

- Suomen suurin ulkokuntosali

Jyväskylän rantaraitin liikunnallisen tarjonnan lisäämistä suunnitellaan työnimellä "Suomen suurin ulkokuntosali". Raitin varrelle on esitetty kattava tarjonta paikkoja ja välineistöä monipuoliselle harjoittelulle. Visiona on innostaa sekä paikallisia että kaupungissa satunnaisesti vierailuvia nauttimaan liikunnasta ja rantaraitista ympäristöineen.

alueiden reitistöillä ja lähiliikunta-alueilla on suuri merkitys.

Viherpolitiikan yksi seitsemästä periaatteesta, Liikkeelle lähiympäristöön, painottaa Jyväskylän luonneta liikuntakaupunkina, joka tarjoaa asukkailleen paikkoja liikunnalle heidän omassa lähiympäristössään.

Jyväsjärvi on viherpolitiikassa yksi Kehä Sinisiksi nimetyistä järvistä, jotka ranta-alueineen ovat monipuolinen virkistys- ja liikuntaympäristö kaikkina vuodenaikoina.

Kantavana ajatuksena on hyvinvoinnin lisääntyminen ja liikunnan tuottamien arvojen esille tuominen, rantaraitin identiteetin vahvistaminen sekä lähiympäristön liikunta- ja virkistysalueiden kehittäminen Liikkeelle lähiympäristöön -periaatteen mukaisesti.

Jyväskylän kaupungin viherpolitiikan yhdeksi läpikulkevaksi teemaksi on asetettu asukkaiden fyysisen ja psyykkisen hyvinvoinnin ja terveyden edistäminen, jossa viher-

Liikuntapaikat

Liikuntapaikat ovat "ulkokuntosaleja", isompia kokonaisuuksia sijoitettuna seitsemään paikkaan raitin varrella, teemoitettuna eri kuntoilumuodoilla.

1. SATAMA Cross training **TOTEUTETTU**
2. LUTAKKO Circuit training
3. HALSSILAN UIMARANTA Street workout
4. ÄIJÄLÄNRANTA Circuit training
5. SUURUSPÄÄ Cross training + bootcamp
6. AINOLA Street workout + cross training
7. MATTILAN UIMARANTA Street workout

Kuntoilupysäkit

Kuntoilupysäkit sijoittuvat raitilla 1-2,5 km:n välein*. Liikuntavälineet valitaan siten, että raitilla on mahdollisuus harjoittaa kokonaisvaltainen lihaskuntotreeni suorittamalla treenin osa-alueet eri pisteissä.

8. PROMENADI
9. KOIRANUITTOPAIKKA
10. RAUHALAHTI
11. SIIRTOLAPUUTARHAN PAIKOITUSALUE
12. SUURUSPÄÄ
13. AINOLANRANTA
14. YLISTÖNRINNE
15. MATTILANNIEMI

*Sijainnit suuntaa-antavia

Muut liikunta-alueet

Muut alueet täydentävät Rantaraitin palveluiden monipuolisuutta tarjoten vaihtoehtoisia liikuntamahdollisuuksia raitin varrella. Osa kohteista on jo olemassa, osa toteutetaan osana raitin kehittämistä.

16. TIETOINEN LÄSNÄOLO Sulkula
17. PORRASTREENIT Ainolanranta
18. LASTEN SEIKKAILUPIISTO Ainola
19. PORRASTREENIT Ylistönrinne
20. JUOKSURATA välillä Halssilan uimaranta-Tourujoki



Vaiheistus

Rantaraitin liikuntapaikat, kuntoilupysäkit ja muut liikunta-alueet toteutetaan raitin varrelle vaiheittain seuraavien vuosien aikana.

Liikuntapaikkojen ja kuntoilupysäkkien verkkoa tihennetään rakentamalla uudet pisteet aina ääripäihin toisiinsa nähden. Näin raitin harjoittelumahdollisuudet monipuolistuvat tasaisesti siihen saakka, kunnes kaikki pisteet saadaan valmiiksi ja kaikki suunnitellut kohteet kokonaisuudessaan käyttöön.

Suomen suurimman ulkokuntosalin rakentumista voi seurata osoitteessa:

www.jyvaskyla.fi/puistot/rantaraitti

