

ETELÄ-KARJALAN KANSALAIPOISTO

OPINTO-OHJELMA 2026–2027



Löydä itsesi EKKOsta.



SISÄLTÖ • OPINTO-OHJELMA 2026–2027

Yhteystiedot	4	TAIDEAINEET	21	ERITYISRYHMÄT	38
Henkilöstö	4	Ikonimaalaus	21	Kuvataide	38
Ilmoittautuminen	5	Kuvataide	21	Kädentaidot ja muotoilu	38
Tietoa opiskelusta	6	Valokuvaus	22	Yhteiskunta ja esittävä taide	38
Yleisluennot ja tapahtumat	7	Emalityöt	22		
LAPPEENRANTA	10	Posliininmaalaus	22	JOUTSENON ALUE	39
SUOMEN KIELI	10			Kielet	39
VIERAAT KIELET	14	KÄDENTAI DOT JA MUOTOILU	23	Musiikki	39
Ruotsi	14	Korut	23	Kädentaidot	39
Englanti	14	Savityöt ja keramiikka	23	Kuvataide	39
Saksa	15	Tiffany-, lyijylasi- ja lasinsulatustyöt	23	Liikunta	39
Ranska	15	Mosaikki- ja betonityöt	24		
Venäjä	15	Puutyöt ja puukkurssit	24	YLÄMAA	40
Espanja	15	Tekstiilityöt	24	Yhteiskunta	40
Italia	16	Entisöinti ja verhoilu	25	Kädentaidot	40
Viro	16	Muut kädentaidot	25	Liikunta	40
Kreikka	16			LUUMÄKI	41
Kiina	16	TIETOTEKNIikka	26	Taiteen perusopetus	41
Puola	16	Syky 2026	26	Kielet	41
		Kevät 2027	27	Kädentaidot	41
ILMAISUTAITO, IHMINEN JA YMPÄRISTÖ	17	LIIKUNTA, TANSSI JA HYVÄ OLO	28	Teatteri	42
Esittävä taide ja kirjoittaminen	17	Erityisesti senioreille	28	Liikunta	42
Ihminen ja yhteiskunta	17	Lapsille ja nuorille	28		
Sukututkimus ja mytologia	18	Starttiviikot	28	Viestintä ja tiedotus	42
Luonto	18	Joogat	28	Kurssien maksu- ja perumisehdot	43
Ruoka	18	Kuntoliikunta	30		
MUSIIKKI	19	Tanssi	32		
Kuorot	19	Hyvä olo	34		
Yksinlaulu	19	Kesäkurssit	35		
Soitto, ryhmäopetus	20				
Soitto, yksilöopetus	20				

Kuvat:

kansi: Tuomas Tyrisevä

muut: EKKO / OpenAI

Toimitus ja taitto: EKKO

Paino: Saimaprint, Lappeenranta

Opistolla on oikeus tehdä muutoksia opinto-ohjelmassa ilmoitettuihin tietoihin.

► VAALI HYVÄÄ!

Uusi lukuvuosi tarjoaa jälleen mahdollisuuden oppia uutta, saada oivalluksia ja jatkaa tuttujen harrastusten parissa – tai löytää jotain aivan uutta.

EKKOn 20-vuotisjuhlavuosi näytti, miten tärkeä osa arkea opiskelu ja harrastaminen ovat. Kurssit ja tapahtumat toivat monelle iloa ja onnistumisen kokemuksia.

Edessä oleva eduskuntavaalivuosi muistuttaa osaltaan osallistumisen ja yhdessä tekemisen merkityksestä. Kansalaisopistossa vaihdetaan ajatuksia, kuullaan erilaisia näkemyksiä ja opitaan toisilta. Sivistys rakentuu siitä, että opimme uutta, ymmärrämme paremmin ja kohtaamme toiset kunnioittavasti.

Kiireen ja jatkuvan uutisvirran keskellä on hyvä välillä pysähtyä. Elämä ei ole vain suorittamista. Annetaan siis aikaa oppimiselle, luovuudelle ja uusien taitojen kokeilemiselle.

Olemme uudistaneet opinto-ohjelmaamme kokoamalla tiedot entistä selkeämmin eri paikkoihin. Painettu ohjelma ja verkkosivujen PDF antavat tiiviin kokonaiskuvan kurseista. Ajantasaisimmat kurssikuvaukset, materiaalitiedot ja muutokset löydät verkkokaupasta. Näin kaikki tarvittava tieto on helposti saatavilla, kun valitset kurseja ja ilmoittaudut niille.

Lämpimästi tervetuloa mukaan lukuvuoteen 2026–2027!

Sanna Nurmi, rehtori



OPISTON TYÖVUOSI JA LOMAT

Kurssit kokoontuu elokuusta kesäkuuhun. Pääosa opetuksesta ajoittuu seuraavasti:

Syyslukukausi 14.9.–5.12.2026

Kevätlukukausi 11.1.–11.4.2027

Kesäkurssit 26.4.–6.6.2027

Kurssikuvauksissa on maininta kunkin kurssin alkamis- ja päättymispäivistä.

Mahdollisista poikkeusajoista on maininta verkkokaupan kurssikuvauksessa.

Syysloma (viikko 43) 19.–25.10.2026

Talviloma (viikko 9) 1.–7.3.2027

Pääsiäisloma 25.–29.3.2027

Huom! Pääsiäisloman vuoksi pitämättä jääneet opetuskerrat pidetään viikolla 15.

► YHTEYSTIEDOT

Etelä-Karjalan kansalaisopisto
Pohjolankatu 27
53100 Lappeenranta

TOIMISTO

toimisto@ekko.fi tai 044 566 4553



Opistotalo eli kansalaisopiston päätoimipaikka on Lappeenrannan keskustassa, osoitteessa Pohjolankatu 27, Lappeenranta. Opistotalossa sijaitsee toimisto.

Toimisto on avoinna opetuskaudella:

ma klo 12.00–17.00
ti-ke klo 10.00–15.00

Lukuvuoden alussa toimistossa on pidennetyt aukioloajat, ks. s. 5.

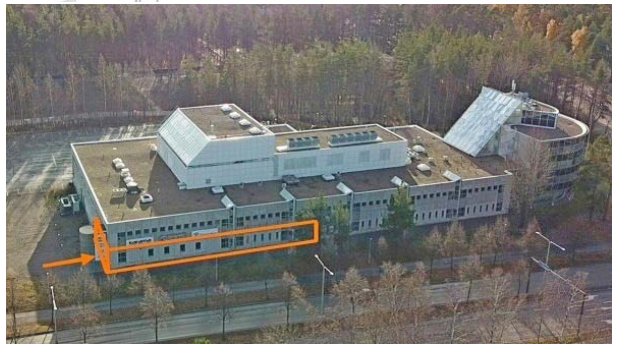
Ajantasaiset toimiston aukioloajat löydät aina EKKOn verkkosivuilta **ekko.fi** > **Yhteystiedot**.




MUUT TOIMIPAIKAT

Opiston toinen pääopetuspaikka Lappeenrannassa, Lehtitalo, sijaitsee osoitteessa Lauritsalantie 1. Lisäksi opistolla on yhteensä noin 60 eri opetuspaikkaa ympäri Lappeenranta ja Luumäkeä.



Karttakuva: Avoin aineisto © Maanmittauslaitos



 ekko.fi
 [ekkokansalaisopisto](https://www.facebook.com/ekkokansalaisopisto)
 [ekko_opisto](https://www.instagram.com/ekko_opisto)

► HENKILÖSTÖ

Päätoimisen henkilöstön sähköpostiosoitteet ovat muotoa *etunimi.sukunimi@ekko.fi*

Sanna Nurmi, 044 742 0173

Rehtori,
Vieraiden kielten ja musiikin vastuuhenkilö

Pasi Litmanen, 050 555 7271

Hallintopäällikkö,
IT-tuki, tietotekniikan vastuuhenkilö

Pirkko Muukka, 044 566 4553

Toimistos sihteeri

Jonna Aspela, 044 566 3363

Opistos sihteeri

Kaisa Leinonen, 050 555 1676

Hanke- ja viestintäkoordinaattori
Yhteiskunta ja esittävä taide -ainealan
vastuuhenkilö

Noomi Levo, 050 555 5856

Kädentaitojen ja taideaineiden sekä koti- ja
luontokurssien vastuuopettaja

Sinikka Miettinen, 050 555 1954

Liikunnan, tanssin ja hyvä olon vastuuopettaja

Sirpa Tereska, 044 566 3364

Suomen kielen vastuuopettaja

Opistossa on noin 110 **tuntiopettajaa**.
Heidät tavoitat toimistomme kautta.

► ILMOITTAUTUMINEN

Ilmoittautuminen lukuvuoden 2026–2027 kursseille alkaa ma 10.8. klo 11.00.

VERKOSSA

Löydät ilmoittautumissivuston ja -ohjeet verkkokaupastamme osoitteesta **opistopalvelut.fi/ekko**

Voit halutessasi harjoitella ilmoittautumista myös etukäteen ilmoittautumalla kursseille 000000 Testi-ilmoittautumiskurssi 1 ja/tai 000001 Testi-ilmoittautumiskurssi 2.

TOIMISTOSSA

Toimisto palvelee lukuvuoden alussa pidennetyin aukioloajoin (myös torstaisin):

10.8.2026 ma klo 11.00–18.00
11.8.–17.9.2026 ma klo 12.00–18.00
ti–to klo 10.00–15.00

Toimiston aukioloajat opetuskaudella, katso s. 4.

PUHELIMITSE

Puhelinilmoittautumisia otamme vastaan vain 10.–13.8.2026 seuraavasti:

Ma 10.8. klo 11.00–18.00 numeroissa 044 566 4553 ja 044 742 0173

Ti 11.8.–to 13.8. klo 10.00–15.00 toimiston numerossa 044 566 4553

Tekstiviestitse tai puhelimen vastaajaan ei voi ilmoittautua.

MARKETISSA JA KIRJASTOISSA

LPR:n Prismassa ma 17.8.2026 klo 11.00–14.00

Taavetin kirjastossa ke 19.8.2026 klo 11.00–14.00

Joutsenon kirjastossa to 20.8.2026 klo 11.00–14.00

YKSILÖOPETUS

Musiikki: Ilmoittautumisohteet kurssikohtaisissa lisätiedoissa verkkokaupassa:

opistopalvelut.fi/ekko

Kielet ja tietotekniikka: ks. yhteystiedot ainekohtaisista esittelyistä s. 11, 14 ja 26.

OHJEITA ILMOITTAUTUMISEEN

- Kurssit on jaettu syys- ja kevätkauden kursseiksi. Voit ilmoittautua 10.8.2026 alkaen sekä syksyille että keväälle tai vain toiselle kaudelle.
- Verkoilmoittautumisen jälkeen saat tiedon kurssille pääsystä sähköpostiisi. Muistathan katsoa myös roskapostisi.
- Jos kurssimaksun verkkomaksamisessa on ongelmia, lähetä sähköpostia tai soita opiston toimistoon, toimisto@ekko.fi tai 044 566 4553.
- Lähetämme sähköpostiisi muistutusviestin kurssin alkamisesta kolme päivää ennen kurssin alkua.
- Ilmoittautuessasi kursseille hyväksyt opiston järjestyssäännöt ja sitoudut maksamaan kurssimaksun. Kurseilla ei ole kokeilukertoja.
- Opintoryhmiin voi ilmoittautua milloin tahansa lukuvuoden aikana, mikäli niissä on tilaa. Ilmoittautumista ei voi tehdä opettajalle eikä sähköpostitse.
- Jos olet ilmoittautunut kurssille, mutta et ota kurssipaikkaa vastaan, peru ilmoittautuminen opiston toimistoon. Kurssin maksamatta jättäminen ei ole peruminen.
- Perumattomasta kurssipaikasta veloitetaan perumisehtojen mukaisesti, ks. s. 43.
- Jos kurssi on täynnä, voit ilmoittautua varasijalle. Toimisto ilmoittaa vapautuneesta kurssipaikasta tekstiviestillä, johon on vastattava kahden vuorokauden kuluessa.

► Tutustu kurssin maksu- ja perumisehtoihin ennen ilmoittautumista! Ne ovat luettavissa opiston verkkosivuilla ekko.fi/peruutusehdot, toimistossa ja opinto-ohjelman s. 43.

Peruuntumisista, mahdollisista opetuskertojen muutoksista ja kurssille vapautuneesta paikasta ilmoitamme aina tekstiviestillä.

Jos keskeytät kurssin, ilmoitathan siitä mahdollisimman pian opiston toimistoon, jotta voimme tarjota opiskelupaikkaa mahdolliselle varasijalla olijalle!

► UUDISTIMME KURSSI- TIETOJEN ESITYSTAPAA!

Olemme uudistaneet kurssitietojen esitystapaa, jotta löydät tarvitsemasi tiedot entistä selkeämmin ja ajantasaisemmin. Kädessäsi oleva painettu ohjelma ja sen PDF-versio (**ekko.fi**-sivulla) tarjoavat jatkossa kokonaiskuvan lukuvuoden kursseista. Kaikki yksityiskohtaiset, päivittyvät tiedot löytyvät verkkokaupasta. Toivomme tämän helpottavan kurssien vertailua ja osallistumisen suunnittelua.

Tutustu lukuvuoden 2026–2027 tarjontaan painetun ohjelman ja verkkokaupan avulla!

PAINETTU OHJELMA & PDF-VERSIO **Selaile ja poimi kurssi-ideoita!**

Näet nopeasti koko lukuvuoden kurssien keskeiset tiedot, kuten nimen, aikataulun, paikan ja hinnan.

VERKKOKAUPPA

Katso tarkat ja ajantasaiset kurssitiedot!

Verkkokauppa on ensisijainen tietolähde. Sieltä löydät kurssien yksityiskohtaiset kuvaukset ja käytännön tiedot, kuten tarvittavat välineet ja materiaalit (hintatietoineen), taso- ja vaativuuskuvaukset, ohjeet verkko-opiskeluun, mahdolliset osallistumisrajoitukset sekä poikkeukset kokoontumiskerroissa.

Verkkokaupan kurssikuvauksiin pääset tutustumaan heinäkuun alusta alkaen osoitteessa: **opistopalvelut.fi/ekko**
Ilmoittautuminen verkkokaupassa alkaa ma 10.8.2026 klo 11.

Pidätämme oikeuden muutoksiin – tarkistathan ajantasaisimmat tiedot aina verkkokaupasta!

Tiesithän, että voit Verkkokaupan **Omat ilmoittautumiseni** -osiossa:

- tarkastella kursseja, joille olet ilmoittautunut
- maksaa kurssimaksusi
- perua kurssi-ilmoittautumisesi

LAHJAKORTTI

Kansalaisopiston kurssilahjakortti on mieluisa aineeton lahja läheiselle tai ystävälle!
Hae verkkokaupasta tai kysy toimistosta.

► TIETOA OPISKELUSTA

TURVALLISEMMAN TILAN PERIAATTEET

Opiston toiminnassa on käytössä turvallisemman tilan periaatteet. Turvallisella tilalla tarkoitetaan ympäristöä, jossa jokainen osallistuja ja paikallaolija voi kokea olonsa kunnioitetuksi ja arvostetuksi omana itsenään.

OPISKELUOIKEUS

Kurssit ovat avoimia kaikille iästä ja koulutus pohjasta riippumatta. Useimmat kurssit on suunnattu lähinnä aikuisille. Mahdolliset alaikäraajat on mainittu kurssikuvauksessa.

OPETUSKIELI JA OPPITUNTI

Opetuskieli on suomi ja oppitunnin pituus on 45 minuuttia, ellei kurssitiedoissa toisin mainita.

POISSAOLOJEN KORVAAMINEN

Poissaoloja ei voi korvata osallistumalla jonkin toisen opintoryhmän opetukseen.

