

	Harrastuskalenteri (lapset, nuoret ja perheet)			Matalan kynnyksen harrastustoiminta on paikallisten toimijoiden järjestämää ALLE SATA EUROA VUODESSA (alle 100€/vuosi) maksavaa hyvinvointia edistävää toimintaa lapsille, nuorille ja perheille.					
	Lapset	Nuoret	Perheet						
Järjestävä tah	Kenelle? Kohderyhmä	Mitä? Toiminta	Toiminnan kuvaus	Missä? Paikka	Milloin? kk, vko, pvä, klo	Miten? Ilmoittautuminen	Hinta	Yhdyshenkilö (sähköposti, puhelin)	Lisätietoa (linkki nettisivuille oikealle sivulle)
Mäntsälän seurakunta	2-5-vuotiaat Ennen 7.8.2022 syntyneet 2019-2020 syntyneet 2020-2021 syntyneet	Päiväkerho	Päiväkerhojen ohjelmaan kuuluu mm. uskontokasvatusta, musiikki- ja ilmaisukasvatusta, kädentaitojen harjoittelua, liikumista sisällä ja ulkona, tutkimista ja ihmettelyä, sosiaalisten taitojen opettelua, vapaata ja ohjattua leikkiä	Koivulan ja Hyökännummen kerhotilat.	Kaksi kertaa viikossa	Päiväkerhojen alisivulta löytyvästä hakukaavalomakkeesta: Ilmo ilmoittautuminen (mvsoy.fi)	50€/lukukausi/lapsi	Piia Muurikainen p. 040 7433256 piia.muurikainen@evl.fi	Päiväkerhot - Mäntsälän seurakunta (mantsalanseurakunta.fi) Päiväkerhohaku - Mäntsälän seurakunta (mantsalanseurakunta.fi)
Mäntsälän urheilijat ry	5-6 vuotiaat	Jalkapallo	Jalkapallo on ennen kaikkea joukkuepeli. Se on sitä sekä kentällä että kentän ulkopuolella	Monitoimitalo	Tiistaisin tai torstaisin klo 17:30-18:30	ilmottautuminen nettilomakkeella		Henna Huovila p. 040 7294961	Mäntsälän Urheilijat ry (mu-jalkapallo.fi)
Mäntsälän urheilijat ry	2014-2019 syntyneet	Jalkapallo koulu	Haluatko tulla kokeilemaan minkälaista jalkapallon pelaaminen on turvallisessa ja kannustavassa ilmapiirissä, innostavien pelikaverien kanssa? Jalkapallokoulu on suunnattu vuosina 2014-2019 syntyneille aloitteleville jalkapalloilijoille	Mäntsälän Urheilupuiston tekonurmella (Urheilutie 4)	Sunnunaisin klo 17:30-18:15	Mäntsälän Urheilijat ry - Jalkapallokoulu - Lomakkeet (mu-jalkapallo.fi)	kevät- ja syyskausi yhteishintaan 60€ Pelkkä kevät- tai syyskausi 40€	Vänttinen Niko p. 0405851959	Mäntsälän Urheilijat ry - Jalkapallokoulu 2024 (mu-jalkapallo.fi)
Mäntsälän urheilijat ry	2018-2009 syntyneille lapsille	Hiihto	Hiihtokoulu on tarkoitettu kaikille 2018-2009 syntyneille lapsille ja nuorille. Kunkin ryhmän ikä ja taitotaso huomioidaan erilaisissa hiihtotaitoja kehittävässä harjoitteissa ja treenimuodoissa (tekniikkaharjoitukset, leikit, leikkimieliset kisailut)	Hirvihaaran kuntomaja	Torstaisin klo 18:30-19:30	Ilmoittautuminen: https://www.mantsalanurheilijat.fi/jaostot/hiihto/sompis-hiihtokoulu/sompiksen-ilmoittautumislomake/	Osallistumismaksu 35€, jäsenmaksu 12€, Ski-passi 29€ Kokonaishinta 76€ ja sisaruksilta 66€	Antti Luoto p. 0503903065 hiihto@mantsalanurheilijat.fi	Sompis-hiihtokoulu - Mäntsälän Urheilijat ry (mantsalanurheilijat.fi)
Mäntsälän-Pornaisten 4H-yhdistys	6-10 vuotiaat	4H-Kerho	Leikkejä, pelejä, askartelua, pientä kokkailua/leivontaa sekä kivaa yhdessä tekemistä kerholaisten toiveita kuunnellen.	Kivistöntie 3, 04600 Mäntsälä	Torstaisin klo 16:00-17:30	Ilmoittaudu kerhoon Mäntsälän-Pornaisten 4H-yhdistys	50-90€/lukuvuosi	mantsalapornainen@4h.fi p. 050 5726082	4H-kerhot Mäntsälän-Pornaisten 4H-yhdistys
