:

Sähköposti toimisto@kuy.fi  
Nettisivut www.kuy.fi  
Tilinumero FI2550921220107441  
Y-tunnus 1605559-1  
Jäsenmaksu 30 euroa

## Toimiston osoite:

Uudenmaantie 7,  
04410 Järvenpää



## Toimistolla työskentelevät:

Toiminnanjohtaja toimisto@kuy.fi 050 408 1959 (arkisin 9-17)  
Nuorisopäällikkö nuoriso@kuy.fi 045 893 6705 (arkisin 9-17)

## Julkaisija:

Keski-Uudenmaan Yleisurheilu ry

## Vastaava päätoimittaja:

Seppo Norpila

## Yhteyshenkilö:

Ani Viherlinna 050 408 1959  
toimisto@kuy.fi

**Taitto:** Petri Kuhno

## Ilmoitusmarkkinointi:

Media X-Pertti Oy,  
Aseman-Aukio 7, 04200 Kerava; PL 61, 04201 Kerava.  
Email: media.xpertti@saunalahti.fi

## Laskutus ja ilmoitusmarkkinoinnin valvonta:

UL Urheilun Laskutuspalvelu, PL 61, 04201 Kerava  
Puh. 050 5014915

**Painopaikka:** Punamusta Oy



Keski-Uudenmaan  
Yleisurheilu

***KOTIMAISIA AEROSOLEJA  
monessa muodossa  
vuodesta 1981***

 **Pentisol**

*www.pentisol.fi*

# LV//PAKKI

Ilmastointilaitteiden huollot, korjaukset, säädöt,  
asennukset ym.

## HOTULUFT OY

Perttula  
puh. 2761878, auto 0400 302963, fax 2761278

# SIMEON

## LUNDBERG PYÖRÄLIKE

Santaniitynkatu 2, 04250 KERAVA • www.lundberg.fi  
09 294 8456 • lundberg@lundberg.fi

# STEN

teräksellä tulokseen

Rakennuspalvelua Uudellamaalla vuodesta 1972  
erikoisalana teollisuus-, liike- ja julkinen rakentaminen

**rakennustoimisto  
nouslainen oy**  
Sementitehtaankatu 27  
04260 KERAVA  
Puh. 009 2747 260  
Fax 009 2747 2690  
www.raksto-nouslainen.fi myynti@raksto-nouslainen.fi

## Pohjois-Espoon Tili- ja Lakipalvelu

puh. 09-27699600

## Kauko Kajolinna Ky

Erlaisia rakennus- ja myymälä-  
REMONTTOINTIA  
Siiippoontie 363, 01940 Palojoki  
Puh. 2503587, auto 0400 459896

## NSP-Sähköpalvelu Oy

Ketunkopintie, 05100 Röykkä  
p. 0500 439224, 0500 469021,  
fax 09-27699620

kaikki trukkimerkit  
**trukkihuoltomarjetaoy**  
täyden palvelun trukkitalo

## AUTOSALPA

ALIKERAVANTIE 26, 04250 KERAVA **WWW.AUTOSALPA.FI**  
Automyynti arkisin 9-17, la 10-14 Huolto arkisin 7.30-17.30  
puh. 020 7799 505 puh. 020 7799 510  
Lounaskahvila Salpaparkki arkisin 7.30-15, lounas 10.15-14  
Puh. hinnat: 8,35 snt/puh + 16,69 snt/min

Liukuovet, liukuovikaapistot,  
markiisit ja lasitusyöt Tuusulasta



Työkkyrantie 19  
05400 Jokela  
Puh. 0400 426 326  
raimo@tirafax.fi  
www.tirafax.fi

## AK-RAUDOITUS OY

Raudoittajantie 1, 06450 Porvoo  
Puh. 019-653 360  
0400 489 915, 050 358 1258  
Fax 019-653 364  
Raudoitustyöt kokonaispalveluna  
Edullisesti ammattitaidolla (RI/RKM)

## PAKETO OY

MISSÄ TYNNYRI ON KATSO PAKETO.COM  
KUNNOSTETUT IPC-KONTIT JA TYNNYRIT  
puh. 09-274 4580, 0400 503 739  
Kisällintie 7, Kellokoski  
www.paketo.com

**JETLEX OY**  
Pulverimaalausta  
(09) 292 1628  
jetlex@co.inet.fi 0400 971 507  
Rajalinnantie 10, 04500 KELLOKOSKI

## Kuljetus ja Maanrakennus P. Salonen Oy

Seutulantie 3-5 A, 04410 Järvenpää  
Salonen Pekka 0400 481 249  
Salonen Pasi 0400 850 670  
pasi@salonenoy.fi  
www.salonenoy.fi

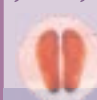
## LEFFAAN TÄNÄÄN?

VARAA LIPUT NETISTÄ

**www.studiot123.com**

**STUDIO 123**  
Helsingintie 12 Järvenpää

JALKOJEN TERVEYDENHOITOPALVELUJA



Jalkaterapeutti AMK  
Katja Tuominen

www.jalkaterapia.net

Järvenpään Jalkaterapia Oy

Sibeliuksenkatu 14 A 12, Järvenpää  
Puh. 050 465 7212

Ajanvaraukset puhelimitse ma-to 9-17, pe 9-14

Herkkuja jo v. 1951

Uudenmaan  
**Herkku**

Leipomonmyymälä  
ark. 6.30-17, la 8-13.30  
Kytömaantie 4, Kerava  
puh. 09 - 274 6610

Soita meille 040-193 1110

tai

myynti@kenttapesu.fi

niin sovitaan ajankohta milloin  
tulemme puhdistamaan  
kenttänne!

**JataPet**  
• ASIAVUUNTEVA • PALVELUVA • MONIPUOLINEN •  
Palopellonkatu 1, Kerava  
www.jatapet.fi  
p. 09 271 1122 info@jatapet.fi

Kaapeli-  
asiantuntemusta  
vuodesta 1985  
**TIETOSÄHKÖ OY**  
vuodesta 1985  
www.tietosahko.fi

# Mi Da'S

Ihohoito keskus

Puh. 010 3200 410, www.midas.fi



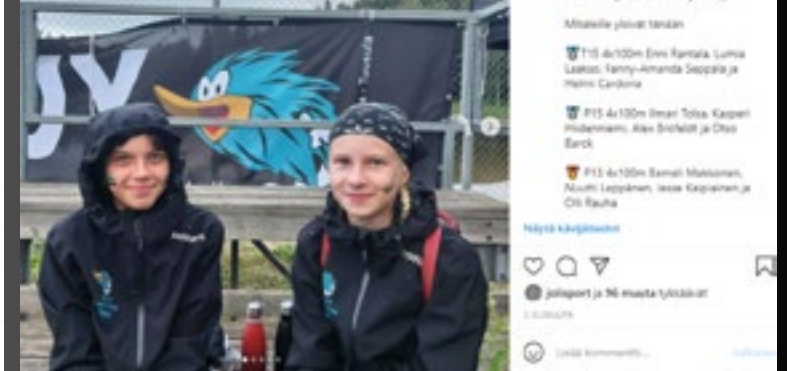
TÄYDENTÄÄ HYVÄÄ ELÄMÄÄ

Suomen aurinkoisin vitamiiniperhe.  
Vain apteekista.

