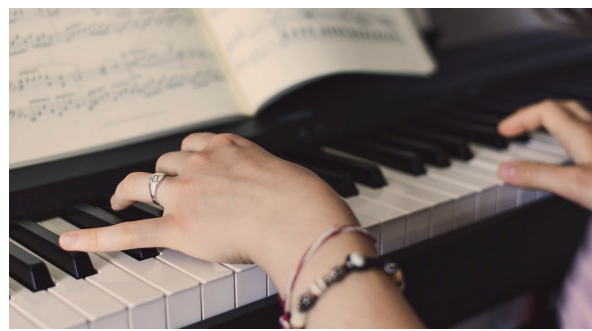


KARSTULAN KANSALAIPOISTO

Karstula Kivijärvi Kyyjärvi



Kurssit 2025–2026

Kansalaisopistoon!

Tämä on Karstulan kansalaisopiston 60. toimintavuoden kurssiohjelma. Meille arki on yhtä juhlaa monenlaisen ilahduttavan ja piristävän harrastamisen merkeissä - toki juhluvuodelle tulee erillisiä juhlan paikkojakin, niistä kerromme myöhemmin erikseen.

Karstulan kansalaisopisto järjestää Karstulan, Kivijärven ja Kyyjärven alueella mahdollisuuksia kehittää itseään, oppia uutta, pitää huolta sekä fyysisestä että henkisestä kunnostaan, sekä solmia ja ylläpitää sosiaalisia suhteita. Pääsykokeita ei järjestetä eikä todistuksia kysellä. Tärkeintä on kehittymisen ja oppimisen halu – oli ikä ja tausta mikä tahansa. Eri ikäisenä ihminen oppii taitoja ja omaksuu tietoja eri tavoilla, mikä näkyy esimerkiksi eri ikäryhmille suunnattuina kursseina ja eri-ikäisten ohjaajien taitojen jakamisena. KKO on jokaiselle, ja yhdessä toimien harrastuksesta tulee jokaiselle enemmän kuin pystymme tässä esitteessä kertomaan.

Viime vuosina verkkovälitteinen opetus on tullut jädäkseen. Edelleen muutamia kursseja on kokonaan verkkototeutuksena, ja mah-



dollisuuksien mukaan muussakin opetuksessa käytetään etäopetuksen keinoja tai verkkomateriaaleja. Päivitetyä tietoa kursseista löytyy kansalaisopiston verkkosivuilta sekä facebook-sivuilta.

Tarjottimella on taas monipuolinen mutta viime vuodesta hiukan piristetty kattaus uutta ja vanhaa, tuttua ja outoa. IKIS-luentoja pääsee seuraamaan omalla kotikoneella suoraan Jyväskylän Kesäyliopistoon ilmoittautumalla. Kotitalouden ja puutarhahoidon lyhytkurssien kiinnostus on jatkunut, ja mm. tanssiliikuntaan on saatu vaihtoehtoja myös nuorille. Ja jos kutomapuikkojen heiluttelu ei kiinnosta, aivojumbppaa tarjoaa vaikkapa japanin kielen kirjoitusmerkkien harjoittelu!

Toivotan jokaiselle antoisaa opistokautta, olitpa sitten tutun harrastuksen pariin palaava tai rohkeasti uuteen tarttuva, utelias tai opinhaluinen - mahdollisuuksien kirjo on mielenkiinnon alku!

Kirsti Keihäsvuori, rehtori

Yhteystiedot

Opiston toimisto

Karstulan kunnantalon yläkerta, hallinto-osasto
Virastotie 4, 43500 Karstula

Kirsti Keihäsvuori, rehtori

p. 044 459 6653, kirsti.keihäsvuori@karstula.fi

Satu Kemppainen, toimisto- ja liikuntas sihteeri

p. 044 459 6656, satu.kemppainen@karstula.fi

KUNTIEN YHDYSHENKILÖT

Kivijärvi: Pirkko Oinonen p. 044 459 7871,
pirkko.oinonen@kivijarvi.fi

Kyyjärvi: Maarit Ohranen p. 044 459 7062,
maarit.ohranen@kyyjarvi.fi

www.karstula.fi/kansalaisopisto
www.opistopalvelut.fi/karstula



Ilmoittautuminen

ALKAA MAANANTAINA 18.8.2025 KLO 8.00!

Kursseille voi ilmoittautua kahdella tavalla:

- verkkoilmoittautumisella: www.opistopalvelut.fi/karstula
- puhelimitse 044 459 6656 kansalaisopiston toimistoon (ei vastaa- ja-, ääni- eikä tekstiviestejä)

Kurssit alkavat pääsääntöisesti viikolla 37, ma 8.9.–pe 12.9.2025. Koko lukuvuoden kursseilla kokoontumiskertoja on syyskaudella 11 ja kevätkaudella 13 kertaa, ellei toisin ole ilmoitettu.

Lasten taideopetuksen ryhmät alkavat viikolla 36, to 4.9.2025. Kokoontumiskertoja taideopetuksen ryhmissä on syyskaudella 13 ja kevätkaudella 15.

Kevään lukukausi alkaa viikolla 2, ke 7.1.–pe 9.1.2026.

Syysloma on viikolla 42 ja talviloma viikolla 9, jolloin ei ole opetusta.

Kaikille kursseille tulee ilmoittautua viimeistään 7 päivää ennen kurssin alkua. Kurssit toteutetaan vain, jos osallistujia on riittävä määrä, siksi ennakoilmoittautuminen on pakollista. Pääsääntöisesti ryhmien vähimmäiskoko on 5 osallistujaa. Ilmoittamme tekstiviestillä, jos kurssi peruuntuu.

Ilmoittautuminen on sitova. Jos et osallistu kurssille, jolle olet ilmoittautunut, ilmoitathan peruuttamisen joko sähköpostitse tai puhelimitse toimistoon ennen ilmoittautumisaajan päättymistä. Muussa tapauksessa veloitamme koko kurssimaksun.

Jos haluat jollekin kurssille mukaan kesken lukukauden tai ilmoittautumisaajan päättymisen jälkeen, ota yhteys toimistoon.

Opintomaksut

Kurssikohtainen opintomaksu ilmoitetaan jokaisen kurssin kohdalla. Lisäksi joillakin kursseilla on materiaalmaksu.

Opintomaksut laskutetaan koko lukuvuoden kurssien osalta lokakuun aikana. Opintomaksua ei palauteta, jos opiskelija keskeyttää opintonsa.

Opintomaksun voi maksaa seuraavilla maksutavoilla:

- Smartum-seteli • Smartum Saldo-mobiilimaksu • ePassi • PAM:in alennusseteli • Kyyjärven kunnan työky-raha •

HUOM! Jos käytät opintomaksusi maksamiseen jotain näistä maksutavoista, koko lukuvuoden kestävien kurssien osalta maksu on tehtävä viimeistään 30.9.2025.

Toimita setelit/alennussetelit/verkkomaksu määräpäivään mennessä kansalaisopiston toimistoon, Kivijärvellä sekä Kyyjärvellä kirjastoon. Määräajan jälkeen emme tee muutoksia laskutukseen.

Lyhytkursseja voit maksaa näillä maksutavoilla koko lukuvuoden ajan. **Kerro lyhytkurssille ilmoittautuessasi, jos käytät näitä maksutapoja. Muistathan, että edellä mainitut maksutavat ovat henkilökohtaisia.**

LASKUTUSLISÄ 5 €

peritään 1.8.2024 jälkeen kaikista Karstulan kunnan lähettämistä paperilaskuista. Laskutuslisän voit välttää ottamalla käyttöön sähköisen e-laskun oman pankkisi kautta.