ETÄOPETUS

EKKO tarjoaa etäopetusta monissa aineissa. Etäopetuksessa käytetään laajasti Zoom-videopalvelua ja Peda.net-oppimisympäristöä. Etäopetuskurssit tunnustetaan **online, etäopetus** tai **myös etäopetus** -tekstistä kurssin nimen perässä. Lisätietoja etäopiskelusta saat EKKOn verkkosivuilta, **ekko.fi > etäopiskelu** ja aineen vastuuolettajalta. Teknisissä asioissa auttaa tietotekniikan vastuuhenkilö Pasi Litmanen, 050 555 7271, pasi.litmanen@ekko.fi.

EKKON KURSSEISTA VOI SAADA OPINTOPISTEITÄ

- Voit saada joistakin kursseista suoritusmerkinnän, joka kertoo osaamisestasi esimerkiksi toiselle oppilaitokselle tai työnantajallesi. Nämä kurssit on merkitty noppamerkillä.
- Päätät itse, haluatko suoritusmerkinnän. Voit osallistua kurssille ilman osaamisesi arviointia kuten ennenkin.
- Opintopisteiden määrään vaikuttaa sekä kurssin tuntimäärä että itsenäiseen työskentelyyn käytetty aika. Yksi opintopiste vastaa noin 27 tunnin työmäärää.
- Hyväksytyt suorituksesi näet kansallisesta Oma Opintopolku-palvelusta.

- ▶ Jos haluat hyödyntää kansalaisopisto-opintojasi toisessa oppilaitoksessa, sinun tulee sopia asiasta kyseisen oppilaitoksen kanssa.
- ▶ Kurssin opettaja kertoo suoritusmahdollisuudesta opintojen alussa. Lisätietoa löydä opiston verkkosivuilta osoitteesta ekko.fi/opintosuoritukset.

Opintopistekurssin tunnustat tästä merkistä!



TODISTUKSET

Todistus tilataan EKKOn toimistosta sähköpostitse: toimisto@ekko.fi Opiskeluvuotena todistumaksu on toimistosta noudettaessa 7 € ja aiemmilta vuosilta sekä englanninkielisenä 15 € (kotiin postitettuna 10/18 €). Yli 15 vuotta vanhoista opinnoista todistuksia ei anneta.

ESTEETTÖMYYS

Opisto pyrkii olemaan mahdollisimman esteetön tilojen ja opetusjärjestelyjen osalta. Opisto myös selvittää säännöllisesti opiskelijoiden ja henkilöstön kokemuksia yhdenvertaisuuden toteutumisesta EKKOn toiminnassa. Mikäli havaitset puutteita tai osallistumisen esteitä, ota yhteyttä opiston rehtoriin.

VAKUUTUKSET

Opiskelijat eivät ole opiston puolesta vakuutettuja. Opisto ei vastaa luokkiin, käytäviin ja pukuhuoneisiin jätetyistä vaatteista tai muista tavaroista ja tarvikkeista.

VALOKUVAAMINEN JA VIDEOINTI

Opisto valokuvaa ja videoi opiston toimintaa opintoryhmissä ja eri tilaisuuksissa. Osallistujilta pyydetään kuvauslupa etukäteen. Valokuvia ja videoita käytetään opiston kotisivuilla, opinto-oppaissa sekä opiston mainonnassa. Mikäli opiskelija haluaa kuvata tai äänittää oppituntin aikana, on siitä pyydetävä kaikkien läsnä olevien lupa kirjallisena. Oppituntien kuvaaminen tai äänittäminen ilman kaikkien läsnä olevien lupaa on kielletty.

YKSILÖ- JA PIENRYHMÄOPETUS

Halutessasi voit tulla EKKOon opiskelemaan myös itsenäisesti tai pienryhmässä (alle 8 henkilöä). Opisto tarjoaa yksilöopetusta kielissä ja

tietotekniikassa. Lisätietoa ilmoittautumisesta ja hinnoista löydät opinto-oppaasta ainekohtaisten esittelyjen yhteydestä.

TILAUSKOULUTUS

Kaipaatko inspiroivaa ohjelmaa työpaikan tyhy-päivään? Tai haluatko järjestää toiminnallista juhlaohjelmaa vaikkapa syntymäpäiville? Opisto tarjoaa tilauksesta yksilöllisiä koulutuksia tai ohjelmasisältöjä organisaatioille, yrityksille ja yksityishenkilöille. Koulutukset suunnitellaan yhteistyössä kanssasi ja räätälöidään tarpeitasi vastaaviksi. Lisätietoa tilauskoulutuksesta antaa hallintopäällikkö Pasi Litmanen, pasi.litmanen@ekko.fi, 050 555 7271.

Puuttuuko kurssi?

Otamme mielellämme vastaan kurssi-ideoita pitkin lukuvuotta. Varsinainen kurssisuunnittelu käynnistyy vuodenvaihteen jälkeen ja ideoita hyödynnetään suunnittelussa. Ehdota kurssia: ekko.fi/yhteystiedot/palaute

▶ YLEISÖLUENNOT JA TAPAHTUMAT

Yleisöluennot ja tapahtumat ovat maksuttomia ja kaikille avoimia. Lähiluennot pidetään Lappeenrannan pääkirjastossa eikä niihin tarvitse ilmoittautua. Verkkoluentojen osallistumishojeet löydät EKKOn sivuilta ekko.fi > **tapahtumat** sekä verkkokaupassa. Ajankohtaiset tapahtumatiedot myös Facebookissa ja Instagramissa.

YLEISÖLUENNOT

Luennot syksyllä ja talvella 2026–2027

Ruokaa Raudusta - tarinaa

Karjalankannaksen ruokaperinteestä

ke 30.9. klo 17.00–18.30

Karjalankannas muodosti varsin omaleimaisen alueen, jonka ruokaperinteeseen vaikuttivat sijainti, vilkas kaupankäynti, vaihtuvat hallitsijat sekä eri uskontokunnat. Ravintola-alan konkari Liisa Rouhiainen kertoo luennossaan alueen muusta Suomesta poikkeavista tavoista ja erikoisuuksista. Kuulemme myös näytteitä Raudun murteesta. Lpr pääkirjasto, Heikki-sali.

Taskulampun valossa ja varjossa – Lappeenrannan kaupunkirakenteen kehitys 1967–2027

to 12.11. klo 17.00–18.30

FT, Suomen historian dosentti Mikko Kohvakka tarkastelee luennossaan Lappeenrannan kaupunkirakenteen kehittämistä 1960-luvun lopulta 2020-luvulle. Onko kaupunkirakennetta kyetty kehittämään kokonaisuutena? Millaisena on näyttäytynyt kaupunkimaisuuden ja maaseutumaisuuden välinen jännite? Lpr pääkirjasto, Heikki-sali.

Discover Schwäbisch Hall – Online City Tour in English. Tutustutaan Schwäbisch Halliin – Verkkoluento englanniksi

Join tour guide Kenneth Swiers on a live digital tour through the historic old town of Schwäbisch Hall. Discover the market square, the steps of St. Michael's Church, picturesque half-timbered houses, and learn interesting facts about the history of this former salt-refining town. The tour is open to anyone interested and offers the chance to get to know Schwäbisch Hall live— from the comfort of your own home. The event was organized in collaboration with EKKO in the Finnish sister city of Lappeenranta and invites you to get to know Schwäbisch Hall even across national borders.

Yhteistyöluento Lappeenrannan ystävyyskaupunki Schwäbisch Hallin kansalaisopiston kanssa. Maksuton ja kaikille avoin luento pidetään englanniksi. Ilmoittaudu, niin saat osallistumislinkin ennen luentoa. Ajankohta ilmoitetaan alkusyksystä 2026 sivuilla ekko.fi > tapahtumat.

Muisteltu Lappeenranta

to 28.1. klo 17.00–18.30

FT, perinteentutkija Sari Tuuva-Hongisto Luento tarkastelee lappeenrantalaista muistitietoa ja kerrottua lähimenneisyyttä. Teemoina rajan kokemuksellisuus sekä kaupunginosien erilaisuus ja jännitteet. Lpr pääkirjasto, Heikki-sali.

TAITOA JA TAIDETTA -MYYJÄISET

La 28.11.2026 klo 10.00–14.00

Opistotalo joulunalusajan tunnelmissa. Myyntipöydillä on opiston kurssilaisten tekemiä taide- ja käsitöitä, koristeita ja leivonnaisia.

KEVÄTNÄYTTELY

Pe–su 23.–25.4.2027, Opistotalo, Lappeenranta

► KYLLÄ KANSA TIETÄÄ -VERTAISOPETUSTA

Vain harvat ovat kaikkien alojen asiantuntijoita, mutta kaikki me osaamme hyvin jotakin! Oletko perehtynyt paikallishistoriaan, penkkiurheiluun, viherkasvien tai marsujen hoitoon? Onko sinulla hyviä kierrätysvinkkejä tai oivalluksia arkeen ja ihmissuhteisiin? Ilmoittaudu työpajan tai kurssin vetäjäksi jakamaan osaamistasi!

Kyllä kansa tietää -kurssit kokoontuvat aina kahdeksi tunniksi kerrallaan eri aiheiden äärelle opiston tiloissa. Tuntien teemat ja aikataulu julkaistaan etukäteen opiston verkkosivuilla, ja jokaiselle kerralle ilmoittaudutaan erikseen. Osallistuminen on osallistujille maksutonta.

Opetus tapahtuu tällä kurssilla vertaisopettajuuden hengessä, eikä siitä saa rahapalkkaa. Kurssin teemoista voi kuitenkin syntyä aihio vaikkapa erilliseksi kurssiksi, ja tässä on tilaisuus testata omia ideoita. Haluatko *Kyllä kansa tietää* -kurssin vetäjäksi? Ota yhteyttä yhteiskunnallisten aineiden vastuuhenkilöön Kaisa Leinoseen sähköpostitse ja esittele lyhyesti ideasi: kaisa.leinonen@ekko.fi.

360130a Kyllä kansa tietää!

Kielenhuoltoa - who cares?

1.10.2026 klo 15.30–17.00

103, Pohjolankatu 27

Miksi suomen kieltä pitää huoltaa? Eikö tekoäly hoida tämänkin? Vai olisiko helpompaa, jos vaan vaihdettaisiin englanttiin?

Keskustelua. Lopuksi vinkkejä omien tekstien huoltamiseen. Kaisa Leinonen (FM, äidinkielenopettaja) alustaa keskustelua. Maksuton kurssi, jolle täytyy ilmoittautua.

► JONNA ASPELA ALOITTA EKKON OPISTOSIHTTEERINÄ

Mie oon Jonna, iloinen ja helposti lähestyttävä lappeenrantalainen. Olen aloittanut kansalaisopistossa harrastamisen vuonna 2012 Tarja Häsän lasikorukurssilla, josta sitten jatkoin savitöiden maailmaan Minna Melkon oppiin. Lasityöt ja savityöt ovat jatkuneet tähän saakka ja tulevat varmasti jatkumaan niin kauan kuin kädet (ja pää?) toimivat.

On kokeiltu myös emalitöitä, mosaiikkia, makrameeta, sukututkimusta. On tehty kokedamaa ja kransseja, letitetty hiuksia. On virkattu, tuftattu ja nyplätty, käyty vetreytymässä



joogaterapiassa, pilateksessa ja hathajoogassa, tansittu itämaisittain, otettu ensikosketus italian ja ruotsin kieliin sekä haettu apua ja oppia kodin kaaokseen Viihtyisiä ja toimiva koti -kurssilta.

Olen myös sijaistanut opettajia savi- ja lasitöissä, opettanut kädentaitoja maahanmuuttajaryhmille ja Naisten piirin opiskelijoille, pitänyt teemasyntäreitä sekä kurseja hopeasavesta, alumiinikoruista, betonista sekä kierrätysmateriaaleista (lusikat, haarukat, silmälasit...).

EKKOn toimistossa olen ollut auttamassa ilmoittautumiskiiireissä ja asiakaspalvelussa vuodesta 2018 asti. Elokuussa 2026 aloitan vakituksena työntekijänä opistosihteerinä. Odotan innolla uusia haasteita ja toivon, että voin auttaa ihmisiä tulevina vuosina hymy huulilla kuten tähänkin asti. On ollut mukava huomata, kuinka erilaisia ihmisiä opistolla käy – ja kuitenkin meitä kaikkia yhdistää halu tehdä ja oppia.

Toivon, että tulevaisuudessakin kansalaisopistossa on mahdollista opiskella kaikenlaista matalalla kynnyksellä ja että myös yhä useampi löytää mieleisensä harrastuspaikan EKKOsta. Oppiminen sekä uuden tekeminen on aina hyvä ja iloinen asia, joka piristää mieltä, minkä ikäisenä tahansa.

Nähdään siis taas syksyllä opistolla iloisella mielellä!

– Jonna

► EKKO PÄHKINÄNKUORESSA

- yksityinen, säätiön ylläpitämä oppilaitos perustettu vuonna 2005 kahden vanhemman opiston – Saimaan Kansalaisopiston ja Lappeenrannan Työväenopiston – yhdistyttyä
- tuo harrastusmahdollisuudet lähelle Sinua Lappeenrannassa ja Luumäellä
- tarjoaa opetusta kädentaidoissa, kuvataiteessa, kielissä, liikunnassa, musiikissa, tietotekniikassa, yhteiskunnallisissa aineissa sekä koti- ja luontoaiheissa
- tarjoaa noin 19 000 tuntia opetusta ja 800 kurssia
- noin 4600 kurssilaista
- noin 50 opetuspaikkaa
- 9 päätoimista työntekijää ja 122 tuntiopettajaa

(lukuvuoden 2025–2026 tilastoja)

Etelä-Karjalan kansalaisopisto on voittoa tavoittelematon säätiö, jonka toiminnan perusrahoitus tulee valtiolta. EKKOn tulo- ja menorakenne:

Tulot:

- | | |
|----------------------|------|
| • valtionosuus | 55 % |
| • kurssimaksut | 32 % |
| • kuntien avustukset | 13 % |

Menot:

- | | |
|----------------------------|------|
| • henkilöstö | 71 % |
| • vuokrat | 15 % |
| • kiinteistö | 9 % |
| • hallinto ja markkinointi | 5 % |

(vuoden 2025 tilinpäätös)



Kestävän kehityksen
sertifioitu oppilaitos

EKKO on sertifioitu kestävän kehityksen oppilaitos. Kestävä kehitys tarkoittaa kansalaisopiston arjessa paitsi ekologisuuutta,

myös sosiaalista, taloudellista ja kulttuurista vastuuta. Lue lisää aiheesta sivuilla ekko.fi > Kestävä kehitys



▶ LAPPEENRANTA

▶ SUOMI

Sie ja mie ollaan myö!

Tervetuloa opiskelamaan suomea!

Suomen kielen kurssit järjestetään pääosin Lehtitalolla, osoitteessa Lauritsalantie 1.

Opiskelemme kurseilla sekä suullista että kirjallista viestintää taitotason mukaisesti. Voit katsoa tarkemmat kurssikuvaukset verkkokaupasta. Opettajat puhuvat selkosuomea, mutta voivat käyttää apukielenä myös muita kieliä.

Etäopettaja lähettää Zoom-linkin ennen etäkurssin alkua.

Vastaa mielelläni kysymyksiisi, joten soita tai lähetä sähköpostia. Voit myös tulla tapaamaan minua opistotalolle maanantai-iltapäivisin.

Sirpa Tereska

suomen kielen vastuopettaja
sirpa.tereska@ekko.fi
044 566 3364

OPINTONEUVONTA (myös englanniksi ja venäjäksi) maanantaisin, Pohjolankatu 27:

- 10.8., 17.8., 24.8. ja 31.8. klo 15–17
- 7.9.–7.12.2026 klo 15–16
- 11.1.–26.4.2027 klo 15–16

Ilmoittautuminen

- ekko.fi > VERKKOKAUPPA hae kurseja / ilmoittaudu
- opistotalolla, Pohjolankatu 27

Ilmoittaudu kurssille ajoissa! Kurssi alkaa, jos kurssille on ilmoittautunut vähintään 10 opiskelijaa 7 päivää ennen kurssin alkua. Kurssille voi ilmoittautua jatkuvasti. Jos kurssi on täynnä, voit jäädä jonotuslistalle.