# SEURAA MEITÄ INSTAGRAMISSA!

 #keskiuudenmaanyleisurheilu

Tiedät ensimmäisenä missä tapahtuu ja mitä urheilijoillemme kuuluu :)





## Lajittele oikein. Se on hyvä ympäristöteko.



Lue lisää lajittelusta ja meistä verkkosivuiltamme [www.kiertokapula.fi](http://www.kiertokapula.fi)

# KIERTOKAPULA

VASTUULLISIA YMPÄRISTÖTEKOJA






[www.kiertokapula.fi](http://www.kiertokapula.fi)

# TERVETULOA TUTUSTUMAAN RAKENTEILLA OLEVIIN KOHTEISIIN



## SOVI OMA ESITTELYAIKA!



### VALMISTUU SYKSYLLÄ 2021

Asunto Oy Järvenpään Kipinä on valmistumassa erinomaiselle paikalle omalle tontille osoitteeseen Vaarinkatu 1. Modernista varustelusta ja laadukkaista materiaaleista syntyvät nämä ylelliset kodit. Muuttamaan pääset tämän vuoden loka-marraskuun vaihteessa.

#### Jäljellä olevat huoneistot

Huoneisto	Neliöt	Velkaosuus	Velaton mh.
2h+kk+s	45,5m <sup>2</sup>	119.775,21	212.712,50
2h+kk+s	53,5m <sup>2</sup>	140.846,77	214.000,00
3h+kk+s	72m <sup>2</sup>	189.459,24	307.440,00

Katso lisätiedot »fhasunnot.fi



### VALMISTUU KESÄKUUSSA 2022

Asunto Oy Järvenpään Liekki rakennetaan Järvenpään omalle tontille osoitteeseen Lääkärintie 2. Sijainti on mitä parhain, kaikki palvelut löytyvät läheltä ja lähijuna vie Helsingin keskustaan noin puolessa tunnissa. Liekki rakennetaan syksyllä valmistumassa olevan As

Oy Järvenpään Kipinän viereen. Asumismukavuutta luovat nykyaikainen ja tasokas varustelu sekä laadukkaat pintamateriaalit. Liekki valmistuu kesäkuussa 2022.

#### Esimerkkihintoja

Huoneisto	Neliöt	Velkaosuus	Velaton mh.
1h+kk+alk	27,5m <sup>2</sup>	75 068,31	137 500,00
2h+kk	43m <sup>2</sup>	117 365,67	180 600,00
2h+kk+s	46m <sup>2</sup>	125 558,40	195 500,00
2h+kk+s	50m <sup>2</sup>	136 418,55	200 000,00
3h+k+s	79m <sup>2</sup>	215 678,48	363 400,00
3h+k+s	81m <sup>2</sup>	221 203,81	368 550,00

Katso lisätiedot »fhasunnot.fi



VALMIS  
KOHDE



Asu parhaalla  
paikalla  
ydinkeskustassa

Upea kahdeksankerroksinen hissitalo valmistui Järvenpään ydinkeskustaan, lähelle Tuusulanjärveä ja monipuolisia palveluita. Jäljellä on vielä kolmioita ja yksi kaksio. Nykyaikaisin menetelmin ja materiaalein rakennettu talo on edullinen ja turvallinen asua.

#### Esimerkkihintoja

Huoneisto	Neliöt	Velkaosuus	velaton mh.
2h+kk+s	48m <sup>2</sup>	114.225,17	236.400,00
3h+k+s	76m <sup>2</sup>	180.997,75	323.000,00

Katso lisätiedot »fhasunnot.fi

## SOVI OMA ESITTELYAIKA!



FH ASUNNOT

Esittely  
ja myynti

Fh asunnot  
Kartanontie 9, Järvenpää

Catarina Helenius 050 466 4889 catarina.helenius@fhinvest.fi  
Paula Piela-Sumusalo 050 326 1617 paula.piela-sumusalo@fhinvest.fi

Rakennuttaja  
FH Invest



# VEKARAJUMPPA 2 - 3 - VUOTIAILLE



**VEKARAJUMPASSA LAPSI PÄÄSEE  
HARJOITTELEMAAN LIKUNNAN  
PERUSTAITOJA YHDESSÄ TUTUN  
AIKUISEN KANSSA**

Järvenpäässä lauantaisin klo 10.00 - 10.45

ALOITUS 9.10.2021

ILMOITTAUMINEN [KUY.FI](http://KUY.FI)

TIEDUSTELUT 045 893 6705 TAI [NUORISO@KUY.FI](mailto:NUORISO@KUY.FI)

## Rakennus-Tamminen Ky

Vehkatie 17-21 C 6, 04400 Järvenpää  
puh. 09-2715855  
rak.mest. Reijo Tamminen 0500 460447

## Kispe Oy

-Konesaumatut peltikatteet ym.  
-Peltisepäntyöt. 040-513 9092  
Järvenpää

## Järvenpään Rakennustaito Oy TUUSULA

## Monitoimi- renkas Oy

Ilveskuja 4, 01900 Nurmijärvi  
puh. 09-2966970, fax 2966968  
Kimmo Haili 050 4404195  
Av. ma-pe 9.30-17.30, la tarvittaessa  
- Rengasmyynti ja -asennus  
- Autojen käsinpesut

## F BOX PALVELUVARASTOT



SUOMEN  
AMMATTIVALOKUVAAJAT RY



PASSIKUVAN  
AMMATTILAISEN

## CameraShop Digital Studio

Järnefeltinkatu 1, 04400 Järvenpää / www.camerashop.fi

USKO, TOIVO, RAKASTA  
KERAVAN TAIVAAN ALLA

www.keravanseurakunta.fi

Keravan seurakunta  
@keravansrk

## ASUNTOYMPYRÄ

Järnefeltinkatu 7, 04400 JÄRVENPÄÄ  
www.asuntoympyra.com | jarvenpaa@asuntoympyra.com

## SähköHessu Oy

Miilukatu 1, 04440 JÄRVENPÄÄ  
puh. 0400-607 879

## Suomen Rakennus ja Ilmastointi Oy

Terholantie 37 A, 04430 Järvenpää  
050 560 6111  
Asuin- ja muiden rakennusten rakentaminen