PERHEALENNUS

Jos samasta taloudesta tai yhteishuoltajuussuhteesta osallistutaan kansalaisopiston opetukseen, on ns. perhealennus toisella opiskelijalla 25 % ja kolmannella 50 % alkuperäisestä kurssimaksusta. Alentamaton maksu peritään siltä perheenjäseneltä, jonka kurssimaksu on pienin. Perhealennusta tulee hakea joko ilmoittautumisen yhteydessä tai koko lukuvuoden kursseille ilmoittamalla toimistolle 30.9.2025 mennessä. Alennus ei koske musiikin yksilöopetusta, eikä sitä voi yhdistää muihin alennuksiin (esim. opintosetelialennukset).

HUOMIOI, että alennukset eivät tule automaattisesti, vaan saataksesi ne sinun tulee ilmoittaa siitä toimistoon mieluiten sähköpostilla, satu.kemppainen@karstula.fi.

Muuta

TIEDOTTAMINEN

Lukuvuoden aikana tulevista uusista kursseista sekä luennoista saa ajantasaista tietoa opiston toimistolta, opiston verkkosivulta karstula.fi/kansalaisopisto ja Karstulan kunnan Facebook-sivulta.

Kauden aikana opisto tiedottaa mahdollisista muutoksista opiskelijoita tekstiviesteillä. Ilmoittautuessa on tärkeää, että annat oikean matkapuhelinnumerosi. Opiskelijarekisteriin kertyviä yhteystietoja ei käytetä muihin tarkoituksiin eikä yhteystietoja luovuteta kolmansille osapuolille.

VAKUUTUKSET

Karstulan kansalaisopistolla on tapaturmavakuutus Karstulan, Kivijärven ja Kyyjärven kunnista tuleville, alle 70-vuotiaille opiskelijoille. Muiden kuntien opiskelijat vastaavat vakuutuksistaan itse.

Opintosetelit

Karstulan kansalaisopisto voi myöntää toimintakunnissaan kirjoilla oleville opiskelijoille alennusta kurssimaksuista opintosetelin muodossa. Opintosetelialennusta tulee hakea erikseen.

- Työtön henkilö voi saada 30 €:n opintosetelialennuksen. Hakemuksen liitteeksi tarvitaan kopio Kelan/työttömyyskassan viimeisimmästä maksumaksusta tai vastaava lausunto työttömyydestä. Liite toimitetaan kansalaisopiston toimistoon tai Kivijärvellä/Kyyjärvellä kirjastoon.

- Seniorikansalaiset, eli 63 vuotta täyttäneet, sekä eläkeläiset, jotka eivät ole ansiotyössä, voivat saada 10 €:n opintosetelialennuksen.

- Maahanmuuttajat voivat saada 30 €:n opintosetelialennuksen. Myös tilapäisen suojelun statuksella toimintakunnissa asuvat henkilöt voivat hakea maahanmuuttajien opintosetelialennusta.

Opintosetelihakemus tehdään kurssi-ilmoittautumisen tavoin Opistopalvelut.fi-sivustolla kurssille ilmoittautumisen jälkeen. Opintoseteliavustuksia myönnetään saapumisjärjestyksessä niin kauan kuin määrärahaa riittää.

Opintosetelialennusten viimeinen hakupäivä on 30.9.2025.

Toimipaikat

KARSTULA

Himmeli, Virastotie 4
Heikin Tupa, Virastotie 3
Karstulan Yhtenäiskoulu, Koulutie 13
Karstulan liikuntahalli, Koulutie 11
Karstulan Evankelinen Opisto, Kokkolantie 12
Karstulan kirjasto, Koulutie 15
Kruukkila, Muhosentie 10
Käsityöalo, Keskustie 11
Oinokylän kylätalo, Kivijärventie 1189
Ropotti, Heikkilänmäentie 30

KIVIJÄRVI

Kivijärvi-talo, Keskustie 39
Kuntosali Impulssi, Virastotie 5
Liikuntasali, Keskustie 32
Tainionmäen koulu, Keskustie 32
Valoharju, Koulutie 13

KYYJÄRVI

Kirjasto, Tuliharjuntie 43
Kirkko, Tuliharjuntie 18
Liikuntasali, Koulutie 5
Monitoimitalo Kiviranta, Kivirannantie 4
Nopola koulu, Koulutie 5
Paloasema, Honkalehdontie 8
Rientola, Tuliharjuntie 41

Lasten taideopetus

Lasten taideopetus on tavoitteellista opetusta, joka on tarkoitettu lapsille ja nuorille. Karstulan kansalaisopisto tarjoaa taideopetusta kuvataiteissa ja käsityötaiteessa.

Opetuksella luodaan pohjaa emotionaaliselle, esteettiselle ja eettiselle kasvulle sekä annetaan edellytyksiä elinikäiseen taiteen harrastamiseen. Opetuksen tarkoituksena on myös kehittää ajattelun taitoja ja luovuutta.

Lasten taideopetuksen ryhmiin ilmoittaudutaan 24.8.2025 mennessä. Ryhmät alkavat viikolla 36.

Halutessaan Karstulassa asuvat lasten taideopetuksen oppilaat voivat hakea lukukausimaksuun opintotietokoulusta (50 €) perheen taloudellisen tilanteen perusteella. Maksualennus on anottava 30.9.2025 mennessä

Lisätietoja: karstula.fi/lasten-taideopetus

Käsityö

KARSTULA

KÄSITYÖKOULU KOULUIKÄISILLE (110205)

- 1.9.2025–18.5.2026 • ma 14.30–16.00 • Käsityöotalo •
- Kati Hakala • 60 €, lisäksi materiaalmaksu 30 € •
- Harjoitellaan käsityötaitoja monenlaisilla materiaaleilla ja välineillä. Opitaan kehittämään omia ideoita käyttö- tai taidetekstiileiksi. Tutustutaan erilaisiin tekstiileihin ja niiden hyödyntämiseen.

Kurssi on tarkoitettu yli 7-vuotiaille.



Kuvataide

KARSTULA

KUVATAIDEKOULU KOULUIKÄISILLE (110209)

- 4.9.2025–30.4.2026 • to 14.45–16.15 • Yhtenäiskoulu •
- Ila Könni • 60 €, lisäksi materiaalmaksu 30 € •
- Kehitetään kuvallisen ilmaisun taitoja ja kokeillaan eri tekniikoita oman ilmaisutyölin löytämiseksi. Sisältöinä mm. piirtäminen, maalaaminen, grafiikka, kolmiulotteinen työskentely eri materiaaleilla.

Kurssi on tarkoitettu yli 7-vuotiaille.

KIVIJÄRVI

AKRYYLI- JA AKVARELLIMAALAUKSEN ALKEET (110211)

- 11.9.2025–9.4.2026 • to 16.00–18.15 • Valoharju •
- Sonja Leppänen • 70 € •
- Opitaan perusasioita pohjustamisesta, värien valitsemisesta ja sekoittamisesta. Harjoitellaan muotojen hahmottamista sekä somittelua. Maalataan paperille, pahville ja canvas-pohjalle.

Kurssi on tarkoitettu yli 7-vuotiaille.

IKIS-luennot

IKIS-luennot ovat Jyväskylän Kesäyliopiston järjestämiä avoimia luentoja vaihtelevista aiheista. Niitä voi seurata verkon välityksellä omalla laitteella. Luennot järjestetään keskiviikkoisin klo 14.00–16.00. Kausittain on joitakin maksuttomia luentoja tai webinaareja, mutta pääosin luennot ovat maksullisia, 6 € / luento tai 35 € / sarja. Luennoille ilmoittaudutaan suoraan Kesäyliopiston sivujen kautta.