Täytä ilmoittautumislomake huolellisesti, erityisesti puhelinnumero ja sähköpostiosoite, jotta voimme ottaa yhteyttä tarvittaessa. Katso lisätietoja ilmoittautumisesta s. 5.

Katso toimiston aukioloajat s. 4 ja 5. Jos ilmoittaudut netissä, tarvitset suomalaisen henkilötunnuksen. Kurssi maksetaan ilmoittautumisen yhteydessä.

Lomat

Katso Opiston työvuosi ja lomat s. 3.

▶ FINNISH COURSES

You and I - We together!

Welcome to study Finnish!

Finnish language classes are mainly held at Lehtitalo at Lauritsalantie 1.

We study both oral and written communication according to skill level. You can see more detailed course descriptions in our online store. The teachers speak easy Finnish but they can also use other languages to support understanding.

The distance teacher sends a Zoom link before the online course starts.

I am happy to answer your questions, so please call or email. You can also come to meet me in our office on Monday afternoons.

Sirpa Tereska

the head teacher of Finnish language
sirpa.tereska@ekko.fi
044 566 3364

STUDENT COUNSELLING (also in Finnish and Russian) on Mondays at Pohjolankatu 27

- August 10, 17, 24, 31 at 3pm–5pm
- September 7–December 7, at 3pm–4pm
- January 11–April 26, at 3pm–4pm

Online registration at

ekko.fi > VERKKOKAUPPA hae kurseja / ilmoittaudu (the Finnish social security number is required). If you don't have an existing Finnish social security number, you can also register in the office during office hours, see pages 4 and 5.

Fill out the registration form carefully, especially phone number and email address, so that we can contact you if necessary. Please make sure you register at least seven days before the course starts. If we fail to reach a minimum of ten signups a week before the course is due to start, the course will be cancelled. In that case you will be refunded in full. To receive a full refund, you may cancel up to 7 days before the start date of the course. Once the course has started, you are welcome to join in if there is room on the course. Further information, see ekko.fi/in-english

Holidays

See "Opiston työvuosi ja lomat", page 3.

► Luku- ja kirjoitustaidon kurssit

Literacy courses

► Luku- ja kirjoitustaitoa intensiivisesti

syksy 120202a 24.8.–11.12. / 300 t / 627 €

ma–pe 9.00–12.50
Luokka 3, Lehtitalo, Lauritsalantie 1
FM Pirkko Laine

Ei netti-ilmoittautumista! /
No online registration!
Ilmoittautuminen ja lisätietoa /
Registration and further information:
sirpa.tereska@ekko.fi tai 044 566 3364

Kurssi on tarkoitettu opiskelijoille, jotka ovat käyneet hyvin vähän tai ei lainkaan koulua kotimaassaan eivätkä osaa lukea eikä/tai kirjoittaa latinalaisella kirjaimistolla tai tarvitsevat vielä lisäharjoitusta luku- ja kirjoitustaidon kehittämisessä ennen kotoutumiskoulutukseen siirtymistä. Kurssi on ilmainen opiskelijoille, joiden kotoutumissuunnitelmaan kuuluu tämä koulutus.

Literacy course is aimed at immigrants who have not had the opportunity to receive sufficient education or general education in their own country or elsewhere so that they can cope with the challenges posed by Finnish society for studying, working and practical everyday activities. The course is free for students whose civic integration plans include this course.

► Yksilö- ja pienryhmäopetus

Individual and small group tuition /

Частные уроки и занятия в малых группах

Yhteyshenkilö /
Contact person /
Контактное лицо
sirpa.tereska@ekko.fi, p. 044 566 3364

► Päiväkurssit Daytime courses

Katso verkkokaupasta "Lisätietoa kurssista". / Click "More information about the course" in the online store. / Нажмите "Lisätietoa kurssista" в интернет-магазине.



Intensiivisen kurssin maksun voi maksaa osissa. / The course fee for intensive courses can be paid in instalments. / Оплату интенсивного курса можно внести по частям.

Lisätietoa / Further information /
Дополнительная информация
sirpa.tereska@ekko.fi tai 044 566 3364.

► Suomea intensiivisesti A (A1)

syksy 120205a 8.9.–4.12. / 192 t / 419 €
kevät 120205b 12.1.–5.5. / 240 t / 520 €

ti–pe 8.45–12.15
Luokka 4, Lehtitalo, Lauritsalantie 1
LitM Tiina Pasanen

The course is suitable for you if you have good studying skills and you want to learn Finnish quickly. We will use some English to support understanding.

Course book: Suomen mestari 1 (2020) and teacher's own material.

► Suomea intensiivisesti B (A1)

syksy 120206a 8.9.–4.12. / 192 t / 419 €
kevät 120206b 12.1.–5.5. / 240 t / 520 €

ti–pe 9.00–12.30
Luokka 1, Lehtitalo, Lauritsalantie 1
FM Ekaterina Turkia

Ilmoittautuminen / Registration:
10.8., 17.8., 24.8., 31.8. klo 15–17,
Pohjolankatu 27.

Opiskelemme käyttämään suomea arkipäivän tilanteissa. Sopii myös opiskelijoille, jotka tarvitsevat tukea lukemisessa ja kirjoittamisessa. Oppikirja: Oma suomi 1 (2022) ja opettajan oma materiaali.

We study to use Finnish in everyday life. The course is also suitable for students, who need support in reading and writing in Latin alphabet. Course book: Oma suomi 1 (2022) and teacher's own material.

► Suomea intensiivisesti A, jatko (A2)

syksy 120207a 7.9.–3.12. / 144 t / 309 €
kevät 120207b 11.1.–13.4. / 144 t / 309 €

ma–to 13.45–16.15
Luokka 4, Lehtitalo, Lauritsalantie 1
LitM Tiina Pasanen

Kurssi sopii opiskelijalle, jolla on hyvät opiskelutaidot ja joka osaa perusrakenteita ja pystyy puhumaan yleisissä arkipäivän tilanteissa. Oppikirja: Suomen mestari 2 (2022) ja opettajan oma materiaali.

► Suomea intensiivisesti B, jatko (A2)

syksy 120208a 7.9.–3.12. / 144 t / 309 €
kevät 120208b 11.1.–14.4. / 144 t / 309 €

ma, ke ja to 8.30–12.00
Luokka 2, Lehtitalo, Lauritsalantie 1
FM Sirpa Tereska

Opiskelemme arkielämässä tarvittavia suullisia ja kirjallisia taitoja. Oppikirja: Oma suomi 2 (2023) ja opettajan oma materiaali.

► Iltakurssit Evening courses

► Suomi 1 (A1.1)

syksy 120212a 14.9.–2.12. / 44 t / 93 €
Suomen mestari 1, kpl 1–4
ma ja ke / Mon and Wed 17.15–18.45

→ Suomi 2 (A1.2)

kevät 120224b 11.1.–12.4. / 48 t / 101 €
Suomen mestari 1, kpl 4–7
ma ja ke / Mon and Wed 17.15–18.45

→ Suomi 3, huhti-toukokuu (A1.3)

kevät 120236b 14.4.–27.5. / 42 t / 89 €
Suomen mestari 1, kpl 7–9.
ma ja ke / Mon and Wed 16.30–19.00

Luokka 1, Lehtitalo, Lauritsalantie 1
FM Ekaterina Turkia

► Suomi 1, online (A1.1)

syksy 120214a 14.9.–2.12. / 44 t / 93 €
Suomen mestari 1, chapters 1–4
→ Suomi 2, online (A1.2)

kevät 120226b 11.1.–12.4. / 48 t / 101 €
Suomen mestari 1, kpl 4–7
ma ja ke / Mon and Wed 17.15–18.45

FM Laura Carlson

► Suomi 1 (A1.1)

syksy 120216a

loka–joulukuu / 44 t / 93 €

kevät 120218b

tammī–huhtikuu / 48 t / 101 €

Aika ja paikka ilmoitetaan myöhemmin.

The time and place will be announced later.

► Suomi 2, online (A1.2)

syksy 120222a 15.9.–3.12. / 44 t / 93 €

Suomen mestari 1, kpl 4–7.

→ Suomi 3, online (A2.1)

kevät 120234b 12.1.–13.4. / 48 t / 101 €

Suomen mestari 1, kpl 7–9

ti ja to / Tue and Thu 19.00–20.30

FM Laura Carlson

► Suomi 3 (A1.3)

syksy 120232b 14.9.–3.12. / 44 t / 93 €

Suomen mestari 1, kpl 7–9

→ Suomi 4 (A2.1)

kevät 120244b 11.1.–15.4. / 48 t / 101 €

Suomen mestari 2 (2022), kpl 1–3.

ma ja to / Mon and Thu 17.15–18.45

Luokka 3 ja 4, Lehtitalo, Lauritsalantie 1

FM Marja Kondra

► Suomi 4 (A2.1)

syksy 120242a 14.9.–2.12. / 44 t / 93 €

Suomen mestari 2 (2022), kpl 1–3.

→ Suomi 5 (A2.1)

kevät 120254b 11.1.–12.4. / 48 t / 101 €

Suomen mestari 2 (2022), kpl 4–6

ma ja ke 19.00–20.30

Luokka 1, Lehtitalo, Lauritsalantie 1

FM Ekaterina Turkia

► Suomi 7 (A2.2)

syksy 120272a 15.9.–3.12. / 44 t / 93 €

Suomen mestari 3 (2026), kpl 1–4

→ Suomi 8 (A2.2-B1)

kevät 120282b 12.1.–13.4. / 48 t / 101 €

Suomen mestari 3 (2026), kpl 4 ->

ti 19.00–20.30 / 202 Kieliluokka,

Pohjolankatu 27

to 19.00–20.30 / Luokka 2, Lehtitalo,

Lauritsalantie 1

FM Sanna Nurmi ja FM Anu Kosonen

► Uusi! Tekstien taikaa (B1-B2)

syksy 120284a 16.9.–2.12. / 22 t / 50 €

kevät 120285b 13.1.–7.4. / 24 t / 54 €

ke 19.00–20.30

Luokka 3, Lehtitalo, Lauritsalantie 1

FM Anu Kosonen

Luemme ja kirjoitamme itse erilaisia

tekstejä ja keskustelemme tekstien

rakenteesta, sanastosta ja

kielioppi-ilmiöistä.

Opettajan materiaali.

► Uusi! YKI-preppauskurssi (A2.2-B1)

syksy 120286a 9.–15.12. / 20 t / 79 €

kevät 120288b 14.–20.4. / 20 t / 79 €

ke, to, pe, ma, ti 17.00–20.30

Luokka 4, Lehtitalo, Lauritsalantie 1

LitM Tiina Pasanen

Lyhyt ja tehokas kurssi, joka valmentaa

keskitason YKI-tutkintoon. Harjoitte-

lemme ymmärtämistä, puhumista ja

kirjoittamista.

Opettajan materiaali.

► TSEK-kurssit

Ks. seuraava sivu / See next page

Kurssit ovat ilmaisia naisille, joilla ei ole voimassa olevaa kotoutumissuunnitelmaa.

The courses are free for women, who do not have a valid integration plan.

► Suomea hoitoalalle 1, syksy (A1.3-B1) (1,5 op)

syksy 120291a 15.9.–1.12. / 22 t / 50 €

ti 17.15–18.45

Luokka 1, Lehtitalo, Lauritsalantie 1

FM Anu Kosonen

Suunnitteletko hoitoalan opintoja tai opiskelutko/työskenteletkö jo hoitoalalla? Opiskelemme perushoitotyössä tarvittavaan sanastoa ja vuorovaikutustilanteita. Opettajan materiaali.

► Suomea hoitoalalle 2, syksy (A2-B1) (1,5 op)

syksy 120292a 15.9.–1.12. / 22 t / 50 €

ti 19.00–20.30

Luokka 1, Lehtitalo, Lauritsalantie 1

FM Anu Kosonen

Opimme lisää hoitotyössä tarvittavaa sanastoa, fraaseja ja kielimuotoja. Harjoittelemme erilaisia vuorovaikutustilanteita asiakkaiden, työkavereiden ja omaisten kanssa. Opettajan materiaali.

► Suomea hoitoalalle 1, kevät (A1.3-B1) (1,5 op)

kevät 120293b 12.1.–6.4. / 24 t / 54 €

ti 19.00–20.30

Luokka 1, Lehtitalo, Lauritsalantie 1

FM Anu Kosonen

Ks. sisältö kuten kurssissa 120291a.

► Suomea hoitoalalle 2, kevät (A2-B1) (1,5 op)

kevät 120294b 12.1.–6.4. / 24 t / 54 €

ti 17.15–18.45

Luokka 1, Lehtitalo, Lauritsalantie 1

FM Anu Kosonen

Ks. sisältö kuten kurssissa 120292a.

► Uusi! Suomea työelämään, Taavetti (A1.3-B1) (1,5 op)

Ks. sivu 41



TSEK – Työelämään suomen kielellä Etelä-Karjalassa -hanke



Suomen kielen koulutuksia naisille EKKOssa 2026–2027

KENELLE?

- maahanmuuttajanaيسille, joilla ei ole kotoutumissuunnitelmaa
- kotiäidit, työttömät, opiskelijat, osa-aikatyössä tai työpajassa olevat
- maksuttomat koulutukset
- Lue lisää ekko.fi/tsek



Suomea hoitoalalle 1
15.9.–1.12. (1,5 op)
Suomea hoitoalalle 2
15.9.–1.12. (1,5 op)

Suomea työelämään,
Taavetti
(A1.3-B1, 1,5 op)
22.9.–1.12.

Työelämäsuomen ja
digitaitojen klinikka
yksilö- tai
pienryhmäopetus
Alkaen syyskuu 2026

► KIELET - Uusia sanoja, uusia kohtaamisia

Kielten kursseilla opiskellaan rennossa ilmapiirissä ja harjoitellaan käytännön kielitaitoa yhdessä muiden kanssa. Tarjolla on kursseja 11 eri kielessä – niin vasta-alkajille kuin pidempään opiskelleille.

Opetuksessa käytetään kohdekieltä opiskelijoiden taitotason mukaan. Tukena käytetään myös suomea, ellei kurssitiedoissa toisin mainita. Tunneilla harjoitellaan monipuolisesti puhumista, kuuntelemista, lukemista ja arjen viestintätilanteita.

Jos kurssi järjestetään verkossa tai sisältää etäopetusta, opettaja lähettää osallistumislinkin ennen kurssin alkua.

Tämän opinto-ohjelman kurssitiedoissa julkaistaan kurssin perustiedot: nimi, aika ja paikka, hinta, opettaja, oppikirja ja taitotaso
Verkkokaupasta löydät tarkemmat kurssikuvaukset, esim. tietoa sisällöstä, opiskelutavoista, mahdollisesta etäopetuksesta sekä tarvittavista materiaaleista.

Ilmoittaudu kurssille hyvissä ajoin!

Syyskaudella alkavat kielikurssit jatkuvat yleensä keväällä. Syys- ja kevätkausille ilmoittaudutaan erikseen, ja molemmille kausille voi ilmoittautua jo syksyllä. Huomioithan mahdolliset poikkeusajat ilmoittautumisessa, ks. kurssit 120880a ja 121620a.

Kurssikuvauksissa syksyn kurssin tunnistaa kurssinumeron perässä olevasta a-kirjaimesta ja kevään kurssin b-kirjaimesta. Esimerkiksi: *120910a Italia 1 = syksyn kurssi ja 120910b Italia 1 = kevään jatkokurssi.*

Voit ilmoittautua myös pelkästään kevään kurssille, mikäli ryhmässä on tilaa ja taitotasosi sopii ryhmään.