## Keijo Valve Ky

Raitatie 6, 04480 Haarajoki  
+358400 609 900  
Rakennuspaikan valmistelutyöt

Järvenpää - Kerava - Tuusula - Hyvinkää  
KAIKKI SÄHKÖASENNUKSET JA KORJAUKSET



## TR-SÄHKÖ OY

Soita 09 283 831

www.tr-sahko.fi  
Uudenmaantie 7, Järvenpää



## SE-HALLIT OY

- TOIMITILAT VUOKRAA JA RAKENTAA -

www.se-hallit.fi

0400 814 364 / Sasu Enjala

## TUUSMOTOR

Hiekkamäentie 11  
04300 Tuusula  
info@tuusmotor.fi  
p. 09-83667810  
MP:t - Mopot - Mönkijät



## Maalaus- ja Remonttipalvelu Hiidenniemi

Ruistie 15, 04410 Järvenpää, Puh 040 5811 498  
(Huoneistoremontit, asuin- ja  
muiden rakennusten rakentaminen)

**K Supermarket**  
**HYRRÄ**

Autoasemankatu 1, Hyrylä  
puh. 09-279 8210  
ma-pe 7-22, la 8-21, su 10-21

Parkkitasolla, alakerrassa on  
**140 AUTOPAIKKAA**

postti  
Tilaa nyt  
Osta

Parkkitasolla, alakerrassa on  
**140 AUTOPAIKKAA**

Facebook logo, Recycle logo, Veikkaus logo

## TTL Inssit Oy

Sampolantie 12, 04310 Tuusula  
050 5677330, ttl.inssit oy@elisanet.fi  
-sähkömittaukset, sähköverkkoanalyysit,  
sähkölaitteiden käytönjohto

## KOLARIKORJAAMO AUTOMAALAAMO JOMARI OY

Vahinkotarkastukset teemme paikan päällä  
Vakuutusyhtiön hyväksymä  
sijaisautot veloituksetta korjauksen ajaksi  
• katsastusremontit, tuulilasi vaihtotyöt  
• autopeltityöt • autorobotit • takuutyö  
• kaikki merkit • myös matkailuautot

Ari Leponiemi Puh. 0400 504 078  
Jukka Nokkonen Puh. 040 523 8557  
Jäspilänkatu 16, 04250 Kerava

## Keräyspaperi & Kuljetus Lindholm Ky

Puh. (09) 242 5459, 0400 431 032 Taisto Lindholm  
kerayspaperi.lindholm@kolumbus.fi  
www.kolumbus.fi/kerayspaperi.lindholm  
Välitie 38, 04340 TUUSULA

• VAIHTOLAVAKULJETUKSET  
• Kartongin-, lasin- ja metallinkeräys  
• Paperin- ja pahvinkeräys • Tuhoamispalvelut  
• Keräysvälineiden välitys • Molok-nostin

## FYSIOSTUDIO

-Liikettä ammattitaidolla-

• OMT fysioterapia • Urheiluvammojen kuntoutus • Hieronta  
Koivikontie 10 KERAVA | 09 - 294 0218 | www.fysiostudio.fi

## TAIDEKEHYSTAMO HENRIKA

www.henrika.fi

Mannilantie 19, 04400 JÄRVENPÄÄ  
(09) 271 1154  
ti-pe 10-17 la 10-14  
(kesälauantaisin suljettu)  
Täyden palvelun kehystämö  
**Tervetuloa!**







# LIIKUNTALEIKKIKOULUT 4 - 6 - VUOTIAILLE

**OIVALTAMISEN ILOA JA  
ONNISTUMISEN ELÄMYKSIÄ!**

Kerava - tiistaisin

Hyrylä - keskiviikkoisin

Kellokoski - torstaisin

Järvenpää - lauantaisin

HARJOITUKSET KERRAN VIIKOSSA 4.10.2021 - 1.5.2022

ILMOITTAUMINEN KUY.FI

TIEDUSTELUT 045 893 6705 TAI NUORISO@KUY.FI



Nettihuutokaupat löydät osoitteesta:

[www.realisointia.com](http://www.realisointia.com)

O.P. Realisointipalvelu Oy  
Tied. 010 292 1880 / Ollanketo



**KESKI-UUDENMAAN  
ILMASTOINTIOY**

**Paikallinen ja palveleva  
isännöintiyritys**

Ota yhteyttä,  
kartoitetaan yhdessä  
taloyhtiösi tarpeet.

p. 045 265 0558

[www.jpvi.fi](http://www.jpvi.fi)



**Tuusulan Hammaslääkäriasema Oy**

HYRYLÄNTIE 9, 04300 TUUSULA  
KAIKK. HAMMASLÄÄKÄRIPALVELUT  
PELIKOPOTILAIDEN HELLÄVARAINEN HOITO.  
PROTEETTIKKA, ESTEETTINEN HAMMASHOITO.

**MERVI SAJALAHTI**  
Hammaslääkärin

**AJANVARAUS 09-273 2770**  
KELAN SUORAKORVAUS  
[www.tuusulanhammaslaakariasema.fi](http://www.tuusulanhammaslaakariasema.fi)

SÄHKÖPALVELU  
**KOSKELA OY**

• LUOTETTAVAA SÄHKÖPALVELUJA JO YLI 30 VUOTTA •

- |                         |                         |
|-------------------------|-------------------------|
| • Sähköasennukset       | • Uudisrakennukset      |
| • Sähköarvionneet       | • Ilmalämpöpumput       |
| • Huollot ja korjaukset | • Sähköalan erikoistyöt |
| • Saneeraukset          | • Urakoitit             |

Kesäkatu 5, 04500 Kellokoski • Puh. (09) 262 653, Fax. (09) 292 1178  
etu@koskela.fi / sähköpalvelukoskela.fi

[www.sahkopalvelukoskela.fi](http://www.sahkopalvelukoskela.fi)

**Aina meille jos on ongelmia**

Operaattoripalvelut • Tietokoneet  
Tarvikkeet • Puhelimet  
Myynti • Huollot

**PETELE**

Kultasepänkatu 4 Kerava • 0207 689 000 • [petele.fi](http://petele.fi)



**SORALIIKE  
WINQVIST ERIK KY**

Toimitamme:

• mursketta • sepeliä • kivituhkaa • hiekkaa

Noutomyynti Isonkiventie Hyrylä Tuusula

Myös 500 kg:n ja 1000 kg:n säkeissä  
Puh. 040 727 1725 tai 0400 456 918



Seuraa meitä.