Lisätietoja tulevista IKIS-luennoista sekä ilmoittautumiset: <https://uusi.kesayliopistopalvelut.fi/jyvaskylankesayliopisto> -> **Luentotoiminta (lähi/verkko)**

HUOM! Syyskaudella 2025 maksuttomana on Digitietoiskut, poikkeuksellisesti joka toinen tiistai klo 14.00–15.30:

- 26.8. Paikallisaineistojen löytäminen Finna-hakupalvelussa (Finna.fi). Informaatikko Tiina Teijonsalo, Jyväskylän kaupunginkirjasto.
- 9.9. Windows 10 tuki loppuu - Windows 11 tutuksi! Tekninen asiantuntija Elmo Hämäläinen, Jyväskylän ammattikorkeakoulu

- 23.9. Apua teknologiaan ja teknologiasta apua ikääntyneelle. Ikä-tekniakeskuksen erityisasiantuntija Kaisa Huuhtanen, VALLI ry.
- 7.10. Matkalippujen ostaminen netistä. Asiantuntija Tuukka Kivi-oja, Jyväskylän ammattikorkeakoulu.
- 21.10. ICT:n ilmasto- ja ympäristövaikutukset. Projektipäällikkö Antti Sipilä, Tietoyhteiskunnan kehittämiskeskus TIEKE
- 4.11. Tunnista nettihuijaus. Projektkoordinaattori Jaana Savolainen, Kuluttajaliitto.
- 18.11. Älylaitteella pelaaminen - kuinka puhelin ja tabletti taipuvat digipeleihin? Tekninen asiantuntija Elmo Hämäläinen, Jyväskylän ammattikorkeakoulu
- 2.12. Suomi.fi-palvelu ja Suomi.fi-valtuudet puolesta-asiointiin. Johtava asiantuntija Tuuli Krekelä, Digi- ja väestötietovirasto

Lisätietoja Digitietoiskuista sekä ilmoittautuminen katselulinkin saamiseksi: <https://uusi.kesayliopistopalvelut.fi/jyvaskylankesayliopisto> -> **Maksuttomat webinaarit**

Kielet ja kirjallisuus

KARSTULA

JAPANIN KIELEN ALKEET (120306)

- 9.9.2025–14.4.2026 • ti 19.30–21.00 • Yhtenäiskoulu •
- Ville Paananen • 50 € •

Tutustutaan japanin kielen perusteisiin ja kirjoitusjärjestelmän alkeisiin rennossa ilmapiirissä. Opetellaan muodostamaan yksinkertaisia lauseita ja lukemaan hiragana- ja katakana-merkkejä sekä yleisimpiä kanji-merkkejä. Kurssi sopii myös sellaisille, joilla ei ole aiempaa kokemusta kielestä.

ARKIENGLANTIA KANSAINVÄLISESTI (120307)

- 10.9.2025–8.4.2026 • ke 18.00–19.30 •
- Yhtenäiskoulu •
- Vladyslav Papash • 50 € •

Jatkoa kevään kurssille, jossa kansainvälisessä ryhmässä tutustuttiin englannin kielen arkisissa yhteyksissä. Sopii niin kielitaidon alkeissa oleville kuin keskustelutaitojaan kehittävillekin.

Build your confidence in English using it in daily life situations! Lessons continue from the point reached before summer, and will include real-life conversations, useful vocabulary, and interactive exercises to help you communicate more easily. Web-based materials without charge. New participants are welcome!

General English Course – це загальний курс англійської мови для фінів та українських біженців у Фінляндії. Ми використовуємо матеріали міжнародної школи англійської мови British Council, а також додаткові ресурси – Quizlet та Wordwall. Уроки охоплюють лексику, граматику, розмовну практику та розуміння на слух. Курс допоможе спілкуватися у повсякденних ситуаціях: у магазині, на роботі, у транспорті тощо. Навчання проходить у дружній атмосфері з акцентом на практику.

ESPANJAN JATKO, BUENAS MIGAS 2 (120305)

- 11.9.2025–9.4.2026 • to 16.30–18.00 • Etäopetus •
- Tanja Rautavirta • 50 € •

Buenas Migas 2 jatkaa päivitetystä ykkösosasta tutulla uudistuksen tiellä. Opiskelija oppii mm. ilmaisemaan mielipiteitään sekä kertoamaan erilaisista tilanteista ja tapahtumista. Kurssi sopii parhaiten noin kaksi vuotta espanjaa opiskelleelle tai aiemmin oppimaansa kertaavalle.

KYYJÄRVI

KYYJÄRVEN LUKUPIIRI (120130)

- 8.9.2025–27.4.2026 •
- ma 18.00–19.30 • Kirjasto •
- Tuula Härkönen • 25 € •

Tutustutaan lukemalla ja keskustellen kirjallisuuden kulmaviiniin tai tuoreisiin teemoihin ryhmän kiinnostuksen mukaan.



Kotitalous

Kurssikohtaiset materiaalit maksetaan kurssilla suoraan opettajalle. Kotitalouskurssien materiaalit eivät kuulu kurssimaksuun.

KARSTULA

HAPANJUURILEIPÄKURSSI (810206)

- 4.10.2025 • la 11.00–14.00 • Yhtenäiskoulu •
- Tuulia Mäkelä • 10 €, lisäksi materiaalmaksu •

Kurssilla opetellaan vaalean juurileivän tekemistä eli hapanjuuren ja taikinan käsittely, leipien muotoilu ja eri tekijöiden vaikutus taikinaan. Lopuksi maistellaan valmiita leipiä.

SUSHI (810210)

- 10.10.2025 • pe 17.30–20.30 • Yhtenäiskoulu •
 - Heli Alapiha • 10 €, lisäksi materiaalmaksu 10 € •
- Opetellaan valmistamaan tavallisimpia susheja (maki, nigiri). Lopuksi ruokaillaan yhdessä.

TUTUSTU TEEHEN -KURSSI (810209)

- 25.10.2025 • la 12.00–14.15 • Yhtenäiskoulu •
- Jenni Salminen • 10 € •

Opitaan teen laatuja ja teekulttuuria, kurssilla pääset maistelemaan eri teelaatuja haudutettuna niin, että niiden parhaat ominaisuudet tulevat esiin. Teen maistelun lomassa kuulet erilaisista teekulttuureista, teelaadusta ja niiden ominaisista luonteenpiirteistä.

KAKKUKURSSI (810204)

- 15.11.2025 • la 10.00–14.00 •
- Yhtenäiskoulu •
- Tuulia Mäkelä • 10 €, lisäksi materiaalmaksu •

Kurssilla opetellaan valmistamaan, täyttämään, kuorruttamaan ja koristelemaan täytkekakku juhlapöytään. Opit lisäksi kakkujen erilaisia koristelutekniikoita.



Tietotekniikka

Katso tietoja maksuttomista Digtietoiskuista IKIS-luentoja kohdalta.

KARSTULA

CANVA-OHJELMA TUTUKSI (340104)

- 15.11.–22.11.2025 • la 10.00–13.30 • Etäopetus •
- Annukka Hupli • 25 € •

Tutustutaan Canva-ohjelmaan käytännön harjoituksilla: tehdään kuvan ja tekstin yhdistelyä, kuvankäsittelyä, tiedostojen muokkausta. Pääset kehittämään visuaalista ilmaisuasi ja tekemään käyntikortteja, lahjakortteja, muisto- ja muita julisteita, juhlapöytä- ja tulos-tettavaksi tai digitaaliseen käyttöön. Canva-ohjelma on maksuton ohjelma, johon tunnuksella tulee olla luotuna ennen kurssin aloitusta. <https://www.canva.com/>

Kädentaidot

Kurssikohtaisista materiaaleista saa tietoa opettajilta. Kädentaitokurssien materiaalit eivät kuulu kurssimaksuun. Mahdollisuuksien mukaan materiaaleja voi ostaa suoraan opettajalta tai niitä voidaan hankkia ryhmän yhteishankintana.