Kurssin tasomerkintä kertoo kurssin tavoitetason

Tasomerkinnät (esim. B1) perustuvat eurooppalaiseen viitekehukseen.

A-tasot = alkeet ja perusteet
B-tasot = itsenäinen kielitaito
C-taso = edistynyt osaaminen

Jos huomaat lukukauden alussa tarvitsevasi toisen tasoisen ryhmän, kurssin vaihtaminen on mahdollista, mikäli toivotussa ryhmässä on tilaa. Keskusteltuasi opettajan kanssa ilmoita vaihdosta toimistoon. Lisätietoa taitotasoista löydät kielten kurssisivuilta peda.net/ekko/kielet.

Oppikirjaa ei tarvita ensimmäisellä kokoontumiskerralla, eikä sitä kannata hankkia ennen kuin kurssin alkaminen on varmistunut. Opettaja antaa tarvittaessa lisäohjeita kurssin alussa.

Kiinnostaisiko sinua opintopisteet?

NOPPA-merkityillä kursseilla voit halutessasi saada suoritusmerkinnän ja opintopisteet. Voit osallistua kursseille myös ilman suoritusmerkinnän tavoittelua. Suoritusmerkintä tallennetaan Oma Opintopolku -palveluun. Lue lisää NOPPA-kursseista, s. 6–7.



Kysy lisää kieliohjelma-asiasta!

Autan mielelläni sopivan kurssin ja taitotason valinnassa. Tavoitat minut parhaiten sähköpostitse 1.8. alkaen. Olen myös tavattavissa opistotalolla ma 10.8. klo 15–17.

kielten vastuhenkilö:

Sanna Nurmi

sanna.nurmi@ekko.fi, 044 742 0173

► Kielten yksilö- ja pienryhmäopetus

Järjestämme rajoitetussa määrin yksityishenkilöille yksilö- ja pienryhmäopetusta. Yksilöopetuksen hinta on 316 euroa/10 oppituntia, à 45 minuuttia. Pienryhmäopetuksen hinta määräytyy ryhmän koon mukaan. Opiskelun alussa sovitaan tuntimäärästä esimerkiksi 5 tai 10 oppitunnin paketeissa. Yhteyshenkilö: sanna.nurmi@ekko.fi

► RUOTSI

► Ruotsi 2, myös etäopetus /A1

syksy 120310a 17.9.–3.12. / 22 t / 54 €
kevät 120310b 14.1.–15.4. / 24 t / 59 €
Luokka 2, Lehtitalo, Lauritsalantie 1 to 17.15–18.45, FM Anu Kosonen

Alkeiskurssi kieltä hieman osaaville. Oppikirja: Svenska för nybörjare, kpl:sta 7 alkaen.



► ENGLANTI

► Come Along Start /A1

syksy 120410a 16.9.–2.12. / 22 t / 46 €
kevät 120410b 13.1.–7.4. / 24 t / 50 €
202 Kieliluokka, Pohjolankatu 27 ke 15.30–17.00, DI Katarina Kälviäinen

Alkeiskurssi aloittajille ja perusteiden kertaajille. Oppikirja: Come Along Start.

► Uusi! Knit and chat /A2+

syksy 120411a 1.10.–26.11. / 10 t / 26 €
kevät 120411b 28.1.–8.4. / 10 t / 26 €
202 Kieliluokka, Pohjolankatu 27 to 13.30–15.00, DI Katarina Kälviäinen

Knit and chat in English! Suitable for knitters of all levels. Bring your own yarns and needles.

► Practice Everyday English /A2

syksy 120412a 16.9.–2.12. / 22 t / 46 €
kevät 120412b 13.1.–7.4. / 24 t / 50 €
202 Kieliluokka, Pohjolankatu 27 ke 17.15–18.45, DI Katarina Kälviäinen

Jatkokurssi perustaidot hallitseville. Oppikirja valitaan yhdessä kurssin alussa.

► English File /B1+

syksy 120414a 14.9.–30.11. / 22 t / 46 €
kevät 120414b 11.1.–12.4. / 24 t / 50 €
202 Kieliluokka, Pohjolankatu 27 ma 17.15–18.45, DI Katarina Kälviäinen

Keskitalon jatkokurssi. Oppikirja: English File Intermediate Student's Book with Online Practice. Oppikirja voidaan hankkia yhteistilauksena.



► Keep up your English! /B1+

syksy 120420a 14.9.–30.11. / 22 t / 50 €
kevät 120420b 11.1.–12.4. / 24 t / 54 €
202 Kieliluokka, Pohjolankatu 27 ma 15.30–17.00, DI Katarina Kälviäinen

Intermediate English course. Course materials are included in the course fee.

► English for Everyday Use – Online /A2-B1

syksy 120422a 17.9.–3.12. / 22 t / 46 €
kevät 120422b 14.1.–15.4. / 24 t / 50 €
Verkkokurssi to 17.15–18.45, DI Katarina Kälviäinen

Verkkokurssi perusteet hallitseville. Oppikirja: Stepping Stones 1, kpl:sta 7 alkaen.

▶ SAKSA

▶ Deutsch macht Spaß, etäopetus /B1-B2

syksy 120510a 15.9.–1.12. / 22 t / 48 €
kevät 120510b 12.1.–6.4. / 24 t / 53 €
ti 19.00–20.30, FM Laura Garcia Aspegren

Verkkokurssi pidemmälle ehtineille. Oppikirjat: Sicher! Deutsch als Fremdsprache B1+ Kursbuch ja Arbeitsbuch.

▶ RANSKA

▶ Ranska 3, myös etäopetus /A2

syksy 120622a 14.9.–30.11. / 22 t / 46 €
kevät 120622b 11.1.–12.4. / 24 t / 50 €
Luokka 4, Lehtitalo, Lauritsalantie 1 ma 17.15–18.45
FM Anu Kosonen

Jatkokurssi peruskielitaistoille. Oppikirja: C'est parfait! 2.



▶ Ranska 6, myös etäopetus /B1

syksy 120624a 14.9.–30.11. / 22 t / 46 €
kevät 120624b 11.1.–12.4. / 24 t / 50 €
Luokka 4, Lehtitalo, Lauritsalantie 1 ma 19.00–20.30, FM Anu Kosonen

Jatkokurssi peruskielitaidon vahvistamiseksi. Oppikirja: C'est parfait! 3, kpl:sta 5 alkaen.



▶ Ranskaa edistyneille /B2

syksy 120626a 14.9.–2.12. / 22 t / 58 €
kevät 120626b 13.1.–7.4. / 24 t / 63 €
Luokka 3, Lehtitalo, Lauritsalantie 1 ke 17.15–18.45, FM Anu Kosonen

Keskitalon jatkokurssi. Oppimateriaali sisältyy kurssimaksuun.

▶ VENÄJÄ

▶ Venäjä 7 /A2.1

syksy 120710a 17.9.–3.12. / 22 t / 54 €
kevät 120710b 14.1.–15.4. / 24 t / 59 €
Luokka 3, Lehtitalo, Lauritsalantie 1 to 17.00–18.30, FM Tarmo Mahla

Keskitalon kurssi. Oppikirja: Kafe Piter 2 (uusittu painos), kpl:sta 6 alkaen.

▶ Venäjää edistyneille / B2.2-C1.1

syksy 120714a 17.9.–3.12. / 22 t / 58 €
kevät 120714b 14.1.–15.4. / 24 t / 63 €
Luokka 3, Lehtitalo, Lauritsalantie 1 to 15.00–16.30, FM Tarmo Mahla

Jatkotason kurssi peruskieliopin ja -sanaston hallitsemiseksi. Oppimateriaali sisältyy kurssimaksuun.

▶ ESPANJA

▶ Espanja 1 /A1.1

syksy 120812a 16.9.–2.12. / 22 t / 46 €
kevät 120812b 13.1.–7.4. / 24 t / 50 €
203 Kieliluokka, Pohjolankatu 27 ke 19.00–20.30

Tuntiopettaja Jacqueline Reynolds

Vasta-alkajille. Oppikirja: Buenas Migas 1 (uudistettu painos).

▶ Espanja 2 /A1.1-A1.2

syksy 120814a 16.9.–2.12. / 22 t / 46 €
kevät 120814b 13.1.–7.4. / 24 t / 50 €
203 Kieliluokka, Pohjolankatu 27 ke 17.15–18.45

Tuntiopettaja Jacqueline Reynolds

Espanja 1 -tason jälkeen tai vastaavat tiedot hallitseville. Oppikirja: Buenas Migas 1, kpl:sta 5 alkaen.

▶ Espanja 3 /A1.2

syksy 120816a 15.9.–1.12. / 22 t / 46 €
kevät 120816b 12.1.–6.4. / 24 t / 50 €
202 Kieliluokka, Pohjolankatu 27 ti 17.15–18.45

Tuntiopettaja Jacqueline Reynolds

Espanja 2 -tason jälkeen tai alkeet hallitseville. Oppikirja: Buenas Migas 1, kpl:sta 8 alkaen.

▶ Espanja 5 aamu /A2

syksy 120818a 15.9.–1.12. / 22 t / 46 €
kevät 120818b 12.1.–6.4. / 24 t / 50 €
203 Kieliluokka, Pohjolankatu 27 ti 9.00–10.30, KteO Tuija Näränen

Perustason jatkokurssi. Oppikirja: Ventana 2, kpl:sta 3 alkaen.

▶ Espanja 5 ilta /A2

syksy 120820a 17.9.–3.12. / 22 t / 46 €
kevät 120820b 14.1.–15.4. / 24 t / 50 €
203 Kieliluokka, Pohjolankatu 27 to 19.00–20.30, KteO Tuija Näränen

Perustason jatkokurssi. Oppikirja: ¡Acción! Espanjan teksti- ja harjoituskirjat 1, kpl:sta 11A alkaen (tori.fi mahdollinen).

▶ Espanja 7 /A2

syksy 120822a 14.9.–30.11. / 22 t / 46 €
kevät 120822b 11.1.–12.4. / 24 t / 50 €
203 Kieliluokka, Pohjolankatu 27 ma 17.15–18.45, KteO Tuija Näränen

Perustason jatkokurssi. Oppikirja: Ventana 3, Unidad 3 alkaen.

▶ Espanja 9, päivä /B1-B2

syksy 120824a 16.9.–2.12. / 22 t / 45 €
kevät 120824b 13.1.–7.4. / 24 t / 49 €
203 Kieliluokka, Pohjolankatu 27 ke 12.00–13.30, KteO Tuija Näränen

Keskitalon kurssi. Oppikirja: Ventana 4, Unidad 5 alkaen.

▶ Espanja 9, ilta /B1

syksy 120826a 15.9.–1.12. / 22 t / 48 €
kevät 120826b 12.1.–6.4. / 24 t / 53 €
203 Kieliluokka, Pohjolankatu 27 ti 17.15–18.45, KteO Tuija Näränen

Keskitalon kurssi. Oppimateriaali: Un corazón entre dos mundos sekä opettajan ja opiskelijoiden valikoimat materiaalit.

▶ Espanjaa edistyneille / B1-B2

syksy 120828a 14.9.–30.11. / 22 t / 46 €
kevät 120828b 11.1.–12.4. / 24 t / 50 €
203 Kieliluokka, Pohjolankatu 27 ma 9.15–10.45, KteO Tuija Näränen

Keskitalon jatkokurssi. Oppikirja syksyllä: Ventana 4, kpl:t 7–8, keväällä: ¡Avanzamos!, alusta.

▶ Uusi! Makumatka espanjankieliseen maailmaan /A2–B1

syksy 120880a 2.–9.10. / 5 t / 39 €
Marttakeskus, Opetuskeittiö 1, Valtakatu 45

pe 17.00–19.00
Tuntiopettaja Jacqueline Reynolds

Tutustutaan tapaksiin sekä espanjalaisiin ja latinalaisamerikkalaisiin makuihin ja juomiin rennosti espanjaa harjoitellen. Vähintään kolme vuotta kieltä opiskelleille. Opetuskieli pääosin espanja, tarvittaessa suomi. Materiaalimaksu n. 20–30 € maksetaan opettajalle ensimmäisellä kokoontumiskerralla. Ilmoittautuminen 22.9. mennessä. Kurssimaksua ei palauteta.

▶ ITALIA

▶ Italia 1 /A1

syksy 120910a 16.9.–2.12. / 22 t / 46 €
kevät 120910b 13.1.–7.4. / 24 t / 50 €
Luokka 2, Lehtitalo, Lauritsalantie 1
ke 19.00–20.30, Tuntiopettaja
Franco Pugliese

Vasta-alkajille. Oppikirja:
Italiano con gusto 1.



▶ Italia 2 /A1.2

syksy 120912a 14.9.–30.11. / 22 t / 48 €
kevät 120912b 11.1.–12.4. / 24 t / 53 €
Luokka 2, Lehtitalo, Lauritsalantie 1
ma 17.15–18.45
Tuntiopettaja Franco Pugliese

Alkeet hallitseville. Oppikirja:
Bella vista 1, kpl:sta 6 alkaen.

▶ Italia 3 /A1-A2

syksy 120914a 15.9.–1.12. / 22 t / 46 €
kevät 120914b 12.1.–6.4. / 24 t / 50 €
Luokka 2, Lehtitalo, Lauritsalantie 1
ti 19.00–20.30, Tuntiopettaja
Franco Pugliese

Perustason jatko. Oppikirja:
Bella vista 1, kpl:sta 10
alkaen.



▶ Italia 4 /A2

syksy 120916a 15.9.–1.12. / 22 t / 46 €
kevät 120916b 12.1.–6.4. / 24 t / 50 €
Luokka 2, Lehtitalo, Lauritsalantie 1
ti 17.15–18.45
Tuntiopettaja Franco Pugliese

Perustason vahvistus. Oppikirja:
Italiano con gusto 2, alusta.

▶ Italia 5 /A2

syksy 120918a 14.9.–30.11. / 22 t / 48 €
kevät 120918b 11.1.–12.4. / 24 t / 53 €
Luokka 2, Lehtitalo, Lauritsalantie 1
ma 19.00–20.30
Tuntiopettaja Franco Pugliese

Perustason vahvistus. Oppikirja:
Bella vista 2, kpl:sta 4 alkaen.

▶ Italiaa edistyneille /A2-B1

syksy 120920a 16.9.–2.12. / 22 t / 50 €
kevät 120920b 13.1.–7.4. / 24 t / 54 €
Luokka 2, Lehtitalo, Lauritsalantie 1
ke 17.15–18.45
Tuntiopettaja Franco Pugliese

Jatkotason perusteet hallitseville.
Oppikirja: Italiano per passione, kpl:sta
6 alkaen, sekä opettajan lisämateriaali.

▶ Conversiamo in italiano!, myös etäopetus /A2-B1

syksy 120922a 16.9.–2.12. / 22 t / 50 €
kevät 120922b 13.1.–7.4. / 24 t / 54 €
Luokka 2, Lehtitalo, Lauritsalantie 1
ke 15.15–16.45
Tuntiopettaja Franco Pugliese

Keskustelukurssi äidinkielen opet-
tajan kanssa. Oppimateriaali sisältyy
kurssimaksuun.

▶ Kesäkurssi: Italiano insieme

kevät 120924b 28.4.–2.6. / 12 t / 59 €
Luokka 2, Lehtitalo, Lauritsalantie 1
ke 17.15–18.45
Tuntiopettaja Franco Pugliese

Vähintään 3 vuotta kieltä opiskelleille.
Oppimateriaali sisältyy kurssimaksuun.

▶ VIRO

▶ Uusi! Viron alkeiskurssi /A1

syksy 121010a 16.9.–2.12. / 22 t / 46 €
kevät 121010b 13.1.–7.4. / 24 t / 50 €
Luokka 4, Lehtitalo, Lauritsalantie 1
ke 17.15–18.45
Tuntiopettaja Tiit Tönnov

Alkeita arjen ja matkailun tilanteissa.
Oppikirja: Meie Keelesild (2022).