TÄYDEN PALVELUN LIIKE  
**MS-Valaistus Oy**

Maan laajin valikoima laatuvalaisimia

Avoimna: ark. klo 10-18, la. klo 9-14.  
Määräkorvenkaari 19, 04340 Tuusula

[www.ms-valaistusoy.com](http://www.ms-valaistusoy.com)

**LämpöPalvelu** **oilon**  
**AALTO**  
PETRI AALTO 040 965 2000  
• Öljypolttimet • Säätoautomatiikat • Paisunta-astiat  
• Kiertovesipumput • Patteriventtiilit  
• Kattilan vaihdot • Lämminvesivaraajat  
[www.oiljypoltinhuolto.fi](http://www.oiljypoltinhuolto.fi) Järvenpää  
[aalto.petri@elisanet.fi](mailto:aalto.petri@elisanet.fi) **24h**  
LVI

**allaway**  
KESKUSPÖLYMURIT  
[www.allaway.fi](http://www.allaway.fi)

Rengasverkko tukee  
Nuorisourheilua!  
**Rengasverkko**  
050 5285 349, 09-294 5046  
[www.rengasverkko.net](http://www.rengasverkko.net)  
[myynti@rengasverkko.net](mailto:myynti@rengasverkko.net)

**SETPAL OY**  
Ruohosuontie 25, 05200 Rajamäki  
puh. 0400 475620, fax 2903151  
[setpal.oy@kolumbus.fi](mailto:setpal.oy@kolumbus.fi)  
- Suoritamme  
louhintatyöt, maansiirtotyöt,  
konetyöt

**ATR KERAVA** AUTOPELTIKORJAAMO  
Antti Turunen  
Tel. 020 50 360 917  
[atrkava@gmail.com](mailto:atrkava@gmail.com)  
AUTOPELTI- JA KOLARIKORJAUS - AUTOMAALAU  
Rajatie 40, 04260 Kerava  
MYÖS VAKUUTUSYHTIÖIDEN TYÖT

**Nuppulinna Kaivukolmio Oy**  
Puh. 0400 409 170  
KAIKKI MAANRAKENNUS TYÖT  
AMMATTITAITIDOLLA  
\* Omakotitalon ja teollisuushallien pohjatyöt  
\* Salaojitus  
\* Kunnallistekniikka  
\* Sorstolmitukset  
[www.kaivukolmio.fi](http://www.kaivukolmio.fi)

**BM**  
RAUDOITEKONSULTIT  
RAUDOITTEITA OMAKOTITALOSTA PAPERITEHTAISIIN  
Puurtajankatu 32, 04440 JÄRVENPÄÄ  
Puh. 0207 437 900, Fax 0207 437 909  
Backman 0400 498 888  
Sähköposti: [juha.backman@bmradoite.fi](mailto:juha.backman@bmradoite.fi)  
Internet: [www.bmradoite.fi](http://www.bmradoite.fi)  
- Kaikki raudoitusalan työt

Merkkituotteet kodin  
kunnostamiseen ja remontointiin  
**Colornova**  
Kodin uusi ilme  
[colornova.fi](http://colornova.fi)

**TEKNOHAUS**  
Suomen Teknohaus Oy  
Tuusula  
[www.teknohaus.fi](http://www.teknohaus.fi)



# KUY Games

KUY



# PM-VIESTIT



# Seuracup

SEURACUP



# Seurakisat



**Teräspalvelukeskuksen varastosta suoraan:**



**20 vuoden takuu!**

- SSAB:n takuutakuusta valmistetut katto- ja seinäpellit, tilikuvipelti 0,6 mm materiaalivahvuudella ainoana Suomessa.
- Sädevesijärjestelmät
- Kattoturvatuotteet • Listat ja asennustarvikkeet

**www.janla.fi**

**JL JanLa Oy**

Reinikan 19, 01900 Nummijoki  
Puh. 010-843 3100 • Fax 010 843 3101

**carhartt**  
WORK IN PROGRESS

**BEAMHILL**  
Mannilantie 40, Järvenpää  
www.beamhill.fi ☎ 09 251 0602

**HYMY KUNTOON + MUKAVA PALVELU**

Hammaslääkäri Arttu Leppäluoto ja  
Suuhygienisti Heini Holopainen-Repo

**VARAA AIKA NETISTÄ**

**plusterveys**  
hmlleppaluoto.fi

Puh. 09 294 4847 | Kauppakaari 13, Kerava | hmlleppaluoto@plusterveys.fi

**Neste K Alikeraavantie**  
Alikeraavantie 25, 04250 Kerava  
Puh. 09-294 2736

**QUICK WASH**  
Puhtain auto

**Paremmen pysähdysten taktiikka.**

**K Supermarket**  
PAJALA

**NURMIJÄRVEN RAKENNUSPELTI OY**

Hallitie 4  
01810 Luhtajoki

**KIINNIKKEET SISÄRAKENTEISIIN JA TEOLLISUUDEN TARPEISIIN**

Puh. 0400-817 486  
nrp@rakennuspelti.com

[www.rakennuspelti.com](http://www.rakennuspelti.com)

**Meiltä löydät puutarhaasi kaiken tarvitsemasi!**



- ✿ Kesäkukat
- ✿ Ruukkukukat
- ✿ Ampelikasvit
- ✿ Taimistotuotteet
- ✿ Pensaat ja perennat
- ✿ Mauste- ja hyötykasvit
- ✿ Ruukut, mullat, lannoitteet
- ✿ ja muut tarvikkeet

Tervetuloa koko perhe!

PUUTARHA TRÄDGÅRD  
**Söderblom**

Laaksoontie 45 SIPOO 04130 SIBBO Dalkkärrsvägen 45  
☎ Anne 050 357 3726 ☎ Olle 050 621 49  
[www.soderblompuutarha.com](http://www.soderblompuutarha.com)

**Huili.**

Ravintola Huili  
Rantakatu 5  
Rantapuisto  
04400 JÄRVENPÄÄ  
Puh. (09) 273 2155

Lounas  
À la carte  
Juhlapalvelut  
Kokouspalvelut  
Sauna  
Kesäterassi

[www.huilimaan.fi](http://www.huilimaan.fi)  
[myynti@huilimaan.fi](mailto:myynti@huilimaan.fi) *Tervetuloa Huiliin!*

**WinWin.fi**

Kaikki hallintopalvelut tehokkaasti ja edullisesti, myös NETTIPALVELUNA!