Mäntsälän urheilijat ry	yli15v	Kuntosuunnistus	Kuntosuunnistus on kaikenikäisille. Radat alkaen 1 kilometri	useampi (kaunismäki, hiihtomaja, urheilukenttä, pirkkalankallio, lukko, lakeakallio, Riihenmäki jne.)	Keskiviikkoisin klo 17-19, maali suljetaan 20:30	Ilmoittaudu jaoston toimintaan - Mäntsälän Urheilijat ry (mantsalanurheilijat.fi)	Jaostomaksun maksaneilla ilmainen (alle 15v. ilmainen, 15-18 v. 3 euroa ja yli 18 v. 7 euroa. Emit-kortin vuokra 2€).	Kristiina Mäkinen p. 040 5873956 perhe.makiset@ppinet.fi	Kuntosuunnistus - Mäntsälän Urheilijat ry (mantsalanurheilijat.fi)

Mäntsälän urheilijat ry	ali 15v	Kuntosuunnistus	Kuntosuunnistus on kaikenikäisille. Radat alkaen 1 kilometri	useampi (kaunismäki, hiihtomaja, urheilukenttä, pirkkalankallio, lukko, lakeakallio, Riihenmäki jne.)	Keskiviikkoisin klo 17-19, maali suljetaan 20:30	Ilmoittaudu jaoston toimintaan - Mäntsälän Urheilijat ry (mantsalanurheilijat.fi)	Jaostomaksun maksaneilla ilmainen(alle 15v. ilmainen, 15-18 v. 3 euroa ja yli 18 v. 7 euroa. Emit-kortin vuokra 2€)	Kristiina Mäkinen perhe.makiset@ppinet.fi p. 040 5873957	Kuntosuunnistus - Mäntsälän Urheilijat ry (mantsalanurheilijat.fi)
Mäntsälän urheilijat ry (Urheiluseura Ajo ry)	Alakouluikäiset nuoret	Sähly	Ala-asteikäisten sählyvuoro	Haarajoen päihdesairaala Kuusitie 36 Haarajoki	Perjantaisin klo 19-20	Ei vaadi ilmoittautumista	40e (syksy ja kevät) +Ajon jäsenmaksu maksettu	Tuomo Rouhiainen p. 040 8369391 ajo.ajotus@gmail.com	Ala-asteikäisten sählyvuoro - Mäntsälän Urheilijat ry (mantsalanurheilijat.fi)
Mäntsälän urheilijat ry	Aikuisille - ja vanhemmille nuorille	Aikuisten harrastekoripallo	Koripalloharrastajien omatoimiryhmä	Ehnroosin koulu	Torstaisin klo 19-21	Aikuisten harrastekoripallo - Mäntsälän Urheilijat ry (mantsalanurheilijat.fi)	60 € kausi, sisältäen sekä syys-että kevätkauden.	Marko Sahlman p. 0500 810 439 marko.sahlman@mantala.fi	Aikuisten harrastekoripallo - Mäntsälän Urheilijat ry (mantsalanurheilijat.fi)
Mäntsälän seurakunta	2 vuotta täyttävälle ja sitä vanhemmalle lapselle	Päiväkerho	Päiväkerhosen ohjelmaan kuuluu mm. uskontokasvatusta, musiikki- ja ilmaisukasvatusta, kädentaitojen harjoittelua, liikumista sisällä ja ulkona, tutkimista ja ihmettelyä, sosiaalisten taitojen opettelua, vapaata ja ohjattua leikkiä	Koivulan kerhotalo ja Hyökännummen kerhotilat	2 kertaa viikossa	Ilmoittautuminen (mantsalanopisto.fi)	50€ lukukausi/lapi	Piia Muurikainen p. 040 7433256 piia.muurikainen@evl.fi	Päiväkerhot - Mäntsälän seurakunta (mantsalanseurakunta.fi)
Mäntsälän urheilijat ry	Alakouluikäiset	Suunnistuskoulu	Mäntsälän Urheilijoiden suunnistuskoulu on suunnattu erityisesti alakouluikäisille, mutta mukaan voi tulla jo hiukan nuorempaanakin oman aikuisen kanssa	Useita kokoonumisaikkoja: Riihenmäki, Anttilan asukaspuisto, Mallamäki, Lukko, Hiihenmäki Alhontien pohjoispää, Jurvala, Mustamäki	Torstaisin klo 18:30, lopetus noin 19:45	jäsentietolomake 14-vuotiaat ja nuoremmat - Mäntsälän Urheilijat ry (mantsalanurheilijat.fi)	Jaostomaksu 14v. ja nuoremmilta 30€ lisäksi tulee maksaa jäsenmaksu (12€)	Maisa Korhonen maisakom@gmail.com	Suunnistuskoulu - Mäntsälän Urheilijat ry (mantsalanurheilijat.fi)