▶ Viron jatkokurssi /B1-B2

syksy 121012a 17.9.–3.12. / 22 t / 46 €
kevät 121012b 14.1.–15.4. / 24 t / 50 €
203 Kieliluokka, Pohjolankatu 27
to 17.15–18.45
Tuntiopettaja Tiit Tönnov

Useamman vuoden opiskelleille:
runsaasti puhumista ja työskentelyä
virolaisten elokuvien parissa.

▶ KREIKKA

▶ Kreikka 1/A1

syksy 121310a 15.9.–1.12. / 22 t / 54 €
kevät 121310b 12.1.–6.4. / 24 t / 59 €
Luokka 4, Lehtitalo, Lauritsalantie 1
ti 19.00–20.30, FM Tarmo Mahla

Vasta-alkajille. Oppikirja: Pes to ellinika
A1 A2 (Πες το ελληνικά A1 A2) Deltos
publishing (ISBN 978-960-7914-46-0).
Oppikirja voidaan hankkia yhteistila-
uksena.

▶ Kreikka 7 /B1.2-B2.1

syksy 121312a 15.9.–1.12. / 22 t / 54 €
kevät 121312b 12.1.–6.4. / 24 t / 59 €
Luokka 4, Lehtitalo, Lauritsalantie 1
ti 17.15–18.45, FM Tarmo Mahla

Keskitalon kurssi. Oppikirja: Epikoi-
noniste ellinika 2 (Deltos Publishing),
kpl:sta 20 alkaen.

▶ KIINA

▶ Uusi! Chinese for beginners /A1

syksy 121600a 16.9.–2.12. / 22 t / 48 €
kevät 121600b 13.1.–7.4. / 24 t / 52 €
202 Kieliluokka, Pohjolankatu 27
ke 19.00–20.30, Tuntiopettaja Guan Ling

Beginner course in Mandarin Chinese.
The course is taught in English, but
the teacher also understands Finnish.
Mandariinikiinan alkeita. Opetuskiele-
nä englanti; opettaja ymmärtää myös
suomea. Textbook / Oppikirja:
Chi Le Ma! and teacher materials
which are included in the course fee /
sekä kurssimaksuun sisältyvä opetta-
jan materiaali.

▶ Uusi! Taste of China: Learn to make Jiaozi Dumplings

syksy 121620a 1.9.2026 / 5 t / 37 €
Marttakeskus, Opetuskeittiö 1,
Valtakatu 45
ti 17.00–20.45, Tuntiopettaja Guan Ling

Tutustutaan kiinalaisiin jiaozi-taikina-
nyytteihin ja niiden valmistukseen.
Tehdään erilaisia täytteitä, harjoitel-
laan nyttien taittelua ja maistellaan
yhdessä valmistettuja jiaozeita. Kaikille
kiinalaisesta ruokakulttuurista kiinnos-
tuneille, aiempaa kokemusta ei tarvita.
Opetuskieli pääosin englanti, tarvit-
taessa suomi. Materiaalimaksu n. 10 €
maksetaan opettajalle ensimmäisellä
kokoonantumiskerralla. Ilmoittautumi-
nen 21.8. mennessä. Kurssimaksua ei
palauteta.

▶ PUOLA

▶ Uusi! Puolan alkeiskurssi /A1

syksy 122210a 14.9.–30.11. / 22 t / 46 €
kevät 122210b 11.1.–12.4. / 24 t / 50 €
203 Kieliluokka, Pohjolankatu 27
ma 19.00–20.30
Tuntiopettaja Iwona Orzechowska

Puolan kieltä ja kulttuuria aloittelijoille.
Oppikirja valitaan kurssin alussa.



► ILMAISUTAITO, IHMINEN JA YMPÄRISTÖ

Ainealan vastuuhenkilö:

Kaisa Leinonen

kaisa.leinonen@ekko.fi, 050 555 1676

► ESITTÄVÄ TAIDE JA KIRJOITTAMINEN

► EKKOn teatteri

Katso sivu 38.

► Opistoteatteri, jatko syksy ja kevät 240107

15.9.–1.12.2026, 12.1.–6.4. / 61 t / 140 €
Lönnotin koulu, juhlasali,
Lönnotinkatu 1
ti 18.15–20.15 Ohjaaja, teatteriopettaja
TeM maria Fomin

Kehitetään omaa ilmaisua ja työskentelyä ryhmässä sekä valmistetaan teatteriesitys.

► Uusi! Helpota esiintymisjännitystä

syksy 240100a 20.9.–13.12. / 22 t / 47 €
Sali, Lehtitalo, Lauritsalantie 1
su 12.00–13.30 Draamakasvatuksen
opettaja Sami kettunen

Opit improvisaatioharjoitusten avulla löytämään persoonallisen tavan ilmaista itseäsi ja saat varmuutta esiintymistilanteisiin.

► Improvisaation jatkokurssi syksy 240102a 20.9.–13.12. / 22 t / 47 € kevät 240102b 17.1.–18.4. / 24 t / 51 €

Sali, Lehtitalo, Lauritsalantie 1
su 13.30–15.00 Draamakasvatuksen
opettaja Sami kettunen

Tutustumme erilaisiin improvisaatiotekniikoihin ja harjoittemme esiintymistä.

► Euroviisutanssi

kevät 240103b 14.3.–18.4. / 10 t / 25 €
Sali, Lehtitalo, Lauritsalantie 1
su 11.45–13.15 Draamakasvatuksen
opettaja Sami kettunen

Teemme koreografioita kevään Euroviisujen kappaleisiin.

► Uusi! Elokvakerronnan perusteet

syksy 261010a 24.9.–5.11. / 8 t / 20 €
kevät 261010b 28.1.–8.4. / 10 t / 25 €
Luokka 103, Pohjolankatu 27
to 17.30–19.00 KM Ville Vuorio

Johdatus elokuvan ilmaisukeinojen maailmaan.

► Sanojen virtaa

syksy 230101a 15.9.–1.12. / 33 t / 70 €
kevät 230101b 12.1.–6.4. / 36 t / 76 €
Luokka 3, Lehtitalo, Lauritsalantie 1
ti 17.00–19.15 KM Riitta Voutilainen

Kirjoitetaan proosaa sovituista aiheista ja annetaan teksteistä vertaispalautetta.

► Uusi! Sanojen virtaa, viikonloppukurssi

syksy 230102a 7.–8.11. / 10 t / 25 €
202 Kieliluokka, Pohjolankatu 27
la–su 10.00–14.15 KM Riitta Voutilainen

Kirjoitetaan lyhyitä tekstejä ja herätellään luovuutta harjoitusten ja keskustelun avulla.

► Kyllä kansa tietää! Kielenhuoltoa – who cares?

Katso sivu 8.

► IHMINEN JA YHTEISKUNTA

► Kehitysvammaisten opintopiiri

Katso sivu 38.

► Uusi! Vanhempien keskustelupiiri

syksy 360102a 23.9.–11.11. / 8 t / 20 €
kevät 360102b 13.1.–10.3. / 10 t / 25 €
Kimpisen lukio, luokka 22 Pohjolankatu 2
ke 17.30–19.00 KM Riitta Voutilainen

Keskustellaan lasten kasvattamiseen ja vanhemmuuteen liittyvistä aiheista.

► Naisten piiri

syksy 360103a 14.9.–9.11. / 10 t / 25 €
kevät 360103b 11.1.–22.3. / 12 t / 30 €
202 Kieliluokka, Pohjolankatu 27
ma 13.00–14.30 KM Riitta Voutilainen

Syvennyttään yhdessä ajankohtaisiin ja kiinnostaviin teemoihin: kulttuuri, hyvinvointi, luonto ja yhteiskunta.

► Uusi! Retki eduskuntaan

syksy 360116a 6.11. / 12 t / 42 €
FM Kaisa Leinonen

Tutustutaan Eduskuntataloon ja kansanedustajien työhön eduskunnassa. Bussikuljetus Lappeenranta–Helsinki ja takaisin.

► SUKUTUTKIMUS JA MYTOLOGIA

► Uusi! Kirkonkirjat ja käsialat

syksy 360104a 5.–12.9. / 4 t / 18 €
203 Kieliluokka, Pohjolankatu 27
la 10.00–11.30
Sukututkimusneuvoja Hely Törmälä

Opettellemme 1800- ja 1700-lukujen kirkonkirjojen käsialaa.

► Uusi! Sukututkimus-asiakirjat

syksy 360105a 5.–12.9. / 4 t / 18 €
203 Kieliluokka, Pohjolankatu 27
la 12.00–13.30
Sukututkimusneuvoja Hely Törmälä

Tutustumme Kansallisarkiston tekstin-tunnistuspalveluihin ja harjoitellamme asiakirjojen hakua ja tilaamista.

► Uusi! Minä, suku ja tietokone, myös etäopetus (1 op)

syksy 360106a 27.9.–22.11. / 14 t / 35 €
203 Kieliluokka, Pohjolankatu 27
su 12.00–13.30
Sukututkimusneuvoja Hely Törmälä

Harjoitellamme eri verkko-lähteiden käyttöä omissa tutkimuskohteissamme. tietotekniikan perustaidot ja oma mobiililaitte tarpeen.



► Uusi! Siirtolaiseksi maailmalle, myös etäopetus

syksy 360107a 1.–22.11. / 6 t / 15 €
203 Kieliluokka, Pohjolankatu 27
su 14.00–15.30

Sukututkimusneuvoja Hely Törmälä
Perehdyimme Suomesta lähteneiden siirtolaisten tietojen jäljittämiseen.

► Suvun nimet kirjoissa, myös etäopetus (1 op)

kevät 360108b 17.1.–28.2. / 14 t / 35 €
203 Kieliluokka, Pohjolankatu 27
su 12.00–13.30
Sukututkimusneuvoja Hely Törmälä

Tutustumme väestökirjan-pitöön verkossa olevien kirkonkirjojen ja henkikirjojen kautta ja etsimme niistä tietoja. Osallistuminen edellyttää perustietoja sukututkimuksesta.



► Uusi! Vanhat perukirjat ja papintodistukset, etäopetus

kevät 360110b 26.4.–3.5. / 4 t / 18 €
Verkkokurssi
ma 17.30–19.00
Sukututkimusneuvoja Hely Törmälä

Tutustumme verkossa oleviin vanhoihin perukirjoihin ja opetellamme tulkitsemaan niitä.

► Uusi! Maailman mytologiat

Kolmiosainen luentosarja esittelee vuosituhansia vanhoja myyttejä eri puolilta maailmaa.

► Ensimmäiset myytit

syksy 360113a 29.9.–10.11. / 8 t / 20 €
Johdanto ja Mesopotamian alue 29.9.
Egypti 13.10.
Kreikka I 27.10.
Kreikka II 10.11.

► Euroopan ja Aasian myytit

kevät 360114b 12.1.–23.2. / 8 t / 20 €
Rooma 12.1.
Persia ja Kaukasus 26.1.
Intia, Kiina ja Japani 9.2.
Keltit 23.2.

► Pohjolan myytit

kevät 360115b 9.3.–20.4. / 8 t / 20 €
Germaanit ja skandinaavit 9.3.
Slaavit ja baltit 23.3.
Suomalaiset ja saamelaiset 6.4.
Keskustelu, käväisy Amerikan mantee-reella 20.4.

203 Kieliluokka, Pohjolankatu 27
ti 19.00–20.30
Tietokirjailija, FM Piia Kaskinen

► LUONTO

Ainealan vastuuhenkilö:

Noomi Levo

noomi.levo@ekko.fi, 050 555 5856

► Lintukurssi aloitteleville lintuharrastajille

kevät 940210b 2.3.–28.5. / 17 t / 40 €
Luokka 103, Pohjolankatu 27
ti 18.00–19.30, la 8.00–10.15
Luontokartoittaja Jari Kiljunen

Yleisten lintulajien tunnistus ja elinympäristöt. Aloitteleville harrastelijoille.

► Pöllöt, päiväpetolinnut ja yölaulajat - lintuharrastuksen jatkokurssi

kevät 940211b 16.3.–21.5. / 15 t / 36 €
Luokka 103, Pohjolankatu 27
ti 18.00–19.30, pe 20.00–22.15,
la 12.00–14.15
Luontokartoittaja Jari Kiljunen

Petolintujen, pöllöjen ja yölaulajien tunnistus ja elinympäristöt. Alkuun päässeille harrastelijoille.

► Kevään villiyrtilt - hortoilon alkeet

kevät 940209b 8.5. / 5 t / 15 €
Luokka 103, Pohjolankatu 27
la 12.00–16.15
Luonto-ohjaaja Minna Rossi

Toukokuun yleisimpien villiyrtiltien tunnistaminen, keruuretki lähimaastoon, maistelua ja käyttövinkkejä.

► Kesän villiyrtilt ja kukat -hortoailua

kevät 940309b 5.6. / 5 t / 15 €
Luokka 103, Pohjolankatu 27
la 12.00–16.15
Luonto-ohjaaja Minna Rossi

Kesäkuun yleisimpien villiyrtiltien tunnistaminen, keruuretki lähimaastoon, maistelua ja käyttövinkkejä.

► RUOKA

► Makumatka espanjankieliseen maailmaan

Katso sivu 15.

► Taste of China: Learn to make Jiaozi Dumplings

Katso sivu 16.

► MUSIIKKI – Musiikin iloa yhdessä

Musiikin kursseilla pääset laulamaan, soittamaan ja kehittämään taitojasi yhdessä muiden kanssa. Tarjolla on kursseja sekä aloittelijoille että pidempään harrastaneille. Voit osallistua myös soiton ja laulun yksilöopetukseen.

Opinto-ohjelmassa esitetään kurssien perustiedot. Tarkemmat kurssikuvaukset sekä tiedot materiaaleista, soittimista, ilmoittautumisesta ja mahdollisista koelauluista löytyvät verkkokaupasta.

Lukuvuoden aikana järjestettävistä esiintymisistä tiedotetaan opiston verkkosivuilla ja sosiaalisen median kanavissa.

Uutuuskursseja:

- DJ-miksauksen alkeet -lyhytkurssi
- Biisinkirjoitus ja säveltäminen -kesäkurssi
- Bluespiiri
- Musiikin teoria

Lisätietoa musiikin opiskelusta 1.8. alkaen:

Sanna Nurmi, musiikin vastuhenkilö,
sanna.nurmi@ekko.fi , p. 044 742 0173

► Uusi! Musiikin teoria

syksy 250233a 21.9.–1.12. / 10 t / 26 €

kevät 250233b 11.1.–5.4. / 11 t / 28 €

202 Kieliluokka, Pohjolankatu 27

ma 19.15–20.00

Tuntiopettaja Tomi Pekkola

Musiikin perusteita vasta-alkajista pidemmälle ehtineisiin. Tutustumme rytmeihin, soituihin ja melodioihin.

► Faunin ilta, musiikin kuuntelun kurssi

syksy 250100a 16.9.–10.12. / 10 t / 22 €

Lappeenrannan kaupungintalo,

Villimiehenkatu 1

ke 17.00–18.30, FM Milko Vesalainen

Tutustumme kaupunginorkesterin ohjelmistoon, teosten tyylikausiin ja musiikillisiin piirteisiin sekä osallistumme orkesterikonsertteihin aikataulun mukaisesti. Kevään ohjelma julkaistaan marraskuussa.

► Uusi! DJ-miksauksen alkeet

kevät 267102b 17.3. / 3 t / 9 €

Kimpisen lukio, lk 22, Pohjolankatu 2

ke 17.30–19.45

Tuntiopettaja Tommi Kähärä



Tutustumme elektronisen musiikin DJ-miksauksen perusteisiin NI Traktor-ohjelmistolla ja kontrollerilla.

► Uusi! Kesäkurssi: Biisin- kirjoitus ja säveltäminen kevät 250500b

26.4.–31.5. / 6 x 30 min / 189 €

Luokka 103, Pohjolankatu 27

ma 17.00–20.30

Tuntiopettaja Tomi Pekkola

Yksilöopetusta kaiken tasoisille sävellyksestä kiinnostuneille. Kurssilla teet omaa musiikkia ja tutustut sävellyksen työkaluihin.