**auditorisoitu**  
KAY 150 5001

**Oikea suunta!**

**Tilitsto WinWin**  
Kartanontie 12, J:pää  
Viilppulatie 10, Helsinki  
Puh. 0104250190

**Fixus**

**Merkillisen hyvät osat!**

**Keravan Auto**

Santaniitynkatu 3, Kerava  
P. 010 292 1180  
[myynti@keravanauto.fi](mailto:myynti@keravanauto.fi)

**Avoinna:**  
la. 10.00-14.00  
ark. 8.30-17.00

**Elämme vedestä**

**HyXo Oy**

HyXo Oy  
Palokorvenkatu 2  
PL 16  
04261 KERAVA  
Puhelin 010 417 4500  
Faksi 010 417 4501  
[hyxo@hyxo.fi](mailto:hyxo@hyxo.fi)

# TOIMINTAA TUKEMASSA K CITYMARKET

KERAVA

Nikonkatu 1, 04200 Kerava

Puh. 0105389300



ASFALTTIURAKOINTI KK OY

## ÄLÄ OHITA - ainakaan asfalttiasioissa

Olemme joukko kokeneita alan ammattilaisia ja meillä on erittäin kattava palveluvalikoima asfalttiurakoinnissa aina pienpaikkauksista suuriin urakoihin. Asiointi kanssamme on helppoa ja joustavaa.

ASFALTTIURAKOINTI KK OY / WWW.ASFALTTIURAKOINTIKK.FI  
PUH. 0400 491 950 / KK@ASFALTTIURAKOINTIKK.FI

# MÄKELÄN



## PÖLLÖKLUBI



### Suomalaisen Pöllöklubi on etujen aarreaitta.

Liity Suomalaisen Pöllöklubiin jo tänään! Kysy lisää henkilö-kunnaltamme.

*Muuta mielenkiintoiseksi*

**SUOMALAINEN**  
KIRJAKAUPPA

Järvenpää, Prismakeskus  
Kerava, Kauppakeskus Karuselli



**Lähiapteekki**  
JÄRVENPÄÄ

Mannilantie 44, Järvenpää, 09 279 8030

[www.jarvenpaanapteekki.fi](http://www.jarvenpaanapteekki.fi)

**Palvelemme:**

**Ma-pe 8-20 La 8-18 Su 10-18**

K-SUPERMARKET OREGANOSTA LÖYDÄT KAIKKI K-SUPERMARKETTIIEN YHTEISET TARJOUKSET.



**Monipuolinen,  
edullinen ja palveleva  
ruokakauppa!**

Muista myös edullinen käyttötavaraosastomme (1. krs).

**K Supermarket**  
OREGANO

Tavallista parempi Ruokakauppa  
Koivikontie 12, Savio. Puh. 274 7560  
Palvelemme ark. 7-21, la 7-20, su 10-19

# K Market

AHJONTORI

Ratatie 24, Kerava  
p. 09-274 5650,  
Ark 7-22, la 8-22, su 10-22

[www.k-market.fi](http://www.k-market.fi)

# INTERSPORT

JÄRVENPÄÄ

Helsingintie 4-8, 04400 Järvenpää • P. 279 7200  
Palvelemme ma-pe 10-19, la 10-15, su 12-16



# YLEISURHEILUKOULUT 7 - 10 - VUOTIAILLE

**MONIPUOLISTA TREENIÄ ILOISELLA  
MIELELLÄ!**

Kerava - tiistai ja perjantai

Hyrylä - maanantai ja keskiviikko

Kellokoski - tiistai ja torstai

Järvenpää - maanantai ja torstai

Jokela - lauantai

HARJOITUKSET KAKSI KERTAA VIIKOSSA 4.10.2021 - 1.5.2022

ILMOITTAUMINEN KUY.FI

TIEDUSTELUT 045 893 6705 TAI NUORISO@KUY.FI



# Viihtyisiä vuokrakoteja

Tuusulan Hyrylässä Rykmentinpuistossa



KRUUNU  
ASUNNOT

- Luotettava vuokranantaja
- Lemmikit tervetulleita
- Ilmainen 10 Mbit/s netti

Katso vapaat asunnot  
ja lähetä hakemus:  
[kruunuasunnot.fi](http://kruunuasunnot.fi)



Maalit, tapetit, keraamiset laatat,  
lattianpäällysteet, pienrauta



Käy  
tutustumassa  
[rtv.fi](http://rtv.fi)

Palvelua, Osaamista, Valikoimaa



**Paras**

[rtv.fi](http://rtv.fi)

**Sisustuskauppa**

Järvenpää: Pohjoisväylä 60, puh. 020 7415 480  
Kerava: Alikervantie 35, puh. 09 5465 1800

## HIILINEUTRAALI PAINOTUOTE ON KÄSINKOSKETELTAVA YMPÄRISTÖTEKO

Tarjoamme nyt kaikki mainospainotuotteet ja  
viestinnän materiaalit **100 % hiilineutraalisti**  
jokaiselle asiakkaallemme.



**punamusta**

[www.punamusta.com](http://www.punamusta.com)

## RÄÄTÄLÖIDYT ISÄNNÖINTIPALVELUT Keski-Uudellamaalla

**Taloasema Keski-Uusimaa Oy**

[reijo.hyvarinen@taloasema.fi](mailto:reijo.hyvarinen@taloasema.fi)

**p. 040 1577661**

**[www.taloasema.fi](http://www.taloasema.fi)**

**PYYDÄ  
TARJOUS**

**taloasema**

Isännöinnin tulevaisuus







# HARJOITUSRYHMÄT 11 - 17 -VUOTIAILLE



**MONIPUOLISTA FYYSISTEN  
OMINAISUUKSEN KEHITTÄMISTÄ JA  
YLEISURHEILUA!**

Järvenpää 11-13 maanantai ja keskiviikko

Järvenpää 14-17 tiistai ja torstai

Hyrylä 11-15 maanantai ja keskiviikko

HARJOITUKSET KAKSI KERTAA VIIKOSSA 4.10.2021 - 1.5.2022

ILMOITTAUMINEN KUY.FI

TIEDUSTELUT 045 893 6705 TAI NUORISO@KUY.FI



## OPISKELU JA LIIKUNTA YHDISTYVÄT KEUDASSA

**Keudassa opiskelijaliikunta tarjoaa ammattiin opiskeleville uusia liikunta-harrastuksia tai mahdollisuuden panostaa myös omaan tuttuun lajiin.**

**Keudassa** jokaiselle opiskelijalle laaditaan henkilökohtainen osaamisen kehittämisen suunnitelma HOKS. Suunnitelma huomio myös liikunta- ja kulttuuriharrastukset, joihin opiskelijoita kannustetaan. Keudan opiskelijaliikuntalajeja ovat mm. jalkapallo, futsal, salibandy, frisbeegolf, beach volley ja maastojuoksu.

**Ammattiin opiskelevilla** on mahdollisuus osallistua Suomen ammatillisen koulutuksen kulttuuri- ja urheiluliitto SAKU ry:n kisatapahtumiin. SAKU ry tarjoaa monin tavoin mahdollisuuden ammattiin opiskelevien oppilaiden liikuntaan ja ryhmäytymiseen sekä tukee koulutuksen järjestäjien toimintaa. Lisää toiminnasta sakury.net.