Mäntsälän urheilijat ry	Avoin kaikille (6-97 vuotiaat)	Ammunta	Mäntsälän Urheilijoiden Ampumajaosto on menestyvä seura, jolla on aktiivisia harrastajia sekä menestyviä kilpa-ampujia kaikissa ikäryhmissä. Ampumajaosto jatkaa laadukasta, perinteikästä työtä ampumaurheilun hyväksi, kehittämällä toimintaansa nyky-yhteiskunnan muutosten ja vaatimusten mukaan. Seuran jäsenmäärä on jatkuvassa kasvussa	Monitoimitalo	Maanantaisin klo 18:00 - 21:00 Torstaisin klo 15:00 - 18:00, Sunnuntaisin klo 9:00 - 13:00	Ilmottautumisen netissä Mäntsälän urheilijoiden sivuilla (syksyllä ilmoittautuminen)	50-100€ (jäsenmaksu 100€)	Toni Karlsson p. 0400 208255	Ammunta - Mäntsälän Urheilijat ry (mantsalanurheilijat.fi)

Mäntsälän urheilijat ry	Avoin kaikille	Kuntosuunnistus	Kuntosuunnistus on kaikenikäisille. Radat alkaen 1 kilometri	Useampi (kaunismäki, hiihtomaja, urheilukenttä, pirkkalankallio, lukko, lakeakallio, Riihenmäki jne.)	Keskiviikoinen klo 17-19, maali suljetaan 20:30	Paikan päällä ilmottautuminen	Alle 15v. ilmainen, 15-18 v. 3 euroa ja yli 18 v. 7 euroa. Emit-kortin vuokra 2€	Kristiina Mäkinen perhe.makiset@pp.inet.fi p. 040 5873956	Kuntosuunnistus - Mäntsälän Urheilijat ry (mantsalanurheilijat.fi)
Mäntsälän urheilijat ry	Yli15v (Kaikki ikäluokat)	kuntosuunnistus	Kuntosuunnistus on kaikenikäisille. Radat alkaen 1 kilometri	Useampi (kaunismäki, hiihtomaja, urheilukenttä, pirkkalankallio, lukko, lakeakallio, Riihenmäki jne.)	Keskiviikoinen klo 17-19, maali suljetaan 20:30	Paikan päällä ilmottautuminen	Jaostomaksun maksaneilla ilmainen(alle 15v. ilmainen, 15-18 v. 3 euroa ja yli 18 v. 7 euroa. Emit-kortin vuokra 2€)	Jarmo Sulopuisto jatu@gmail.com p. 0400 354526	Kuntosuunnistus - Mäntsälän Urheilijat ry (mantsalanurheilijat.fi)
Mäntsälän urheilijat ry	15-18v (yli 18v.)	Kuntosuunnistus	Kuntosuunnistus on kaikenikäisille. Radat alkaen 1 kilometri	useampi (kaunismäki, hiihtomaja, urheilukenttä, pirkkalankallio, lukko, lakeakallio, Riihenmäki jne.)	Keskiviikoinen klo 17-19, maali suljetaan 20:31	Paikan päällä ilmottautuminen	3 €/per kerta (7€/ kerta)	Jarmo Sulopuisto jatu@gmail.com p. 0400 354526	Kuntosuunnistus - Mäntsälän Urheilijat ry (mantsalanurheilijat.fi)
Mäntsälän urheilijat ry	Alle 15-vuotiaat)	kuntosuunnistus	Kuntosuunnistus on kaikenikäisille. Radat alkaen 1 kilometri	Useampi (kaunismäki, hiihtomaja, urheilukenttä, pirkkalankallio, lukko, lakeakallio, Riihenmäki jne.)	ke 17-19, maali suljetaan 20:31	Paikan päällä ilmottautuminen	Jaostomaksun maksaneilla ilmainen(alle 15v. ilmainen, 15-18 v. 3 euroa ja yli 18 v. 7 euroa. Emit-kortin vuokra 2€)	Jarmo Sulopuisto jatu@gmail.com p. 0400 354526	Kuntosuunnistus - Mäntsälän Urheilijat ry (mantsalanurheilijat.fi)
Mäntsälän liikuntapalvelut	Avoin kaikille (nuorille)	Kuntosaliopastus		Monitoimitalo	Keskiviikoinen 17-19, maali suljetaan 20:30 pääsymaksu	Aukioloajat: Maanantai: 06:30 - 22:00 Tiistai: 06:30 - 22:00 Keskiviikko: 06:30 - 22:00 Torstai: 06:30 - 22:00 Perjantai: 06:30 - 22:00 Lauantai: 08:00 - 20:00 Sunnuntai: 08:00 - 22:00 Maanantaisin klo 15:00-16:00	<u>Ensimmäinen kerta ilmainen</u> Ilmottautuminen tästä linkistä: Mäntsälän vapaa-aikapalvelut (kuntapalvelut.fi) 4 kk 80€ kuukausi (30 vuorokautta 30€) alle 18v opiskelijat, työttömät ja eläkeläiset 4kk 40€ kuukausi (30 vuorokautta 19€),	Jenni Johansson jenni.johanson@mantsala.fi p. 040 3145387 Anna Grhøndahl anna.grhondal@mantsala.fi p. 040 3146723	Liikuntaryhmät - Mäntsälän kunta (mantsala.fi)