► KUOROT

► Stemmalaulu tutuksi -kuorokurssi

syksy 250102a 14.9.–30.11. / 22 t / 44 €

kevät 250102b 11.1.–12.4. / 24 t / 48 €

Luokka 103, Pohjolankatu 27

ma 17.15–18.45, LuK Teija Immonen

Harjoittelemme äänenmuodostusta, sävelpuhtautta, nuotinlukua ja kuorolaulua ryhmän tasolle sopivien moniäänisten laulujen avulla.

► Lappeenrannan Karjalakuoro

syksy 250104a 15.9.–1.12. / 22 t / 47 €

kevät 250104b 12.1.–6.4. / 24 t / 51 €

Kimpisen koulu, ruokala, Pohjolankatu 23

ti 17.00–18.30

Musiikinopettaja Maria Kuusiniemi

Laulamme kolmiäänisesti monipuolista ohjelmistoa, myös karjalaista lauluperinnettä ja hengellistä musiikkia.

► Popkuoro

syksy 250106a 15.9.–1.12. / 29 t / 64 €

kevät 250106b 12.1.–6.4. / 32 t / 69 €

Kimpisen koulu, musiikkiluokka,

Pohjolankatu 23

ti 18.00–20.00, Musiikkipedagogi

(YAMK) Marjo Hienonen

Laulamme moniäänisesti poppia ja muuta rytmimusiikkia sekä harjoittelemme äänenkäyttöä, rytmikkaa ja esiintymistä. Uusille laulajille koelaulu.

► YKSINLAULU

Ilmoittautumisohjeet syksyn ja kevään yksilöopetukseen löydät kurssitiedoista verkkokaupasta.

► Yksinlaulu

syksy 250202a

15.9.–3.12. / 11 vk x 30 min / 158 €

kevät 250202b

12.1.–15.4. / 12 vk x 30 min / 172 €

Pohjolankatu 27

ti 14.45–18.00, ke 14.30–16.45,

to 11.15–12.45

Laulupedagogi (AMK) Varvara Pajari

Yksinlaulua aloittelijoille ja aiemmin harrastaneille aikuisille (yli 16 v.). Harjoittelemme hengitystekniikkaa ja laulamme klassista sekä kevyttä musiikkia oppilaan toiveiden mukaan.

► Pop/jazz-laulu, maanantai

syksy 250203a

14.9.–30.11. / 11 vk x 30 min / 158 €

kevät 250203b

11.1.–12.4. / 12 vk x 30 min / 172 €

117 Musiikkiluokka, Pohjolankatu 27
ma 13.00–20.00, Muusikko

(pop&jazz-laulu) Jessica Lonka

Tunneilla kehität äänenkäyttöä, ilmaisua ja esiintymistaitoja sekä laulat valitsemiasi kappaleita. Sopii kaikille, jotka haluavat tutustua omaan ääneensä ja kehittää laulutaitoaan.

► Pop/jazz-laulu, perjantai

syksy 250205a

18.9.–4.12. / 11 vk x 30 min / 158 €

kevät 250205b

15.1.–16.4. / 12 vk x 30 min / 172 €

117 Musiikkiluokka, Pohjolankatu 27
pe 10.00–14.00, Musiikkipedagogi

(YAMK) Marjo Hienonen

Ks. sisältö kuten kurssissa 250203a ja b.

► Minä laulan

syksy 250216a

14.9.–13.12. / 6 x 45 min / 129 €

kevät 250216b

17.1.–18.4. / 6 x 45 min / 129 €

Luokka 103, Pohjolankatu 27
ma 16.15–19.45, su 11.00–17.40
LuK Teija Immonen

Laulutekniikan ja äänenmuodostuksen opetusta oppilaan tason mukaan noin kahden viikon välein.

► YKSINLAULUN ITSEOPISKELU- MATERIAALI VERKOSSA

► Laulutaidottomien laulukurssi, taso 1

-verkkomateriaali

syksy / kevät 250214

4 kk / 54 €

► Laulutaidottomien laulukurssi, taso 2

-verkkomateriaali

syksy / kevät 250215

4 kk / 54 €

Saat 4 kuukaudeksi käyttöösi materiaalipaketin, joka sisältää harjoitustaustoja noin 40 laulusta sekä äänen-avausmateriaalia. Laulut ovat Kultaisesta laulukirjasta (oppilaan hankittava itse). Ilmoittautumisen ja maksun jälkeen saat kurssin käyttäjätunnukset pyytämällä sähköpostitse: pasi.litmanen@ekko.fi

► SOITTO, RYHMÄOPETUS

Soitinkohtaiset ohjeet löytyvät verkkokaupan kurssikuvauksista.

► Uusi! Bluespiiri

syksy 250302a 14.9.–30.11. / 22 t / 51 €

kevät 250302b 11.1.–5.4. / 24 t / 55 €

Kimpisen koulu, musiikkiluokka,

Pohjolankatu 23

ma 17.30–19.00

Tuntiopettaja Tomi Pekkola

Soitetaan blues-klassikoita rennossa hengessä ilman tasovaatimuksia. Mukaan voivat tulla sekä aloittelijat että ammattilaiset millä tahansa soitinella tai laulajana. Kaikki soittavat omalla tyylillään ja sovitukset tehdään yhdessä.

► Bändisoiton alkeet aikuisille

syksy 250304a 17.9.–3.12. / 18 t / 62 €

kevät 250304b 14.1.–15.4. / 20 t / 67 €

Kimpisen koulu, musiikkiluokka,

Pohjolankatu 23

to 17.15–18.30

Musiikkipedagogi Niku Martikainen

Harjoittelemme bändisoiton perusasioita ja tutustumme eri soittimiin. Osallistuminen ei edellytä aiempaa soitkokokemusta.

► Harmonikkaryhmä

syksy 250407a 17.9.–26.11. / 13 t / 32 €

kevät 250407b 14.1.–15.4. / 16 t / 37 €

Luokka 103, Pohjolankatu 27

to 10.00–11.00

Musiikkipedagogi Ronja Pehkonen

Soitetaan yhdessä helppoja kappaleita mm. Kultaisesta laulukirjasta.

► Uusi! Kesäkurssi:

Soitetaan yhdessä

kevät 250307b 28.4.–2.6.2027 / 10 t / 59 €

Luokka 103, Pohjolankatu 27

ke 17.30–18.45

tuntiopettaja Tomi Pekkola

Yhteissoittoa nuotteja lukeville soittajille. Ohjelmisto sovitetaan ryhmän taitotasoon. Ilmoittautuminen opettajalle.

► SOITTO, YKSILÖOPETUS

Yksilöopetuksen hinnat:

Opetusker- ran kesto	Syksy 11 vkoa	Kevät 12 vkoa
15 min	79 €	86 €
30 min	158 €	172 €
45 min	237 €	258 €

Kurssimaksu suoritettava ennen ensimmäistä opetuskertaa opiston toimistoon. Oppitunteja ei korvata opiskelijan poissaolojen takia. Opistosta johtuvista syistä (esim. opettajan sairastuminen) kurssin yksi opetuskerta voidaan perua korvaamatta sitä opiskelijalle.

Ilmoittautumisohjeet syksyn ja kevään yksilöopetukseen löydät kurssitiedoista verkkokaupasta.

► Harmonikansoitto

syksy 250406a 14.9.–23.11.

kevät 250406b 11.1.–12.4.

117 Musiikkiluokka, Pohjolankatu 27

ma 10.30–16.45

Musiikkipedagogi Ronja Pehkonen

► Pianonsoitto, lähi- tai etäopetus

syksy 250402a 15.9.–3.12.

kevät 250402b 12.1.–15.4.

117 Musiikkiluokka, Pohjolankatu 27

ti 15.00–18.00, ke 13.00–19.15,

to 13.00–19.15

FM, pianonsoiton opettaja Marjo Laine

► Kitaran- ja bassonsoitto

syksy 250404a 15.9.–1.12.

kevät 250404b 12.1.–6.4.

204 Luokka, Pohjolankatu 27

ti 14.00–20.00

Tuntiopettaja Tomi Pekkola

► Klassinen kitara

syksy 250408a 17.9.–3.12.

kevät 250408b 14.1.–15.4.

204 Luokka, Pohjolankatu 27

to 18.45–21.00

Kitarasoiton opettaja Niku Martikainen

▶ TAIDEAINEET – Luova matka värien ja muotojen maailmaan

Taideaineiden vastuuopettaja:

Noomi Levo

noomi.levo@ekko.fi, 050 555 5856

▶ ERITYISRYHMÄT

▶ Kehitysvammaisten taidepaja

Katso sivu 38.

▶ IKONIMAALAUUS

▶ Ikonimaalauksen teemakurssi

syksy 260103a 7.–8.9. / 10 t / 56 €
105 Käsityöluokka, Pohjolankatu 27
ma ja ti 17.00–21.00
Ikonimaalari Elisabet Tynkkynen
Ikonipiirrosharjoituksia, materiaalioppia.

▶ Ikonimaalaus, Tyyliisuuntaukset A ja B

syksy 260102a 16.9.–2.12. / 40 t / 72 €
kevät 260102b 13.1.–7.4. / 48 t / 86 €
105 Käsityöluokka, Pohjolankatu 27
ke 17.00–20.00
Ikonimaalari Elisabet Tynkkynen

Ikonimaalauksen tyyliisuuntauksilla syksyllä ikonipiirroset, keväällä maalaus- ja tekniikat.

▶ KUVATAIDE

▶ Maisemat piirustuksena ja akvarellina osa 1 ja 2 etäopetus

syksy 260252a 14.9.–30.11. / 44 t / 79 €
kevät 260252b 11.1.–12.4. / 48 t / 86 €
Verkkokurssi
ma 17.00–20.15 TaM Maire Pyykkö

Akvarellitekniikkaa algoritmimenetelmällä: sommittelun perusteita, perspektiivioppia, tyylin kehittämistä.

▶ Iloa akvarellimaalauksesta peruskurssi osa 1 ja 2

syksy 260202a 15.9.–1.12. / 44 t / 79 €
kevät 260202b 12.1.–6.4. / 48 t / 86 €
104 Taideluokka, Pohjolankatu 27
ti 11.00–14.15 TaM Maire Pyykkö

Akvarellimaalauksesta innovatiivisen oppimismenetelmän avulla jokaisen lähtötaso huomioiden.

▶ Muotokuva piirustuksena ja akvarellina osa 1 ja 2, etäopetus

syksy 260257a 16.9.–2.12. / 44 t / 79 €
kevät 260257b 13.1.–7.4. / 48 t / 86 €
Verkkokurssi

ke 17.00–20.15 TaM Maire Pyykkö

Muotokuvan perusteet piirtäen ja akvarellein eri tyyleillä, kaiken tasoisille.

▶ Iloinen joulukuva piirustuksena ja akvarellina, etäopetus

syksy 260254a 6.–20.11. / 13 t / 33 €
Verkkokurssi
pe 17.00–20.30 TaM Maire Pyykkö

Akvarellitekniikkaa algoritmimenetelmällä, sommittelu ja tyyllittely.

▶ Kehitä luovaa ilmaisua Vedic Artin avulla

syksy 260150a 18.9.–21.11. / 36 t / 65 €
kevät 260150b 15.1.–10.4. / 48 t / 86 €
Luokka 1, Lehtitalo, Lauritsalantie 1
pe 17.00–20.30, la 10.00–17.00
Vedic art -opettaja, FM Päivi Partanen

Taidekoulutusmuoto ilman osaamisvaatimuksia keskittyen luovaan prosessiin ja oman kädenjäljen löytämiseen.

▶ Maisemamaalauksesta akryyliväreillä lyhytkurssi

syksy 260227a 26.8.–9.9. / 9 t / 41 €
104 Taideluokka, Pohjolankatu 27
ke 16.30–19.00

Kuvataiteilija (AMK) Tiinalotta Särmölä

Maisemamaalauksen ja akryylimaalauksen perusteet kaiken tasoisille.

▶ Kuvataide 1

syksy 260231a 16.9.–2.12. / 33 t / 59 €
kevät 260231b 13.1.–7.4. / 36 t / 65 €
104 Taideluokka, Pohjolankatu 27
ke 18.00–20.15
Kuvataiteilija (AMK) Tiinalotta Särmölä

Eri maalaus- ja piirustustekniikoihin tutustumista, väri-, materiaali- ja sommitteluoppia kaiken tasoisille.

▶ Kuvataide 2A

syksy 260233a 15.9.–1.12. / 33 t / 59 €
kevät 260233b 12.1.–6.4. / 36 t / 65 €
104 Taideluokka, Pohjolankatu 27
ti 18.00–20.15

Kuvataiteilija (AMK) Tuomas Tyrisevä
Maalaus- ja piirustustekniikoita kokeemmille harrastelijoille.

▶ Kuvataide 2B

syksy 260234a 17.9.–3.12. / 44 t / 79 €
kevät 260234b 14.1.–15.4. / 48 t / 86 €
104 Taideluokka, Pohjolankatu 27
to 9.30–12.30

Kuvataiteilija (AMK) Tiinalotta Särmölä

Maalaus- ja piirustustekniikoita kokeemmille harrastelijoille.

▶ Akvarellimaalaus

syksy 260220a 17.9.–3.12. / 33 t / 59 €
kevät 260220b 14.1.–15.4. / 36 t / 65 €
104 Taideluokka, Pohjolankatu 27
to 14.30–17.00

Kuvataiteilija (AMK) Tiinalotta Särmölä

Akvarellimaalauksen eri tekniikoita kaiken tasoisille, keväällä mahdollisuus kokeilla puupiirrosteknikkaa.

▶ Akryylimaalaus

syksy 260223a 18.9.–4.12. / 33 t / 59 €
kevät 260223b 15.1.–16.4. / 36 t / 65 €
104 Taideluokka, Pohjolankatu 27
pe 16.30–19.00

Kuvataiteilija (AMK) Tiinalotta Särmölä

Akryylimaalauksen tekniikoita kaiken tasoisille.

▶ Kalligrafia lyhytkurssi

kevät 260229b 5.–26.5. / 12 t / 54 €
104 Taideluokka, Pohjolankatu 27
ke 17.00–19.15

Kuvataiteilija (AMK) Tiinalotta Särmölä

Kalligrafian perustekniikoita.

▶ Syanotypia lyhytkurssi

kevät 260228b 7.–28.5. / 16 t / 72 €
104 Taideluokka, Pohjolankatu 27
pe 17.00–20.00

Kuvataiteilija (AMK) Tiinalotta Särmölä

Syanotypiavedostamisen peruselementit ja tekniikka.

▶ Uusi! Piirustus- ja maalausmaantait

syksy 210359a 24.8.–7.9. / 9 t / 41 €
104 Taideluokka, Pohjolankatu 27
ma 15.00–17.15 KuM Essi Pitkänen

Piirustuksen ja maalauksen perustekniikoita. Sisätiloissa valaistustutkimuksia sekä ulkona ympäristön havainnointia.

▶ Uusi! Elävän mallin piirustus

syksy 210112a 29.8.–12.9. / 13 t / 74 €
la 13.00–16.15 KuM Essi Pitkänen

Elävän mallin piirustusta ja maalausta. Sekä nopeita piirustuksia eli croquiseja että pitkäaikaista mallia.

► **Uusi! Muotokuvamuovailu**
kevät 210111b 20.4.–25.5. / 24 t / 136 €
ti 15.00–18.00 KuM Essi Pitkänen
Kasvomuotokuvia savesta muovailen.
Elävä malli.

► **Uusi! Asetelmapiirustus**
kevät 260612b 21.4.–19.5. / 12 t / 52 €
104 Taideluokka, Pohjolankatu 27
ke 14.15–16.00 KuM Essi Pitkänen
Piirustuksen perusteita asetelmaa piir-
tään hiilellä, väreillä ja lyijykynällä.