KARSTULA

KUDONTA (110405)

- 8.9.2025–20.4.2026 • ma 17.00–19.15 • Käsityötao •
- Kati Hakala • 70 €, lisäksi materiaa limaksu •
- Opitaan kankaan rakentaminen kangaspuihin ja kuto-
mista erilaisiin loimiin. Suunnittelemme kudottavat
tekstiilit yhdessä. Sopii myös aloittelijoille.

KAARROKENEULE (110428)

- 8.9.–24.11.2025 • ma 17.30–19.45 •
- Yhtenäiskoulu •
- Lea Saikkonen • 35 € •
- Opetellaan neulomaan revontulimallin
kaarrokeneulepusero ylhäältä alas, pää-
tieltä alkaen omilla väreillä. Omat materi-
aalit.

TEKNINEN TYÖ (110406)

- 8.9.2025–20.4.2026 • ma 17.30–19.45 •
- Ropotti •
- Teuvo Oikari • 70 € •
- Opetellaan työstämään puuta ja metallia ruuvaten ja naulaten sekä
tutustutaan teknisen käsityön laitteisiin. Sopii niin aloittelijoille kuin
aiemmin teknisiä töitä tehneille. Omat materiaalit.

OINOSKYLÄN KÄSITYÖ (110404)

- 9.9.2025–14.4.2026 • ti 10.00–12.15 • Oinoskylän kylätalo •
- Marleena Ruuska • 70 €, lisäksi materiaa limaksu •
- Opitaan työstämään erilaisia tekstiili- ja muita materiaaleja käsin
sekä soveltuvien työvälinein.

NEULONTA JA VIRKKAUS (110426)

- 10.9.2025–8.4.2026 • ke 18.00–20.15 • Yhtenäiskoulu •
- Ella Pekkarinen • 35 € • Joka toinen viikko •
- Kurssilla saat oppia perinteisten sukien ja lapasten neulomisen
lisäksi vaikka pehmolelujen virkkaamiseen tai vaikka
trendikkäiden villapaitojen neulomiseen.

KERAMIikka (110424)

- 11.9.2025–9.4.2026 • to 18.00–20.15 •
- Yhtenäiskoulu •
- Satu Kalmgren • 70 €, lisäksi materiaa limaksu •
- Sukellus keramiikkaan maailmaan! Tutustutaan sa-
veen käsin muotoillen, tehdään esim. käyttöke-
ramiikkaa tai koriste-esineitä. Opetellaan nipistely-,
levy-, makkara- ja kaiverrus-tekniikoita sekä näiden
yhdistelmiä. Materiaalit hankitaan yhteistilauksena.

OMPELU (110427)

- 17.9.2025–8.4.2026 • ke 18.00–20.15 • Yhtenäiskoulu •
- Paula Kangosjärvi • 35 € • Joka toinen viikko •
- Opetellaan vaatekappaleen tai asusteen valmistaminen joko valmis-
kaavan muokkauksella tai itse kaavoittaen. Sopii myös ompeluhar-
rastusta aloittaville. Omat materiaalit.

DREIJAUS (110419)

- 20.9.–21.9.2025 • la 10.00–13.00, su 13.00–16.00 • Ropotti •
- Satu Kalmgren • 25 €, lisäksi materiaa limaksu •
- Kahden päivän lyhytkurssilla harjoitellaan dreijausta ja esineiden
viimeistelyä esimerkiksi sorvausta. Sopii myös aloittelijoille.

RYIJYN VALMISTAMINEN (110407)

- 20.9.–4.10.2025 • la 10.00–13.00 • Yhtenäiskoulu •
- Ella Pekkarinen • 25 € •
- Kurssilla opetellaan ryijyn tekemistä, solmuja sekä kuvioita.

MÄRKÄHUOVUTTAMALLA LAPASET/PIPO/HUIVI ME- RINOVILLASTA (110416)

- 4.10.–5.10.2025 • la ja su 10.00–13.30 •
- Yhtenäiskoulu •
- Ioulia Kamboura • 25 €, lisäksi materiaa limaksu •
- Kahden päivän lyhytkurssilla opetellaan märkä-
huovuttamaan lapaset, pipo ja/tai huivi merinovil-
lasta opiskelijan valinnan mukaan.

OMMELLAAN KOSMETIIKKAPUSSI (110408)

- 25.10.2025 • la 10.00–14.00 • Yhtenäiskoulu •
- Heli Alapiha • 10 € •
- Kurssilla tulet tutuksi ompelukoneen kanssa ja saat
ohjeita eri kokoiisiin ja mallisiin vetoketjullisiin kosmetiik-
kapusseihin. Sopii myös aloittelijoille.

TILKUT HYÖTYKÄYTTÖÖN (110446)

- 8.11.2025 • la 9.00–13.00 • Yhtenäiskoulu •
- Outi Takkala • 15 € •
- Opi uusi tapa ommella tilkkublogeja. Tällä tekniikalla ompelet
pienet kangastilkut helposti ja siististi hyötykäyttöön. Kurssilla ehdit
valmistaa pienen alun tilkkupeittoosi taikka esim. pannulapun tai
pussukan.

MÄRKÄHUOVUTUSTA ERI TEKNIKOILLA (110417)

- 24.1.–25.1.2026 • la ja su 10.00–13.30 • Yhtenäiskoulu •
- Ioulia Kamboura • 25 €, lisäksi materiaa limaksu •
- Kahden päivän lyhytkurssilla opetellaan eri tekniikoilla märkähuo-
vuttamista esim. ”pitsi”-, ”verkot”- tekniikat .

KIVIJÄRVI

KÄSITÖITÄ JA ASKARTELUA RISTIIN RASTIIN (110442)

- 8.9.2025–20.4.2026 • ma 15.30–17.45 •
- Tainionmäen koulu •
- Outi Takkala • 70 € •
- Kurssi sopii kaikille, jotka ovat kiinnostuneita käsillä teke-
misestä ja haluavat oppia työstämään erilaisia materiaa-
leja ja tekniikoita monipuolisesti. Aiempaa kokemusta ei
tarvitse. Omat materiaalit tai ryhmän yhteishankintana.

PUU- JA METALLITYÖ (110445)

- 9.9.2025–14.4.2026 • ti 18.00–21.00 • Tainionmäen koulu •
- Tuomo Seppälä • 85 € •
- Opetellaan työstämään puuta ja metallia uusia materiaaleja käyt-
tään tai vanhaa entisöiden. Aiempaa kokemusta ei tarvitse. Omat
materiaalit tai materiaa limaksu erikseen.



Kädentaidot

KUDONTA (110441)

- 10.9.2025–8.4.2026 • ke 16.00–18.15 • Valoharju •
- Kati Hakala • 70 €, lisäksi materiaalimaksu •

Opitaan kankaan rakentaminen kangaspuihin ja kudotaan niillä sekä perinteisiä malleja että ideoidaan yhdessä uusia. Sopii sekä aloittelijoille että pidempään harrastaneille.

KERAMIikka (110444)

- 10.9.2025–8.4.2026 • ke 18.00–20.15 • Tainionmäen koulu •
- Aune Leppänen • 70 € •

Opetellaan keramiikan tekoa käsin käyttäen nipistely-, levy-, makkar- ja kaiverrus-tekniikoita sekä näiden yhdistelmiä.

KYYJÄRVI

TEKNINEN TYÖ (MA) (110430)

- 8.9.2025–20.4.2026 • ma 17.30–19.45 • Kirjaston alakerta •
- Erkki Koivisto • 70 € •

Opetellaan työstämään puuta ja metallia ruuvaten ja naulaten, tutustutaan teknisen käsityön laitteisiin. Sopii niin aloittelijoille kuin aiemmin teknisiä töitä tehneille. Omat materiaalit.

KUDONTA (110432)

- 9.9.2025–14.4.2026 • ti 16.00–18.15 • Paloasema •
- Kati Hakala • 70 €, lisäksi materiaalimaksu •

Perehdytään kangaspuilla kudontaan ja opetellaan oman kudontamallin suunnittelua. Sopii sekä aloittajille että aiemmin kangaspuilla kutoneille.