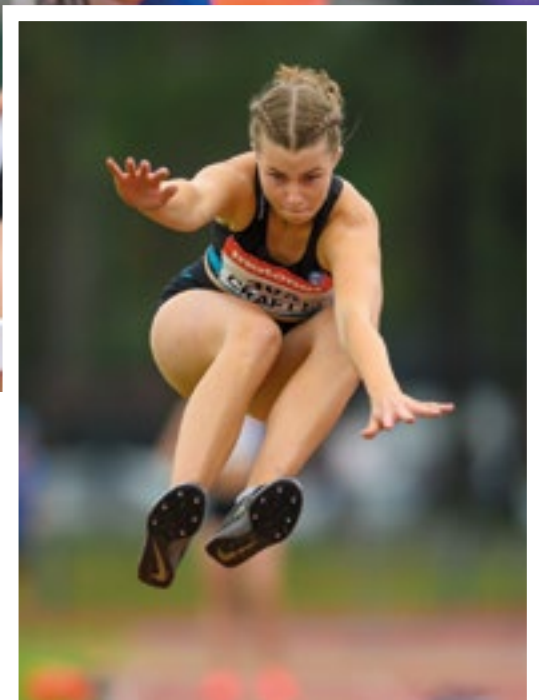
**Liikkuva amis jaksaa paremmin!**

» KEUDA.FI

#uniikki #omapolku #keuda  
#innostava



# Keuda



# KUY – KESÄKAUSI 2021

(15.8. mennessä)

Toisen koronavuoden siirretyt Tokion olympialaiset ovat päättyneet. TV:n välityksellä nähdyt kisat olivat kovatasoiset, mielenkiintoiset ja jännittävät. Suomi sai kaksi pronssia ja kuusi pistesijaa. Yleisurheilun yhtenä kärkinimenä oli Topi Raitanen. Tuusulalaislähtöinen ja seurassamme alkuinnostuksen saanut Topi liittyi hienosti aikaisempien seuramme huippujen ja olympiaedustajien Niina Kelon, Antti Kempaksen ja Mikko Halvarin joukkoon. Tässäpä innoitetta ja uskoa tämän hetken nuortemme toimintaan!

Kotimaan kilpailukausi on kiihtymässä SM-kisojen, maaotteluiden ja alue- ja pm-kisojen osalta. Ohessa tähänastisia tuloksia.

## Suomen mestaruuskilpailut:

### SM-nuoret:

Kerttu Latvala N 22 100m 3., 200m 4.  
Hertta Hankimaa N 22 400m 4., 800m 11.  
Arttu Saari M 22 110m aj 3.  
Laura Kankkunen N 19 5000m kävely 3.  
Anna Bardzinski N 19 3-loikka 20.  
Vilma Mikkola N 17 seiväs 5.  
Siiri Nikula N 17 keihäs 8.

Noora Sihvonen N 17 3-loikka 10.  
Ida Cardona N 17 kiekko 10.  
Emmi Ronkainen N 17 3-loikka 15.  
Kalle Gauriloff M 17 3000m kävely 2.  
Miro Heikkonen M 17 korkeus 5., seiväs 11.  
Evita Santala N 16 100m aj 12., pituus 13.  
Meeri Lehtimäki N 16 kuula 18.  
Konsta Keijonen M 16 3-loikka 6.  
Mila Heikkonen T 15 300m aj 1., 300m 3.  
Lumia Laakso T 15 keihäs 13.  
Enni Rantala T 15 300m 21.  
Helmi Cardona N 16 kiekko 13.  
Otso Barck P15 800m 18.  
Saana Kajander T 14 1500m esteet 3., 800m 7.  
Fanny-Amanda Seppälä T 14 800m 9.  
Hanna Mustonen T 14 korkeus 8., joukkue 4.  
Inga-Sofia Suihkonen T 14 korkeus 18., joukkue 4.

### SM-maastajuoksut:

Saana Kajander T 15 4 km 16.



# KUY:n hallitus esittäytyy



**O**len **Seppo "Sepi" Norpila** syntyperäinen Järvenpääläinen, 58v. eläkkeellä oleva Finnairin lentokapteeni. Perheeseeni kuuluu vaimo ja kolme urheilullista jo aikuista tytärtä. KUY:ssä olen alusta asti toiminut hallituksen jäsenenä ja nyt 4 vuotta puheenjohtajana. Toimin myös seurassa heitto- ja voimavalmentajana, minkä johdosta olen käynyt SUL:n nuoro-

risovalmentaja ja valmentajakurssit heitoissa. Olen myös 4.luokan tuomari toimien laji- ja kilpailunjohtajana. Nuorena [12-20v.] olen harrastanut yleisurheilua lajina 10-ottelu, alasarjoissa myös 20 vuotta koripalloa, 35 vuotta voimanoittoa, jossa noin 50 SM kisaa, 21 EM ja MM kilpailua, noin 40 SM mitalia, parhaina saavutuksina Masters sarjassa useita Suomenmestaruuksia ja MM Hopea. Tänä kesänä parhaat muistot jäivät hyvin sujuneista KUY Gameista ja 14-15v. aluemestaruuskisoista, joissa hyvissä oloissa nuoret tekivät omia ennätystensä. Hyvää loppukesää ja syksyä!



**O**len **Ilja Makkonen**, siviilissä fysiikan tutkija ja yleisurheilussa järvenpääläistynyt Joensuun Katajan kasvatti. Palasin lajin pariin kolmisen vuotta sitten poikani hullaannuttua täysin kilpailemiseen ja aloitin hiljattain toisen kaksivuotiskauteni hallituksessa. Kesän parhaita hetkiä ovat jälleen olleet yhteiset kisa-, leiri- ja karnevaalireissumme. Uutena

roolina seuran omissa kilpailuissa minulla on ollut tänä kesänä maalikameraoperaattorin tehtävä, eli pääsin aiemmista juoksujen toimitsija- ja lähetystehtävistä "siisteihin sisähommiin" (lue: hienhajuiseen Hyrylän koppiin kisakuuluttajien seuraksi).



**O**len **Maisa Grästen** ja toiminut KUY:n kilpailuvastaavana 10 vuotta sekä useita vuosia seuran hallituksessa. Yleisurheilun pariin tulin tyttären harrastuksen myötä 22v sitten. Ja sille tielle jäin. Yleisurheilu lajina on monipuolinen ja mielenkiintoinen, vaikka en sitä itse olekaan kokeillut. Seuratoiminnassa palkitsevinta on yhdessä toimiminen ja samanhenkisyyden.

Kesän 2021 parhaimmat muistot tulevat tietenkin onnistuneista kilpailutapahtumista kuten KUY Games ja aluemestaruuskilpailut. Toivotan kaikki lämpimästi mukaan KUY:n vapaaehtoistoimintaan!