► VALOKUVAUS

► **Valokuvauksen peruskurssi**
syksy 267100a 7.10.–2.12. / 16 t / 38 €
Luokka 103, Pohjolankatu 27
ke 17.30–19.30
Valokuvaaja Tommi Kähärä
Järjestelmäkameran käyttö varus-
teineen. Kuvaustekniikat, kuvallinen
ilmaisu, kuvan peruskäsittely sekä
valokuvauksen eri genrejen esittelyä.
Aloittelijat ja vähän harrastaneet.

► **Valaisun peruskurssi**
kevät 267104b 13.1.–10.3. / 21 t / 43 €
Luokka 103, Pohjolankatu 27
ke 17.30–19.30
Valokuvaaja Tommi Kähärä

Valaisun perusteet käytännön tilantei-
siin sekä valo- että videokuvauksessa.
Tämän vuoden kurssilla henkilöku-
vauksen osuutta on lisätty.

► **Miljöömuotokuvaus**
kevät 267102b 24.3.–7.4. / 6 t / 18 €
Kimpisen lukio, luokka 22,
Pohjolankatu 2
ke 17.30–19.00
Valokuvaaja Tommi Kähärä

Ammattimainen muotokuvaus sisä- ja
ulkomiljöössä. Jonkin verran harrasta-
neet ja edistyneet.

► **Uusi! Grafiikkaa valokuvasta**
kevät 267103b 26.4.–24.5. / 20 t / 120 €
Linnoituksen grafiikanpaja,
Katariinantori 4
ma 17.00–20.00
Valokuvaaja Tommi Kähärä

Grafiikkaa valokuvapohjaisesti pää-
asiallisena tekniikkana öljyväripuu-
piirros. Valokuvan käsittelyä grafiikan
tekoon soveltuvaksi. Painolaattojen
kaiverrus ja paino.

► EMALITYÖT

► **Emalielämyksiä**
syksy 260510a 15.9.–1.12. / 44 t / 82 €
kevät 260510b 12.1.–6.4. / 48 t / 89 €
ti 17.00–20.00

► **Emalimaalaus**
syksy 260502a 17.9.–3.12. / 44 t / 82 €
kevät 260502b 14.1.–15.4. / 48 t / 89 €
to 17.00–20.00

► **Emaliviikonloppu**
kevät 260505b 20.–21.2. / 16 t / 35 €
la ja su 10.00–16.15

009 Lasi- ja emalityöt, Pohjolankatu 27
Kuvataiteilija (YAMK) Maria Nuutinen
Emalimaalauksen tekniikat ja värien
käyttö sekä sommittelu.

► POSLIININ- MAALAUS

► **Posliininmaalaus**
syksy 260601a 14.9.–30.11. / 44 t / 79 €
kevät 260601b 11.1.–12.4. / 48 t / 86 €
104 Taideluokka, Pohjolankatu 27
ma 15.00–18.00

Kuvataiteilija (YAMK) Maria Nuutinen
Posliininmaalauksen perustekniikat,
sommittelu ja värien käyttö.

► **Posliininmaalaus,
lyhytkurssi**
syksy 260605a 5.–27.11. / 24 t / 48 €
kevät 260605b 14.1.–5.2. / 24 t / 48 €
104 Taideluokka, Pohjolankatu 27
to ja pe 17.30–20.45
Posliininmaalauksen opettaja Tarja Häsä
Posliininmaalausta edistyneille
harrastelijoille.



► KÄDENTAIIDOT JA MUOTOILU

– Käsityöperinteitä, kierrätystä, uuden luomisen ja yhdessä tekemisen iloa

Kursseilla tuetaan opiskelijan käsityön ja muotoilun prosessia eli tuotteen ideointia, esteettistä ja teknistä suunnittelua, tuotteen valmistamista ja tuotteen arviointia. Opiskelijaa kannustetaan käyttämään ja kehittämään monipuolisesti omaa luovuuttaan, tietämistään, taitamistaan ja motorisia taitojaan.

Kädentaitojen vastuuopettaja:

Noomi Levo

noomi.levo@ekko.fi, 050 555 5856

► ERITYISRYHMÄT

► **Kädentaidot toimintarajoitteisille, Satakieli**

► **Mielenterveyskuntoutujien kädentaitokurssi**

Katso sivu 38.

► KORUT

► **Korukivenhionta**

syksy 210210a 19.–24.10. / 32 t / 96 €

kevät 210210b 1.–7.3. / 32 t / 96 €

012 Keramiikka, Pohjolankatu 27

ma–pe 17.00–21.00, la 9.00–15.00

Kiviseppä Vesa Suuronen

Korukivenhionta, mallineiden suunnittelu ja toteutus. Valmiiden korupohjien hyödyntäminen.

► SAVITYÖT JA KERAMIikka

► **Savesta keramiikkaa, edistyneet A**

syksy 210300a 14.9.–30.11. / 44 t / 83 €

kevät 210300b 11.1.–12.4. / 48 t / 90 €
ma 17.00–20.00

► **Savesta keramiikkaa, edistyneet B**

syksy 210301a 15.9.–1.12. / 44 t / 83 €

kevät 210301b 12.1.–6.4. / 48 t / 90 €
ti 17.00–20.00

► **Savesta keramiikkaa, aloittelijat**

syksy 210302a 16.9.–2.12. / 44 t / 83 €

kevät 210302b 13.1.–7.4. / 48 t / 90 €
ke 17.00–20.00

► **Savesta keramiikkaa, jatkokurssi**

syksy 210303a 17.9.–3.12. / 44 t / 83 €

kevät 210303b 14.1.–15.4. / 48 t / 90 €
to 17.00–20.00

Monitoimitalo, askartelutila 2,

Anni Swanin katu 7 B

Keraamikko Auli Huttunen

Käsinrakennustekniikoita ja materiaalitutkielmaa edistyneille ja aloittelijoille.

► **Savityöt A**

syksy 210320a 14.9.–30.11. / 33 t / 63 €

kevät 210320b 11.1.–12.4. / 36 t / 69 €
ma 15.00–17.15

► **Savityöt B**

syksy 210321a 14.9.–30.11. / 33 t / 63 €

kevät 210321b 11.1.–12.4. / 36 t / 69 €
ma 17.30–19.45

► **Savityöt C**

syksy 210322a 15.9.–1.12. / 33 t / 63 €

kevät 210322b 12.1.–6.4. / 36 t / 69 €
ti 15.00–17.15

► **Savityöt D**

syksy 210323a 15.9.–1.12. / 33 t / 63 €

kevät 210323b 12.1.–6.4. / 36 t / 69 €
ti 17.30–19.45

► **Savityöt E**

syksy 210324a 16.9.–2.12. / 33 t / 63 €

kevät 210324b 13.1.–7.4. / 36 t / 69 €
ke 15.00–17.15

► **Savityöt F**

syksy 210325a 16.9.–2.12. / 33 t / 63 €

kevät 210325b 13.1.–7.4. / 36 t / 69 €
ke 17.30–19.45

► **Savityöt G**

syksy 210326a 17.9.–3.12. / 33 t / 63 €

kevät 210326b 14.1.–15.4. / 36 t / 69 €
to 10.30–12.45

012 Keramiikka, Pohjolankatu 27

Kuvataiteilija AMK Noomi Levo

Käsinrakennus-, värjäys- ja lasitustekniikat kaikentasoisille harrastelijoille.

► **Pihakoristeita ja ruukkuja**

syksy 210352a 7.–17.9. / 20 t / 90 €

kevät 210352b 3.–11.5. / 20 t / 90 €

012 Keramiikka, Pohjolankatu 27

ma, ti, ke, to 17.30–20.30 Sertifioitu

hopeasaviopettaja Minna Melkko

Pihakoristeita savesta valmistaen.

► **Pieni savikurssi**

kevät 210350b 7.–22.1. / 20 t / 90 €

012 Keramiikka, Pohjolankatu 27

to ja pe 17.30–20.30 Sertifioitu hopea-

saviopettaja Minna Melkko

Saviesineiden valmistus omien suunnitelmien mukaan.

► **Kesälomakivaa lapsille**

kevät 210359b 31.5.–4.6. / 25 t / 85 €

012 Keramiikka, Pohjolankatu 27

ma–pe 10.00–14.00 KuM Essi Pitkänen

Teemme savitöitä ja paperimassa-askartelua, sekä käytämme luonnonmateriaaleja.

► Tiffany-, lyijy-lasi- ja lasin-sulatustyöt

► **Lasipaja A**

syksy 210450a 14.9.–30.11. / 33 t / 61 €

kevät 210450b 11.1.–12.4. / 36 t / 67 €
ma 15.30–17.45

► **Lasipaja B**

syksy 210452a 14.9.–30.11. / 33 t / 61 €

kevät 210452b 11.1.–12.4. / 36 t / 67 €
ma 18.00–20.15

► **Lasipaja C**

syksy 210454a 16.9.–2.12. / 44 t / 81 €

kevät 210454b 13.1.–7.4. / 48 t / 88 €
ke 11.00–14.00

► **Lasipaja D**

syksy 210456a 16.9.–2.12. / 44 t / 81 €

kevät 210456b 13.1.–7.4. / 48 t / 88 €
ke 17.00–20.00

009 Lasi- ja emalityöt, Pohjolankatu 27
Artenomi Anna-Maija Jokinen

Lasitöitä tiffany-, lyijykisko- ja lasin-sulatusten menetelmillä.

► MOSAIIKKI- JA BETONITYÖT

► Mosaiikki

syksy 210474a 16.9.–2.12. / 33 t / 59 €
kevät 210474b 13.1.–7.4. / 36 t / 65 €
009 Lasi- ja emalityöt, Pohjolankatu 27 ke 14.15–16.30

Artenomi Anna-Maija Jokinen

Mosaiikitöitä sisä- ja ulkokäyttöön.

► Uusi! Muovaillaan betonista

kevät 210110b 5.–26.5. / 11 t / 48 €
ke 17.15–19.15 KuM Essi Pitkänen

Muovailubetonista puutarhakoristeita ja astioita.

► PUUTYÖT JA PUUKKOKURSSIT

► Puukonrakennusiltamat A

syksy 210520a 15.9.–1.12. / 33 t / 59 €
kevät 210520b 12.1.–6.4. / 36 t / 65 €
ti 16.00–18.15

► Puukonrakennusiltamat B

syksy 210523a 15.9.–1.12. / 33 t / 59 €
kevät 210523b 12.1.–6.4. / 36 t / 65 €
ti 18.15–20.30

Kesämäen koulu, teknisen työn luokka, Lavolankatu 16
tuntiopettaja Jari Kokkonen

Puukonrakennustekniikat kaiken-
tasoisille harrastajille.

► Puutyöt ja koristeveisto A

syksy 210501a 16.9.–2.12. / 33 t / 59 €
kevät 210501b 13.1.–7.4. / 36 t / 65 €
ke 16.00–18.15

► Puutyöt ja koristeveisto B

syksy 210503a 16.9.–2.12. / 33 t / 59 €
kevät 210503b 13.1.–7.4. / 36 t / 65 €
ke 18.15–20.30

Kesämäen koulu, teknisen työn luokka, Lavolankatu 16

Koristeveistäjäimestari Tero Hulkkonen

Puutyö- ja koristeveistotekniikat, työkalujen ja koneiden käytön opettelu-

minen.

► TEKSTIILITYÖT

► Uusi! Raitalankoja luonnonväreillä

syksy 210205a 28.–30.8. / 15 t / 68 €
105 Käsiyöluokka, Pohjolankatu 27
pe 17.15–19.30, la ja su 10.00–14.45
Tekstiiliartesaani Sirpa Hackselius

Luonnonvärijäyksen perusteet. Harjoitellaan tekniikkaa värjäämällä pieniä koe-eriä.

► Uusi! Virkattu matto

syksy 210201a 11.–13.9. / 15 t / 68 €
012 Keramiikka, Pohjolankatu 27
pe 17.30–19.45, la ja su 10.00–14.45
Tekstiiliartesaani Sirpa Hackselius

Opettelemme virkkaamaan pyöreän maton, joka asettuu lattialle tasaisesti. Virkkauksen perusteet hallitseville.

► Tilkut uuteen elämään

syksy 210706a 14.9.–30.11. / 33 t / 62 €
kevät 210706b 11.1.–12.4. / 36 t / 68 €
105 Käsiyöluokka, Pohjolankatu 27
ma 15.00–17.15

Artesaani, mittatilausompelija (AT),
neulekisälli (AT) Heidi Latto

Valmistamme sisustustekstiilejä,
vaatteita, asusteita ym. tilkuista myös
kierrätysmateriaaleja hyödyntäen.

► Ompelukurssi A

syksy 210702a 14.9.–30.11. / 37 t / 69 €
kevät 210702b 11.1.–12.4. / 40 t / 75 €
ma 17.45–20.15

► Ompelukurssi B

syksy 210703a 15.9.–1.12. / 37 t / 69 €
kevät 210703b 12.1.–6.4. / 40 t / 75 €
ti 10.00–12.30

► Ompelukurssi C

syksy 210704a 16.9.–2.12. / 37 t / 69 €
kevät 210704b 13.1.–7.4. / 40 t / 75 €
ke 10.00–12.30

► Ompelukurssi D

syksy 210705a 15.9.–1.12. / 37 t / 69 €
kevät 210705b 12.1.–6.4. / 40 t / 75 €
ti 17.00–19.30

105 Käsiyöluokka, Pohjolankatu 27
Artesaani, mittatilausompelija (AT),
neulekisälli (AT) Heidi Latto

Vaatteiden ompelua, tuunausta ja
korjausta.

► Kirjonnän iloa

syksy 210604a 15.9.–1.12. / 33 t / 59 €
kevät 210604b 12.1.–6.4. / 36 t / 65 €
203 Kieliluokka, Pohjolankatu 27
ti 11.00–13.30 KteO Tuija Näränen

Perinteisiä ja uusia kirjontatekniikoita
sekä ryijyompelua.

► Vaatteen uusi elämä

syksy 210622a 17.9.–3.12. / 44 t / 79 €
kevät 210622b 14.1.–15.4. / 48 t / 86 €
105 Käsiyöluokka, Pohjolankatu 27
to 17.30–20.30

Vaatetusalan artenomi Pirjo Miikki

Tuunaamme, paikkaamme tai val-
mistamme kokonaan uutta. Kaiken
tasoisille ompelijoille.

► Tuftauksen perus- ja jatkokurssi

syksy 210203a 17.9.–29.10. / 24 t / 48 €
202 Kieliluokka, Pohjolankatu 27
to 17.30–20.30 Artesaani Sari Markkanen
Tuftauksen eri työvaiheiden opettelua
kaikentasoisille harrastajille.

► Ompelusunnuntait

syksy 210709a 20.9.–15.11. / 20 t / 39 €
kevät 210709b 24.1.–21.3. / 20 t / 39 €
105 Käsiyöluokka, Pohjolankatu 27
su 9.00–14.15

Artesaani, mittatilausompelija (AT),
neulekisälli (AT) Heidi Latto

Vaatteiden ompelua, korjausta ja
tuunausta.

► Käsiyöpaja, Haapajärvi

syksy 210600a 15.9.–1.12. / 33 t / 59 €
kevät 210600b 12.1.–6.4. / 36 t / 65 €
Haapajärven kylätalo, Vainikkalantie 765
ti 14.00–16.15 KteO, muotoilija (AMK)
Merja Pylväläinen

Ompelua, neulontaa, kirjontaa ja mui-
ta käsiyötekniikoita.

► Kansallispukujen ompelukurssi

syksy 210711a 3.10.–21.11. / 27 t / 49 €
kevät 210711b 16.1.–3.4. / 36 t / 65 €
105 Käsiyöluokka, Pohjolankatu 27
la 9.00–16.00 KteO, muotoilija (AMK)
Merja Pylväläinen

Mahdollisuus valmistaa uutta tai
korjata vanhaa pukua.