KÄSITÖITÄ JA ASKARTELUA RISTIIN RASTIIN (110443)

- 10.9.2025–8.4.2026 • ke 17.30–19.45 • Nopolan koulu •
- Outi Takkala • 70 € •

Kurssi sopii kaikille, jotka ovat kiinnostuneita käsillä tekemisestä ja haluavat oppia työstämään erilaisia materiaaleja ja tekniikoita monipuolisesti. Aiempaa kokemusta ei tarvitse. Omat materiaalit.

TEKNINEN TYÖ (KE) (110431)

- 10.9.2025–8.4.2026 • ke 17.30–19.45 • Kirjaston alakerta •
- Teuvo Oikari • 70 € •

Opetellaan työstämään puuta ja metallia ruuvaten ja naulaten, tutustutaan teknisen käsityön laitteisiin. Sopii niin aloittelijoille kuin aiemmin teknisiä töitä tehneille. Omat materiaalit.

TALVISTA KERAMIikka (110425)

- 4.10.–11.10.2025 • la 10.00–14.00 • Kirjaston alakerta •
- Satu Kalmgren • 25 €, lisäksi materiaalimaksu •

Valmistetaan talveen sopivia koristeita, alustoja/lyhtyjä kynttilöille tai lahjoja (mukeja tms.). Väreinä käytetään engobe-savilietevärejä. Samalla tutustutaan savesta käsin työstämisen tekniikoihin. Ei edellytä aiempaa kokemusta. Sopii kaikenikäisille, myös lapsille noin 7-vuotiaasta alkaen.

KÄSITYÖMESSUMATKA TAMPEREELLE (110401)

- 15.11.2025 • la 7.00–19.00 • 40 € •

Yhdessä tutustutaan messutarjontaan, haetaan ideoita ja kuuluaan käsityön tekijöitä. Matkan hinta 40 €, sisältää pääsylipun. Reitti tarkentuu myöhemmin. Sitovat ilmoittautumiset 7.11.2025 mennessä.

Lisätietoja messuista: www.kadentaidot.fi.

Kuvataide

KARSTULA

AIKUISTEN KUVATAIDOKOULU (110302)

- 9.9.2025–14.4.2026 • ti 18.00–20.15 • Yhtenäiskoulu •
- Satu Kalmgren • 70 € •

Kurssilla tutustutaan ja harjoitellaan kuvan tekemisen perinteisiä tekniikoita piirustuksessa ja maalaustaiteessa, lähtökohtana osallistujien toiveet. Tutustutaan muutamaa erikoistekniikkaan: pouring-(kaato-tekniikka)-maalaukseen, maalaus palettiveitsellä, gellipainanta. Materiaaleja voidaan hankkia yhteistilauksena.

TAIDEMAALAUUS (110334)

- 11.9.2025–9.4.2026 • to 18.00–20.00 • Ropotti •
- Henna Käpynen • 65 €, lisäksi materiaalimaksu •

Kurssilla opetellaan taidemaalauksen eri tekniikoita ja tutustutaan taidemaalaukseen. Maalataan kynäruiskulla sekä käytetään akryyli-maaleja, öljy- ja vesivärejä.

KOKEILEVAA GRAFIikka (110210)

- 14.1.–18.2.2026 • ke 18.00–20.15 • Yhtenäiskoulu •
- Satu Kalmgren • 30 €, lisäksi materiaalimaksu •

Kurssilla opetellaan linopainantaa, kopio- ja kartonkigrafiikkaa. Tutustutaan gelli-levyn ja sapluunoiden käyttöön.

Hyvinvointi

KARSTULA

KOTIA JÄRJESTÄMÄLLÄ MIELENRAUHAA ARKEEN (210111)

- 15.9.–6.10.2025 • ma 17.30–20.00 • Yhtenäiskoulu •
- Heidi Poikolainen • 25 € •

Kurssilla opit, kuinka voit lisätä kotisi selkeyttä ja tukea mielenrauhaasi luopumalla turhista tavaroista, järjestämällä tärkeitä tavaroita loogisesti ja ylläpitämällä järjestystä toimivilla rutineilla. Ammattijärjestäjän opit sekä vertaistuelliset keskustelut ja pohdinta auttavat sinua tulemaan tietoisiksi omasta tavarasuhteestasi. Saat konkreettisia työkaluja arjen tavara-työskentelyyn.

LAUTAPELIKERHO (640100)

- 28.9.–23.11.2025 • su 14.00–16.15 •
- Heikin Tupa •
- Heli Alapiha • 25 € •

Kurssilla pelataan klassikkolautapelejä, sekä opetellaan aivan uusia. Pelipäivät sunnuntaisin: 28.9., 26.10., 9.11. ja 23.11.



JÄRJESTYKSENVALVOJAN KERTAUSKURSSI (820240)

- 27.9.2025 • la 9.00–17.00 • Yhtenäiskoulu •
- Kari Rautava • 50 € •

Koulutuksessa kerrataan keskeisiä järjestyksenvalvojatoimintaan liittyviä asioita ja päivitetään lainsäädännössä tapahtuneet järjestyksenvalvojan toimintaan liittyvät muutokset.

Musiikki

Kansalaisopiston järjestämässä musiikinopetuksessa voit kehittyä soittajana tai laulajana omien tavoitteiden mukaisesti. Opetussuunnitelma painottaa yhteisöllisyyttä, joten opetus toteutetaan pääsääntöisesti ryhmissä. Opettajien kanssa voi keskustella parhaiten omaan tilanteeseen sopivasta opetustavasta. Yksilöohjausta on mahdollisuus saada 20 tai 30 minuutin oppitunteina joko viikoittain tai

joka toinen viikko yhdistettynä pienryhmäopetukseen. Musiikinopetukseen ilmoittaudutaan kuten muuhunkin kansalaisopiston opetukseen (kts. ohjelmalehden alkusivuilla ohjeet). Opiston toimistosta otetaan ilmoittautuneisiin yhteyttä viikoilla 35–36 ja sovitaan yksilöohjauksen tarkempi kellonaika.

Musiikinopetusta voi valita seuraavista vaihtoehtoista:

Opetusmuoto	Oppitunnin kesto	Kurssimaksu	Oppiaineet (instrumentit)
Yhteismusisointi	45 min / vko	30 €	Puupuhaltimet
Yhteismusisointi ja yksilöopetus	45 min / vko + 20 min / joka 2. vko	100 €	Puupuhaltimet
Yksilöopetus	20 min / 30 min / vko	135 € / 185 €	Laulu, puupuhaltimet, piano, rummut

KARSTULA

PIANO (110106)

- 5.9.2025–17.4.2026 • pe 12.00–18.00 • Himmeli •
- Ulla Pihlainen • 135 € / 185 € •

Pianonsoittoa yksilöohjauksena 20–30 min / vko.

SOITINOPETUS: KITARA, UKULELE TAI BASSO (110117)

- 8.9.2025–20.4.2026 • ma 14.20–16.25 • Yhtenäiskoulu •
- Niilo Oikari • 135 € / 185 € •

Tunnit soveltuvat vasta-alkajille sekä pidempään soittaneille. Tunneilla opetellaan soittotekniikkaa, säestystä ja melodiansoittoa.

KELOT-KUORO (110125)

- 8.9.2025–20.4.2026 • ma 15.30–16.30 • Yhtenäiskoulu •
- Johanna Valkeinen • 35 € •

Kehitetään laulutaitoja viihdemusiikkia 1- ja 2-äänisesti yhdessä laulaen. Tervetuloa mukaan matalalla kynnyksellä: sopii yhtä hyvin niin kokeneemmille laulajille kuin ensimmäiseksi lauluharrastukseksi.