**O**len **Joni Rouhiainen**, seuran valmentaja vuodesta 2012 ja hallituksen jäsen vuodesta 2019. Minulla on taustaa myös urheilijan roolista useilta matkoilta ja edelleen tulee urheilua, mitä nyt vammojen kanssa pystyy. Hienoimmat yleisurheilumuistoni ovat Kalevan kisa finaali juoksuni ja valmennettavien

uudet ennätykset ja onnistumiset. Yleisurheilu on monipuolinen ja itseään sopivasti haastava laji, joten ei muuta kuin piikkarit jalkaan ja kokeilemaan.

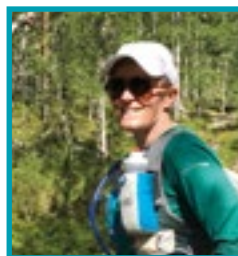


**O**len **Pia Pihlajamäki**, kahden urheilevan lapsen äiti Järvenpäästä. Olen viimeisen kymmenen vuoden ajan kannustanut kentän laidalta seurassa urheilevaa poikaani. Viimeiset kolme vuotta olen lisäksi toiminut seuran kilpailutoimikunnassa sekä viime keväästä alkaen seuran halli-

tuksessa. Kesän 2021 yu-muisto minulla on KUY Gameista, jotka järjestettiin seuran aktiivien ja lukuisten vapaaehtoisten voimin kesäkuussa Tuusulassa.



**O**len **Jörgen Brofeldt**, 64-vuotias aviossa oleva neljän lapsen isä. Olen vanha aktiivi urheilija ja ollut mukana monissa eri Järvenpään seuroissa ja tehtävissä. Työuraa on tullut tehtyä 40 vuotta saman työnantajan palveluksessa.



**O**len **Eira Kärjä**, kahden pojan (16v ja 12v) äiti Järvenpään Haarajoelta. KUY:n toimintaan tulin syksyllä 2009, kun esikoinen aloitti liikkarissa. Seuran hallituksessa olen ollut mukana vuodesta 2015. Yleisurheilu on mielestäni erinomainen liikkuemuoto niin pienille kuin isoillekin urheilijoille ja kuntoilijoille.

Monipuolisesta lajikirjosta löytyy valinnanvaraa ja yleisurheilu sopii myös ohjeislajiksi tukemaan toista liikuntaharrastusta. Itse omaan etanan geenit, joten minulle mieluisin laji on ollut pidempien matkojen juoksu (tai siis hölkkä...) niin maanteillä kuin poluillakin. Hienoimmat muistot vuosien varrelta ovat syntyneet seuran järjestämistä kilpailutapahtumista, Seuracup-finaaleista ja KUY Gameista. Kesästä 2021 mieleen on jäänyt parhaiten 16/17-vuotiaiden SM-kisojen kolmiloikkafinaali Hyvinkäällä. Pääsin ensimmäistä kertaa jännittämään esikoisen SM-kisaa ihan paikan päälle.



**O**len **Kerttu Latvala** ja urheilut Keski-Uudenmaan yleisurheilussa vuodesta 2010 lähtien. Päälajeikseni ovat valikoituneet 100m ja 200m. Nuorempana olen myös tykännyt hypätä pituutta ja juosta aitoja. Mun parhaimpia kokemuksia yleisurheilun parissa ovat olleet erilaiset nuorten arvokisat ja Mikkelin SM-viestit missä otettiin 4x100m viestiporukalla hopea-

mitalit. Tän kesän paras muisto on ehdottomasti Turussa järjestetyt 19/22 vuotiaiden SM- kisat.



## AIKUISTEN YLEISURHEILUKOULU



**MONIPUOLISTA HARJOITTELUA JA  
YLEISURHEILULAJEJA! RYHMÄ SOPII  
KAIKENTASOISILLE JA IKÄISILLE.**

Järvenpää sunnuntaisin klo 18 – 19.30

HARJOITUKSET KERRAN VIIKOSSA 4.10.2021 – 1.5.2022



## TSEMPPIRYHMÄ 9 - 11 - VUOTIAILLE



**JATKORYHMÄ JOKA OSALLISTUU  
AKTIIVISESTI KILPAILUTOIMINTAAN JA  
HARJOITTELEE TAVOITTEELLISESTI**

Järvenpään Yhteiskoulu – maanantaisin

Järvenpään Monitoimihalli – torstaisin

Liikuntakeskus Piironen – lauantaisin

HARJOITUKSET KOLME KERTAA VIIKOSSA 4.10.2021 – 1.5.2022

ILMOITTAUMINEN KUY.FI

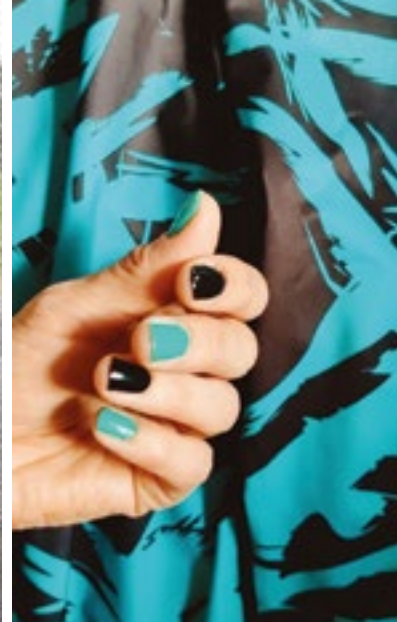
TIEDUSTELUT 045 895 6705 TAI NUORISO@KUY.FI



Urheilu on parasta hyvässä porukassa!



Niina Kelo ja Milla Kelonurmi.



Mustaturkoosi on kisapäivän väri!

# Yleisurheilun vahvuus on monilajisuus

Joli

**K**un Eerikki Hietikko vajaan kolme vuotta sitten ilmaantui ensimmäisen kerran KUY:n aikuisurheilijoiden harjoituksiin, ei hän varmaan silloin itsekään aavistanut, mihin yleisurheilun harrastaminen johtaa. Näillä näkymin se johtaa ainakin mitalin tavoitteluun ja tulosparannuksiin ensi kesän MM-kilpailuissa Tampereella. Nuo aikuisyleisurheilun MM-kilpailut, joihin moni muukin aikuisurheilija tähtää pidetään Ratinan stadionilla 29.6-10.7.2022. Eerikin tarina ja esimerkki kertoo myös sen, että yleisurheilun parista voi jokainen löytää oman lajinsa, josta nauttii, ja voi halutessaan sen myötä päästä nauttimaan myös isojen kilpailujen tunnelmasta.