MIESKUORO (110119)

- 8.9.2025–20.4.2026 • ma 18.00–20.30 • Yhtenäiskoulu •
- Olli Oikari • 75 € •

Opitaan esittämisen- ja laulutaitoja mieskuoron näyttämöllisen konserttiprojektin toteutuksessa.

NAISKUORO AIKA (110118)

- 9.9.2025–14.4.2026 • ti 18.00–19.30 • Yhtenäiskoulu •
- Johanna Valkeinen • 50 € •

Viihdemusiikkia kolmeäänisellä diskanttikuorolla laulaen. Nuotinlukutaitoa tai aiempaa kuorokokemusta ei välttämättä tarvita, mutta sovitukset ovat aika haastavia ja sitoutuminen harjoituksiin ja/tai omaan harjoitteluun on tärkeää.

RUMMUT (110115)

- 10.9.2025–8.4.2026 • ke 14.20–16.25 • Yhtenäiskoulu •
- Niilo Oikari • 135 € / 185 € •

Tutustutaan musiikin eri rytmilajeissa käytettäviin rumpukompeihin ja opetellaan niissä tarvittavia soittotapoja opiskelijan omien mieltymysten ja tavoitteiden pohjalta.

VIIHDEORKESTERI OLLIPOPS (110120)

- 10.9.2025–8.4.2026 • ke 18.00–19.30 • Yhtenäiskoulu •
- Olli Oikari • 50 € •

Kehitytään yhteissoitossa mukavasti ryhmässä musisoiden kukin kykynsä mukaan, toivetyyleissä.

LAULU JA ÄÄNENMUODOSTUS (110101)

- 12.9.2025–17.4.2026 • pe 13.30 alkaen • Yhtenäiskoulu •
- Heta Sammalisto-Muhonen • 135 € / 185 € •

Yksinlaulun perusteita, äänenmuodostuksen ja äänenkäytön valmennusta niin yksinlaulua harrastaville kuin muihinkin esiintyvän äänenkäytön huoltamista ja tehostamista tarvitseville. Sopii sekä lauluharrastusta aloittaville että pidempään harrastaneille.

PUHALLINSOITTIMET (110108)

- 12.9.2025–17.4.2026 • pe 14.30–16.15 • Himmeli •
- Kirsti Keihäsvuori • 90 € / 135 € / 185 € •

Opetellaan jonkin puupuhallinsoittimen perustaitoja. Sopii sekä uutta harrastusta aloittaville että aiemmin soittaneille. Tarvitset oman soittimen.

PIANONSOITON PERUSTEET (110107)

- 12.9.2025–17.4.2026 • pe 14.45–15.15 • Himmeli •
- Kirsti Keihäsvuori • 185 € •

Opetellaan pianonsoittoa yksilöohjauksena 30 min / vko. Sekä aloittelijat että jatkavat opiskelijat.

PILLIPIIPARIT (110109)

- 12.9.2025–17.4.2026 • pe 15.15–16.00 • Himmeli •
- Kirsti Keihäsvuori • 30 € •

Opetellaan jonkin puupuhallinsoittimen perustaitoja yhteissoiton avulla. Sopii sekä uutta harrastusta aloittaville että aiemmin soittaneille. Tarvitset oman soittimen.

MUSIIKKITIEDON PERUSKURSSI (110129)

- 16.9.2025–14.4.2026 • ti 16.00–17.30 • Kruukkila •
- Kirsti Keihäsvuori • 50 € •

Tutustutaan esittävän säveltaiteen tyyliin, musiikin historian keskeisiin teoksiin ja niiden säveltäjiin, sekä konserttitradition historiaan. Kuunnellaan ja opitaan hahmottamaan musiikillisia ilmiöitä ja niiden kirjaamistapoja. Ei edellytä musiikkiopintoja, aiempaa osaamista tai minkään soittimen soittotaidon opettelua.

ÄÄNENKÄYTÖN PERUSTEET JA ESIINTYMISVALMENNUS (110103)

- 4.10.–5.10.2025 • la ja su 11.00–16.00 • Himmeli •
- Anu Savela • 25 € •

Opiskellaan äänenkäytön perusteita kannustavassa ja myönteisessä ilmapiirissä. Tutustutaan äänenkäytön saloihin monipuolisten ääni- ja hengitysharjoitusten avulla. Lisäksi harjoitellaan 1–2 itsellesi mieleistä laulua kurssin päätteeksi pidettävään yhteiseen esiintymistilanteeseen.

Musiikki

KIVIJÄRVI

PIANO (110144)

- 8.9.2025–20.4.2026 • ma 13.00 alkaen • Kivijärvi-talo •
- Kati Koskinen • 135 € / 185 € •

Pianonsoiton opiskelua yksilöohjauksena 20–30 min / vko.

YHTEISLAULUT KIVIJÄRVELLÄ (110146)

- 11.9.2025–9.4.2026 • to 18.00–19.00 • Kivijärvi-talo •
- Kari Keurulainen • Maksuton •

Mukavaa yhteislaulua harmonikan säestyksellä, kerrataan tuttuja ja opetellaan uusia lauluja.

Järjestäjänä Kivijärven kulttuuritoimi

KYYJÄRVI

SOITINOPETUS: RUMMUT, KITARA, UKULELE TAI BASSO (110116)

- 9.9.2025–14.4.2026 • ti 15.30–18.00 • Nopolan koulu •
- Niilo Oikari • 135 € / 185 € •

Tunnit soveltuvat vasta-alkajille sekä pidempään soittaneille. Sinulla ei tarvitse olla omaa soitinta, mutta se on suositeltavaa. Tunneilla opetellaan soittotekniikkaa, säestystä ja melodiansoittoa.

VIHDEORKESTERI (110121)

- 9.9.2025–14.4.2026 • ti 18.00–19.30 • Nopolan koulu •
- Niilo Oikari • 50 € •

Viihdeorkesterissa harjoitellaan yhtyesoittoa ja soitetaan hyvää musiikkia. Kurssille osallistuvilta toivotaan instrumentin hallintaa sen verran, että tunneilla voidaan keskittyä yhdessä soittamiseen. Mukaan voi tulla käytännössä millä tahansa instrumentilla ja/tai laululla.

PIANO (110131)

- 10.9.2025–8.4.2026 • ke 13.00 alkaen • Kiviranta •
- Kati Koskinen • 135 € / 185 € •

Pianonsoiton opiskelua yksilöohjauksena 20–30 min / vko.

TÄHKÄT-KUORO (110133)

- 18.9.2025–9.4.2026 • to 15.00–16.00 • Rientola •
- Johanna Valkeinen • 35 € •

Kehitetään laulutaitoja viihdemusiikkia 1- ja 2-äänisesti yhdessä laulaen. Tervetuloa mukaan matalalla kynnyksellä: sopii yhtä hyvin niin kokeneemmille laulajille kuin ensimmäiseksi lauluharrastukseksi.

KKO-Kausikonsertit

KARSTULAN KONSERTIT

Ke 3.12.2025 klo 18.00 ja pe 24.4.2026 klo 18.00. Konserttipaikat ilmoitetaan myöhemmin.

KIVIJÄRVEN JA KYYJÄRVEN KONSERTIT

Aikataulut tarkentuvat lukukauden aikana. Seuraa ilmoittelua.

Konsertit järjestetään yhdessä Viitasalo-opiston kanssa.

Puutarha

KARSTULA

OMENAPUUN LEIKKAUS (710337)

- 25.9.2025 • to 17.00–19.15 • Toimipaikka avoin •
- Marko Ahola • 10 € •

Opitaan omenapuun leikkausta! Käymme läpi omenapuun leikkauksen luonnossa joko kurssilaisen kotipuutarhassa tai opettajan valitsemassa paikassa. Kuulet vinkkejä ja neuvoja omenapuun hoidosta.

VILJELE KASVIKSESI LAVALAATIKOSSA (710338)

- 18.5.2026 • ma 17.00–19.15 • Toimipaikka avoin •
- Marko Ahola • 10 € •

Laatikkoviljely säästää selkää eikä vaadi suurta tilaa puutarhassa tai palstalla. Puutarhakurssilla opitaan laatikkoviljelyn perustaminen, sopivat kasvit, lannoitus, kasvinsuojelu, kastelu jne. Toteutuspaikkaa voi olla jonkun kurssilaisen pihamaa.

KIVIJÄRVI

KUKKA-ASETELMA (710332)

- 27.11.2025 • to 17.30–19.45 • Tainionmäen koulu •
- Marko Ahola • 10 € •

Opit tekemään kukka-asetelman jonka voit viedä valmiina kotiisi. Kurssi sopii kaikille utelaille. Tutustutaan kukkien kieleen: mitä kukkien lukumäärä ja väri voi kertoa, miten kukkia käytetään erilaisissa juhlissa ym.

MARJAPENSAAN HOITO (710340)

- 5.3.2026 • to 17.30–19.45 • Tainionmäen koulu •
- Marko Ahola • 10 € •

Opitaan marjapensaahan hoitoa: istutus, leikkaus, lannoitus, lajikkeet. Kurssilla saat käytännön vinkkejä, neuvoja sekä helpot hoito-ohjeet joita voit hyödyntää kotipuutarhassasi.

KYYJÄRVI

KOTIPIHAN SYYSHOITO (710339)

- 8.10.2025 • ke 17.30–19.45 • Nopolan koulu •
- Marko Ahola • 10 € •

Opit parantelemaan kotipihasi viihtyisyyttä ja toimivuutta. Puutarhurin neuvomilla syystöillä kevennät pihan hoitoa ja helpotat kasviesi talvehtimista. Kurssilla perehdytään tyypillisimpiin ongelmiin ja niiden välttämistapoihin sekä erilaisten pihojen tarvitsemiin toimenpiteisiin.

KASVIHUONE KOTIPIHASSA (710341)

- 15.4.2026 • ke 17.00–20.00 •
- Nopolan koulu •
- Marko Ahola • 10 € •

Perustietoa kotipihan kasvihuoneen suunnittelijoille tai sellaisen käyttöä tehostaville. Kurssilla opitaan periaatteita kasvihuoneviljelystä, kasvihuoneen sijoituspaikasta ja koosta, lämpötilasta, kasvivalinnoista, sadonkorjuusta jne.



Liikunta

KARSTULA

SENIORIJUMPPA (830101)

- 8.9.2025–20.4.2026 • ma 11.00–12.00 • Evankelinen opisto •
- Anita Poikonen • 35 € •

Monipuolisesti lihaskuntoa ja tasapainoa kehittävä liikunta soveltuu sekä uusille että aiemmin liikuntaa harrastaneille.

TAICHI, ALOITTELIJAT (830121)

- 8.9.2025–20.4.2026 • ma 17.30–18.15 • Heikin Tupa •
- Kirsti Keihäsvuori • 30 € •

Tutustutaan perinteisen kiinalaisen terveyttä ja tasapainoa kehittävästä voimistelun perusliikkeisiin sekä opetellaan keskeisin liikesarjan alkukolmannesta.

TAICHI, JATKORYHMÄ (830122)

- 8.9.2025–20.4.2026 • ma 18.15–19.15 • Heikin Tupa •
- Kirsti Keihäsvuori • 35 € •

Kurssi sopii taichi-harjoitteita aiemmin tehneille.

KUNTOTREENI (830112)

- 10.9.2025–8.4.2026 • ke 18.00–19.00 • Liikuntahalli •
- Henna-Mari Pekkanen ja Satu Kemppainen • 35 € •

Tehdään harjoitteita monipuolisesti eri välineillä ja kehonpainolla. Tunti kasvattaa tehokkaasti kuntoa ja kuluttaa runsaasti kaloreita.

VOIMISTELULLINEN KEHONHALLINTA (830110)

- 10.9.2025–8.4.2026 • ke 19.00–20.00 • Liikuntahalli •
- Tanja Tuominiemi • 30 € •

Kurssilla opetellaan lempeän voimistelullisin keinoin kuntoa kehittävä treeni, jonka päätteeksi on aina hetki myös kehonhuoltoa. Sopii kaiken tasoisille liikkuvuuden ja yleiskunnon kehittämistä kiinnostuneille.

JUMPPA 50+ (830111)

- 11.9.2025–9.4.2026 • to 17.00–17.45 • Liikuntahalli •
- Anita Poikonen • 30 € •

Perinteistä ryhmäliikuntaa kevyempää, hyppyä perusjumppaa. Sopii mm. aloittelijoille, ikääntyville ja liikunnan pariin palaaville.

RENTOUTUSVENYTTELY (830109)

- 11.9.2025–9.4.2026 • to 18.00–19.30 • Liikuntahalli •
- Anita Poikonen • 50 € •

Opetellaan venyttelyrentoutusta menetelmällä, joka hoitaa kehoa ja mieltä.

MELONTA (830133)

- 13.9.2025 • la 9.00–13.00 • Evankelinen opisto •
- Outi Takkala • 30 € •

Kurssilla pääset kokeilemaan kajakkimelontaa. Melontaohjaajan ohjeilla saat oikean tekniikan haltuun ja pääset mukavammin vesille. Olosuhteitten salliessa tehdään pieni retki Pääjärvelle. Lähtö Karstulan Evankelisen Opiston rannasta.



KIVIJÄRVI

JUMPPA 50+ (830141)

- 8.9.2025–20.4.2026 • ma 18.15–19.15 • Liikuntasali •
- Outi Takkala • 35 € •

Perinteistä ryhmäliikuntaa kevyempää, hyppyä perusjumppaa. Sopii mm. aloittelijoille, ikääntyville ja liikunnan pariin palaaville.

KUNTOSALIHARJOITTELU (830115)

- 9.9.–25.11.2025 • ti 12.00–13.00 • Kuntosali Impulssi •
- Sini Hakkarainen • 25 € •

Kurssilla opit käyttämään kuntosalin laitteita ja tekemään kiertoharjoittelua.

JOOGA (830147)

- 10.9.2025–8.4.2026 • ke 19.00–20.00 • Liikuntasali •
- Helena Edwards • 35 € •

Somaattinen jooga on kokonaisvaltainen kehon ja mielen harjoitus, jossa lähtökohtana on kyky aistia ja tulkita sisäisiä tuntemuksia ja sen kautta purkaa jännitystiloja ja iki-jumeja. Harjoitukset tehdään tiedostaen ja lempeästi pinnistelemättä omia rajoja kuunnellen ja kunnioittaen. Se sopii kaikille ja aiempaa kokemusta ei tarvita.

KYYJÄRVI

JOOGA (830130)

- 9.9.2025–14.4.2026 • ti 16.00–17.30 • Rientola •
- Kai Heikkilä • 50 € •

Jooga sopii kaikenikäisille, aloittelijoille ja aiemmin jooganneille. Kurssilla tehdään Astanga- tai Yin- joogaa ryhmän toivomuksen mukaan.

TORSTAITREENIT (830132)

- 11.9.2025–9.4.2026 • to 18.00–19.00 • Liikuntasali •
- Opettaja avoin • 35 € •

Kehitetään voimaa, kestävyyttä ja kohotetaan sykettä! Treenataan tehokkaasti ja hyvällä fiiliksellä. Sopii sekä naisille että miehille.



Tanssi

KARSTULA

LAVATANSSI, ALKEISTASO (110505)

- 9.9.2025–31.3.2026 ● ti 18.00–19.30 ● Liikuntahalli ●
- Tarja ja Tapio Perälä ● 40 € ● Joka toinen viikko ●

Opetellaan yleisimmät lavoilla tanssittavat tanssit. Lähdetään ihan alusta, mitään ei tarvitse osata etukäteen. Vapaaehtoinen parinvaihto.