## Kaveri innosti mukaan yleisurheiluun

Ekku tuli ensimmäisiin treeneihinsä kaverinsa innostamana, ja lähti kokeilemaan, miltä juokseminen tuntuu kuuden vuoden crossfitin aktiivisen harjoittelun jälkeen. Tai oikeastaan crossfit oli jo jäänyt tauolle, ja jotain uutta urheilullista ja mielekästä tekemistä piti keksiä. Siihen saumaan osui sopivasti Eero-kaverin vihjaus KUY:n aikuisten yleisurheilukoulun treeneistä.

## Nälkä kasvoi ja lajivalikoima laajeni

KUY:n upea aikuisurheilijaryhmä sai Ekkun innostumaan muustakin kuin juoksusta. Ryhmän hieno asenne, ”tosissaan mutta ei vakavissaan” sai myös entisen crosfittarin hakemaan laajempaa kokemusta ja laajentamaan lajivalikoimaansa. Toisaalta myös eri lajien haasteet saivat tämän uteliaan yleisurheilun opiskelijan kokeilemaan joka vuosi aina uusia lajeja. Vuoden 2019 ensimmäisissä SM-kilpailuissaan Eerikki Hietikko kilpaili 35-vuotiaiden sarjassa kolmessa lajissa. Kaksi pikamatkaa ja keihäs. Seuraavana vuonna SM-lajiohjelmaan oli tullut jo kahden pikamatkan lisäksi seiväs, moukari ja keihäs. Ja ensimmäinen henkilökohtainen SM-mitalikin tuli jo toisena kilpailuvuotena 35-vuotiaiden seiväshypyssä. Tosin jo edellisenä kesänä oli SM-viesteissä päästy mitalikantaan.

Kolmantena vuotenaan, eli menneenä kesänä Eerikki Hietikko oli henkilökohtaisiksi SM-lajeikseen valinnut jo seitsemän lajia sekä heittojen 5-ottelun. Juoksut olivat Mikkelissä heinä-elokuun vaihteessa pidetyissä SM-mitteloissa vähentyneet sataasen pikamatkaan ja kenttälajeiksi valikoituivat moukari, keihäs, kiekko, kuula sekä painonheitto. Seiväshyppy kuului ainoana hyppyajajina Ekkun la-

jiohjelmaan. Ja mitaleita tuli henkilökohtaisista SM-lajeista yhteensä neljä kappaletta: seiväshypyistä edelleen kultaa, hopeaa keihäessä ja heitto-otteluissa sekä pronssia moukarinheitossa.

## Tavoitteena 10-ottelu

Tulevan harjoitus- ja kilpailukauden yhdeksi tavoitteeksi MM-kilpailujen lisäksi Eerikki Hietikko on asettanut 10-ottelun, jossa varmaan haasteellisin laji tulee olemaan aitajuoksu. 35-vuotiaat juoksevat kuitenkin 110 metrin aitajuoksussa miesten normaaleilla aitaväleillä 9,14m. Onneksi aitakorkeus ei kuitenkaan ole sama kuin yleisessä sarjassa, vaan ainoastaan 99,1. Myös korkeushypyistä ja pituushypyistä ei Eerikillä vielä tässä vaiheessa ole kilpailukokemusta. Mutta kun ottaa huomioon hänen motivaation ja tahtotilan oppia uusia lajeja, en kyllä usko, että lajisuuritukset sinällään suurta ongelmaa aiheuttavat. Iso haaste voi toki olla myös se, että kymmenen lajia suoritetaan kahden päivän aikana. No siksihän Ekku on menneenä kesänäkin SM-kisoissa vetänyt kolmessa päivässä seitsemän lajia.

## Aikuisurheiluliiton (SAUL) mestaruuskilpailut:

### SM-kisat:

- Piia Jänntti N 30 100m 2., keihäs 3., kiekko 3.
- Anna Hiilinen-Kitinoja N 35 korkeus 4., pituus 5., kuula 8.
- Niina Kelo N 40 kuula 1., keihäs 1., kiekko 2.
- Tiina Helminen N 40 80m aj 2., korkeus 3.
- Titta Sillman N 40 100m 2., 200m 8.
- Milla Kelonurmi N 40 kiekko 3., kuula 4.
- Eerikki Hietikko M 35 seiväs 1., keihäs 2., moukari 3., kiekko 4., painonheitto 4., kuula 5., 100m 11.
- Onur Alakas M 40 100m 12.
- Päivi Pietarinen N45 kiekko 7.
- Mika Loikkanen M 45 kiekko 2.
- Kalle Hietanen M 45 400m 3., 100m 5., 200m 6.
- Jari Laakso M 50 kiekko 9.
- Seppo Norpila M 55 kiekko 12.
- Kalevi Kyhälä M 65 kiekko 3

# Laita urheilun tähtihetket leikekirjaan.

Poseeraus kisanumero rinnassa. Ryhmäkuva joukkuekavereiden kanssa. Pienen kisaajan nimi lehdessä ensimmäistä kertaa.

Kokoa tärkeät urheiluhetket kansien väliin. Ettei tarina unohtuisi.



## Etukoodi Sinulle KIR7327

## 20 %\* kuvakirjoista

Kuvakirjat  
nyt alk. 7,50 €  
alk. 9,95 €



\*Saat 20 %:n alennuksen kuvakirjoista etukoodia käyttämällä. Toimituskulut lisätään tilaukseen. Etu ei koske lahjakortteja tai kirjan lahjapakkausta, eikä sitä voi yhdistää muihin tarjouksiin. Koodi on voimassa 31.10.2021 asti. Pidätämme oikeuden hintamuutoksiin. Lue koodin käytöstä osoitteessa ifolor.fi/maksutavat#koodin-kaytto

# YLEISURHEILIJAN LIHASKUNNOSTA PITÄÄ HUOLEN SALUS

- Järvenpään laajin ja kattavin ryhmäliikuntatarjonta, mm. FasciaMethod, TRX, Les Mills, Pilates, Jooga ja paljon muuta
- Laadukkaat cardioharjoittelulaitteet sekä kuntosali ja toiminnallinen harjoittelutila
- Personal Trainer - ja Physio Trainer -palvelut
- Saluspuisto-lastenhoitopalvelu treenien ajaksi
- Salus Cafe
- Viihtyisät, uudistetut tilat ja saunat
- Rentoutumistilassa Luxus-hierontatuolit

Saluksen jäsenenä saat käyttöoikeuden myös Lady Saluksen ja SisuGymin palveluihin

Tule ja tutustu veloitusetta!



**JÄRVENPÄÄN SUOSITUIN JA  
MONIPUOLISIN LIIKUNTAKESKUS**

Kunto Salus  
Alhotie 14  
04430 Järvenpää

(09) 2713008  
jarvenpaa@kuntosalus.fi

**kuntosalus.fi**