LAVATANSSI, HARRASTAJA-RYHMÄ (110506)

- 9.9.2025–31.3.2026 ● ti 19.30–21.00 ● Liikuntahalli ●
- Tarja ja Tapio Perälä ● 40 € ● Joka toinen viikko ●

Vahvistetaan aiemmin opittuja taitoja, syvennetään osaamista ja tanssimista musiikkiin. Sopii lajin perusliikkumisen osaajille. Edetään ryhmän tason ja toiveiden mukaisesti. Vapaaehtoinen parinvaihto.

SENIORITANSSI (110501)

- 11.9.2025–9.4.2026 ● to 9.30–11.00 ● Heikin Tupa ●
- Riitta Pitkänen ● 50 € ●

Opetellaan uusia ja kerrataan aiemmin opeteltuja senioritansseja. Kurssi sopii myös uusille senioritanssijoille.

SHOW- JA STREET-TANSSIIN TUTUSTUMINEN, AIKUISET (110503)

- 27.9.–28.9.2025 ● la ja su 10.00–11.00 ● Liikuntahalli ●
- Mari Saarinen ● 10 € ●

Tervetuloa huoltamaan kehoa sekä mieltä tanssin keinoin! Tällä tiivis-kurssilla tutustutaan show- ja street-tanssiin kehonhuoltoja unohtamatta. Tunti koostuu lämmittelystä, tanssin tekniikasta, koreografiasta sekä kehonhuollosta. Aiempaa kokemusta tanssista ei tarvita.

SHOW- JA STREET-TANSSIIN TUTUSTUMINEN, 13–17 V. (110504)

- 27.9.–28.9.2025 ● la ja su 11.00–12.00 ● Liikuntahalli ●
- Mari Saarinen ● 10 € ●

Tervetuloa huoltamaan kehoa sekä mieltä tanssin keinoin! Tällä tiivis-kurssilla tutustutaan show- ja street-tanssiin kehonhuoltoja unohtamatta. Tunti koostuu lämmittelystä, tanssin tekniikasta, koreografiasta sekä kehonhuollosta. Aiempaa kokemusta tanssista ei tarvita.

Lavatanssin teemasunnuntait Karstulassa

Lavatanssin teemapäivissä keskitytään erityisesti parin kanssa tanssimiseen. Syvennetään lajin perusasioita ja opetellaan uutta. Ilmoittaudu erikseen jokaiseen päivään.

TANSSITAAN RUMBA-BOLEROA (110507)

- 12.10.2025 ● su 13.00–15.00 ● Liikuntahalli ●
- Tarja ja Tapio Perälä ● 10 € ●

TANSSITAAN TANGO (110508)

- 30.11.2025 ● su 13.00–15.00 ● Liikuntahalli ●
- Tarja ja Tapio Perälä ● 10 € ●

TANSSITAAN HITAITA (110509)

- 1.2.2026 ● su 13.00–15.00 ● Liikuntahalli ●
- Tarja ja Tapio Perälä ● 10 € ●

TANSSITAAN SALSAA (110510)

- 29.3.2026 ● su 13.00–15.00 ● Liikuntahalli ●
- Tarja ja Tapio Perälä ● 10 € ●

KYYJÄRVI

LAVATANSSIKURSSI, KESKI- JA JATKOTASO (110530)

- 10.9.2025–1.4.2026 ● ke 18.00–19.30 ● Rientola ●
- Tarja ja Tapio Perälä ● 40 € ● Joka toinen viikko ●

Kerrataan perusasioita ja opetellaan uutta lavoilla tanssittavista tansseista. Edetään ryhmän tason ja toiveiden mukaan. Vapaaehtoinen parinvaihto.

Galleria Himmelin näyttelyt

Elokuu 2025

Syyskuu 2025

Lokakuu 2025

Marraskuu 2025

Joulukuu 2025

Tammikuu 2026

Helmikuu 2026

Maaliskuu 2026

Huhtikuu 2026

Toukokuu 2026

Kesäkuu 2026

Risto Minkkinen: Tuokioita 1900-luvulta

Pirjo Moilanen: Linnunradan laidalla

Tetiana Kolieva

Jenni Tarvainen: Murros

Ei näyttelyitä



Kuntien liikuntapalvelut



KARSTULAN LIIKUNTAPALVELUT

SENIOREIDEN KUNTOSALIRYHMÄT

pe klo 10.00–11.00, Liikuntahallin kuntosali (35 €)
pe klo 11.00–12.00, Liikuntahallin kuntosali (35 €)
Ryhmässä tapahtuvaa kiertoharjoittelua kuntosalilla.
Ohjaaja Anita Poikonen

TUOLIJUMPPA

ma klo 12.30–13.15, Heikin Tupa (maksuton)
Helppoa ja tehokasta liikuntaa ikääntyville. Soveltuu myös liikun-
tarajoitteisille. Tunnille mahdollista osallistua myös etäyhteyden
kautta. Etälaitteiden lainaaminen mahdollista.

IKÄIHMISTEN VOIMA JA TASAPAINO

to klo 13.00–13.45, Heikin Tupa (maksuton)
Ryhmä on tarkoitettu erityisesti ikäihmisille, jotka kokevat arjen
askareet haasteelliseksi heikentyneet liikuntakyvyn vuoksi. Tunti
sisältää yhteisen alkulämmittelyn sekä tasapaino- ja voimaharjoituk-
sia erilaisia välineitä apuna käyttäen.

Ryhmät alkavat viikolla 37. Ennakkoilmoittautuminen 20.8.2025
alkaen: satu.kemppainen@karstula.fi tai 044 459 6656.

Lisätietoja:

Satu Kemppainen, toimisto- ja liikuntas sihteeri
p. 044 459 6656

Heli Alapiha, hyvinvointikoordinaattori
p. 044 459 6511



KIVIJÄRVEN VAPAA-AIKATOIMI

IKÄÄNTYVIEN ILMAINEN JUMPPA

keskiviikkoisin klo 10.00–11.00 Kirsikkapuistossa 13.8.2025 alkaen.
Säiden viileessä siirrytään sisätiloihin. Ei ennakkoilmoittautumista.

Lisätietoja:

Sini Hakkarainen
p. 044 459 7872



KYYJÄRVEN LIIKUNTAPALVELUT

Ryhmät ja niiden aikataulut ilmoitetaan myöhemmin.
Seuraa Nopola News- kanavaa!

Ryhmät ovat maksuttomia.

Lisätietoja:

Sanna Honkonen
p. 044 459 7047

Uimahallimatkat 2025–2026

SAARIJÄRVELLE MAANANTAISIN

Syksy: 1.9., 15.9., 29.9., 20.10., 3.11. ja 17.11.
Kevät: 12.1., 26.1., 9.2., 16.3., 30.3. ja 13.4.

Lähtö Karstulan matkahuollon pihasta klo 17.15.
Ajetaan Syrjänmäen kautta.

PIISPALAAN TORSTAISIN

Syksy: 11.9., 25.9., 9.10., 30.10., 13.11. ja 27.11.
Kevät: 22.1., 5.2., 19.2., 12.3., 26.3., 9.4. ja 23.4.

Lähtö Karstulan matkahuollon pihasta klo 17.15.
Ajetaan Kivijärventietä suoraan Piispalaan.

MUUTA TIETOA UIMAHALLIMATKOISTA

- Matka maksaa 2,50 € / henkilö
- Matkalle ei tarvitse ilmoittautua
- Reitin varrelta voi nousta kyytiin
- Uimalippu maksetaan itse
- Uima-aika on noin kaksi tuntia

Lisätietoja:

Heli Alapiha, hyvinvointikoordinaattori
p. 044 459 6511