► **Käsitöitä monella tapaa**

syksy 210743a 9.10.–27.11. / 30 t / 54 €
kevät 210743b 15.1.–16.4. / 40 t / 72 €
203 Kieliluokka, Pohjolankatu 27
pe 15.00–19.00
Artesaani Hanna Vierikko

Tilkkutöitä, nypläystä, makramea ym. käsityötekniikoita

► **Ompelulauantait**

syksy 210708a 17.10.–5.12. / 27 t / 49 €
kevät 210708b 30.1.–17.4. / 36 t / 65 €
105 Käsityöluokka, Pohjolankatu 27
la 9.00–16.00 KteO, muotoilija (AMK)
Merja Pylväläinen

Vaatteiden ompelua ja vanhojen vaatteiden uudistamista.

► **Koneneulonnan alkeiskurssi**

syksy 210713a 26.–27.9. / 18 t / 35 €
105 Käsityöluokka, Pohjolankatu 27
la ja su 9.00–16.00 KteO, muotoilija (AMK) Merja Pylväläinen
Koneneulonnan alkeet.

► **Koneneulonnan jatkokurssi**

syksy 210714a 10.10.–29.11. / 54 t / 100 €
kevät 210714b 23.1.–11.4. / 72 t / 133 €
105 Käsityöluokka, Pohjolankatu 27
la ja su 9.00–16.00 KteO, muotoilija (AMK) Merja Pylväläinen

Koneneulontaa edistyneemmille harrastajille.

► **Uusi! Neulahuovutetut joulukoristeet**

syksy 210208a 28.11. 6 t / 18 €
104 Taideluokka, Pohjolankatu 27
la 10.00–14.45
Tekstiiliartesaani Sirpa Hackselius
Neulahuovutetaan joulun koristeita ja pikkulahjoja.

► **Uusi! Neulahuovutetut pääsiäiskoristeet**

kevät 210208b 20.3. 6 t / 18 €
104 Taideluokka, Pohjolankatu 27
la 10.00–14.45
Tekstiiliartesaani Sirpa Hackselius
Neulahuovutetaan pääsiäiskoristeita.

► **Uusi! Nunohuovutus**

kevät 210201b 15.–16.5. / 12 t / 54 €
012 Keramiikka, Pohjolankatu 27
la ja su 10.00–14.45
Tekstiiliartesaani Sirpa Hackselius
Märkähuovutuksen muoto, jossa villaa huovutetaan kiinni pohjakankaaseen.

► **Uusi! Makrameen alkeet**

kevät 210206b 27.4.–1.6. / 24 t / 108 €
202 Kieliluokka, Pohjolankatu 27
ti 17.30–20.30 Artesaani Sari Markkanen
Makrameen perustekniikat aloittelijoille.

► **Uusi! Vinttilelut**

kevät 210903b 3.–31.5. / 7 t / 30 €
Luokka 103, Pohjolankatu 27
ma 16.00–17.00 Tekstiilialan/käsityön opettaja Elena Styf
Kämmenkokoisten eko-lelujen ompelua tekstiileistä selkeillä peruskaavoilla.

► **ENTISÖINTI JA VERHOILU**

► **Huonekalujen entisöinti ja verhoilu A ja B**

syksy 210801a 1.–30.10. / 32 t / 67 €
syksy 210802a 5.–27.11. / 32 t / 67 €
Sampo, työsalit B010 ja B013, Armilankatu 40
to ja pe 17.00–20.00
Pintakäsittelykäsillä Raija Virvalo
Huonekalujen entisöintiä ja verhoilua perinteisin menetelmin.

► **MUUT KÄDENTÄIDOT**

► **Uusi! Punotaan kotiin**

syksy 210901a 25.8.–8.9. / 4 t / 18 €
kevät 210901b 27.4.–1.6. / 8 t / 36 €
Luokka 103, Pohjolankatu 27
ti 16.00–17.00 Tekstiilialan/käsityön opettaja Elena Styf
Sanomalehtipunonnan perustekniikat ja säilytyskorin teko.

► **Uusi! Skrappäkerho**

syksy 210904a 27.8.–10.9. / 4 t / 18 €
kevät 210904b 29.4.–3.6. / 7 t / 30 €
Luokka 103, Pohjolankatu 27
to 16.00–17.00 Tekstiilialan/käsityön opettaja Elena Styf
Skrappästekniikalla toteutetaan uniikki kirjanen.

► **Uusi! Keppihevostia**

syksy 210109a 28.8.–11.9. / 7 t / 31 €
104 Taideluokka, Pohjolankatu 27
pe 14.15–16.00 Essi Pitkänen KUM
Keppihevosten valmistusta peruskouluikäisille.

► **Uusi! Juhlapuuharit**

syksy 210902a 2.–9.9. / 3 t / 12 €
kevät 210902b 28.4.–5.5. / 3 t / 12 €
Luokka 103, Pohjolankatu 27
ke 16.00–17.00 Tekstiilialan/käsityön opettaja Elena Styf

Karkkikimpun valmistus kreppi-paperista ja karkeista.

► **Saippuan huovutus**

syksy 210204a 20.11. / 3 t / 9 €
012 Keramiikka, Pohjolankatu 27
pe 17.30–19.45
Artesaani Sari Markkanen

Huovutamme villaa palasaippuan päälle: kaunis ja hellävarainen puhdistaja.

► **Jouluiset kranssit**

syksy 211007a 4.12. / 5 t / 15 €
009 Lasi- ja emalityöt, Pohjolankatu 27
pe 18.00–21.00
Puutarhuri Minna Melkko
Punomme jouluisia kransseja.

► **Paperimassatyöpaja**

kevät 260610b 19.4.–31.5. / 19 t / 84 €
009 Lasi- ja emalityöt, Pohjolankatu 27
ma 15.00–17.00 KuM Essi Pitkänen
Tehdään erilaisia paperimassoja sekä esineitä ja käytetään paperimassaa kuvanveiston tekniikkana.

► **Uusi! Nellinoorashoes -kenkäkurssi**

kevät 220000b 7.–9.5. / 23 t / 208 €
105 Käsityöluokka, Pohjolankatu 27
pe 17.00–20.00, la ja su 9.30–17.00
Suutari, jalkinesuunnittelija Nelli Nurmi
Valmistetaan kengät.

► **Uusi! HehkuHeels kultaustyöpaja**

kevät 220003b 28.4. / 5 t / 23 €
105 Käsityöluokka, Pohjolankatu 27
ke 17.00–21.00
Ohjaaja Pilvi Hyttinen
Kustomoimme omat lenkkarit, tennarit, nilkkurit, juhlakengät tai laukun lehtimetallin avulla.

► **Rintaliivikurssi**

kevät 210721b 22.–23.5. / 13 t / 196 €
105 Käsityöluokka, Pohjolankatu 27
la 12.00–19.00, su 10.00–13.00
Annele Isomäki / make Bra
Ompelemme rintaliivit tai bikiniyläosan omilla mitoillasi. **Huom!** tarkat kellonajat vahvistetaan keväällä 2027.



► TIETOTEKNIikka – Kansalaisen digitaatoja

► Tietotekniikan yksilöopetus

Yksilöopetuksessa voidaan opetella esim. internetin ja sähköpostin käyttöä, toimisto-ohjelmia, kameran käyttöä, kuvien siirtoa koneelle, kuvankäsittelyä, laitteen päivittämistä, tietoturva-asioita, tabletin tai kännykän käyttöä. Yksilöopetus järjestetään opistotalolla, Pohjolankatu 27.

Yksilöopetuksen hinnat:

1-2 tuntia 40 € / oppitunti (45 min),
3-5 tuntia 33 € / oppitunti (45 min),
esim. 2 t = 80 € ja 5 t = 165 €.

Yksilöopetuksen tiedustelut:

Tietotekniikan vastuuhenkilö:

Pasi Litmanen

pasi.litmanen@ekko.fi, 050 555 7271

► SYKSY 2026

► Älypuhelin ja tabletti riipeään tahtiin

syksy 420128a 15.9.–13.10. t / 12 t / 32 €
Luokka 103, Pohjolankatu 27
ti 12.30–14.15

Tietotekniikkakouluttaja Katri Jokipelto
Tutustumme riipeämpään tahtiin oman älypuhelimien ja tabletin toimintoihin, kuten laitteen asetuksiin, päivityksiin, sovelluksiin, internetin käyttöön ja turvallisuuteen.

► Pelastetaan vanhat valokuvat

syksy 420164a 15.9.–13.10. t / 10 t / 30 €
Luokka 103, Pohjolankatu 27
ti 14.30–16.00

Tietotekniikkakouluttaja Katri Jokipelto
Tutustumme erilaisiin tapoihin taltioida paperiset valokuvat sähköiseen muotoon puhelimella tai tabletilla.

► Luo kotisivut helposti - Google Sites, myös etäopetus

syksy 420151a 15.9.–13.10. t / 10 t / 30 €
Luokka 103, Pohjolankatu 27
ti 16.45–18.15

Tietotekniikkakouluttaja Katri Jokipelto
Opimme perusasiat nettisivujen tekemisestä ja ylläpidosta, luomme ilmaiset ja helpot kotisivut.

► Windows 11 peruskurssi, senioreille

syksy 420111a 24.9.–15.10. t / 12 t / 32 €
203 Kieliluokka, Pohjolankatu 27
to 9.45–12.00

Tietotekniikkakouluttaja Petri Kukko
Tutustutaan tietokoneen perusasetuksiin, tietoturva-asioihin ja päivityksiin. Asennetaan ilmainen toimisto-ohjelmisto ja opetellaan tiedon etsimistä internetistä ja kokeillaan tekoälyä.

► **Älypuhelimien ja tabletin peruskurssi, senioreille**

syksy 420127a 24.9.–15.10. t / 12 t / 32 €
203 Kieliluokka, Pohjolankatu 27
to 12.30–14.45

Tietotekniikkakouluttaja Petri Kukko

Tutustutaan rauhalliseen tahtiin älylaitteen turvalliseen käyttöön, opetellaan ohjelmien asentamista ja tiedon etsimistä internetistä.

► **Uusi! Lightroom kuvankäsittely, etäopetus**

syksy 420180a 5.10.–30.11. t / 13 t / 36 €
Verkkokurssi
ma 18.00–19.15

Valokuvaaja Tommi Kähärä

Opit käyttämään Adobe Lightroom -ohjelmaa kuvien arkistointiin ja kuvankäsittelyyn.

► **Kuvakirja valokuvistasi**

syksy 420158a 27.10.–17.11. t / 9 t / 28 €
Luokka 103, Pohjolankatu 27
ti 12.30–14.15

Tietotekniikkakouluttaja Katri Jokipelto

Tutustumme Ifolor-ohjelmaan, jolla voit suunnitella ja tilata kuvakirjasi. Teemme myös katsauksen peruskuvankäsittelyyn.

► **Kuvien varmuuskopiointi mobiililaitteelta tietokoneelle**

syksy 420162a 27.10.–1.12. t / 12 t / 32 €
Luokka 103, Pohjolankatu 27
ti 14.30–16.00

Tietotekniikkakouluttaja Katri Jokipelto

Siirrämme kuvia puhelimen, tabletin tai digikameran muistista kaapelilla tietokoneelle ja ulkoiselle muistilaitteelle ja harjoitellaan tiedostojen loogista järjestelyä.

► **Microsoftin tili ja ilmaiset sovellukset käyttöön, myös etäopetus**

syksy 420130a 27.10.–10.11. t / 6 t / 18 €
Luokka 103, Pohjolankatu 27
ti 16.45–18.15

Tietotekniikkakouluttaja Katri Jokipelto

Luomme ilmaisen tilin Microsoftin pilvipalveluun, otamme sen käyttöön ja tutustumme ympäristöön. (Tarvitset tiliä myös kursseilla 420125a ja 420122b.)

► **Taulukkolaskenta tutuksi Excelin ilmaisversiolla, myös etäopetus**

syksy 420125a 17.11.–1.12. t / 8 t / 24 €
Luokka 103, Pohjolankatu 27
ti 16.45–18.45

Tietotekniikkakouluttaja Katri Jokipelto

Harjoitellaan ilmaisella Excel -verkkosovelluksella taulukkolaskentaa. Ks. myös kurssi 420130a.

► **Kuvat talteen pilveen - Google Kuvat**

syksy 420160a 24.11.–1.12. t / 5 t / 14 €
Luokka 103, Pohjolankatu 27
ti 12.30–14.15

Tietotekniikkakouluttaja Katri Jokipelto

Kurssin jälkeen ymmärrät, mitä kuvien varmuuskopioiminen pilveen tarkoittaa ja miten se tehdään omalla älypuhelimella tai tabletilla.

► **KEVÄT 2027**

► **Älylaitteiden turvallinen peruskäyttö**

kevät 420175b 12.1.–16.2. t / 12 t / 32 €
Luokka 103, Pohjolankatu 27
ti 12.30–14.00

Tietotekniikkakouluttaja Katri Jokipelto

Tutustumme älypuhelimien ja tabletin perustoimintoihin, sovelluksiin ja turvallisuuteen.

► **Tietokoneen peruskäyttö ja turvallisuus, Windows 11**

kevät 420111b 12.1.–9.2. t / 12 t / 32 €
Luokka 103, Pohjolankatu 27
ti 14.15–16.00

Tietotekniikkakouluttaja Katri Jokipelto

Perehdymme Windows 11 -tietokoneen käyttöön aivan alkeista lähtien.

► **Videokuvaus ja editointi älylaitteella**

kevät 420109b 12.1.–9.2. t / 12 t / 32 €
Luokka 103, Pohjolankatu 27
ti 16.45–18.30

Tietotekniikkakouluttaja Katri Jokipelto

Vinkkejä videon kuvaamiseen älypuhelimella tai tabletilla ja editointia CapCut-ilmaishjelmalla.

► **Kuvankäsittelyä mobiililaitteella**

kevät 420131b 16.–23.2. t / 5 t / 14 €
Luokka 103, Pohjolankatu 27
ti 14.15–16.00

Tietotekniikkakouluttaja Katri Jokipelto

Tutustumme kuvatiedostoihin ja älypuhelimien ja/tai tabletin kuvasovellukseen.

► **Tekstinkäsittelyä ilmaisella Wordilla, myös etäopetus**

kevät 420122b 16.2.–9.3. t / 7 t / 21 €
Luokka 103, Pohjolankatu 27
ti 16.45–18.30

Tietotekniikkakouluttaja Katri Jokipelto

Harjoitellaan ilmaisella Word-verkkosovelluksella tekstinkäsittelyä. Ks. myös kurssi 420130a.

► **Hyötyohjelmia puhelimelle ja tabletille**

kevät 420153b 23.2.–23.3. t / 8 t / 24 €
Luokka 103, Pohjolankatu 27
ti 12.30–14.00

Tietotekniikkakouluttaja Katri Jokipelto

Tutustumme hyötyohjelmiin: esim. ruoan tilaaminen kotiovelle, digi- ja äänikirjat, terveyssovellukset, QR-koodit, sekä Oma Ekha ja 112 -sovellukset.

► **Parempia kuvia älypuhelimella**

kevät 420145b 9.–23.3. t / 7 t / 21 €
Luokka 103, Pohjolankatu 27
ti 14.15–16.00

Tietotekniikkakouluttaja Katri Jokipelto

Perehdymme älypuhelimien kameran asetuksiin ja niiden vaikutuksiin valokuvissa ja videoissa.

► **Kuvankäsittelyä ilmaisilla sovelluksilla tietokoneella, myös etäopetus**

kevät 420110b 16.3.–6.4. t / 9 t / 28 €
Luokka 103, Pohjolankatu 27
ti 16.45–18.30

Tietotekniikkakouluttaja Katri Jokipelto

Tutustumme ilmaisiin kuvankäsittelyohjelmiin Windows 11 -tietokoneella.

► **Omat tilit ja pilvitalennustilat, myös etäopetus**

kevät 420155b 30.3.–6.4. t / 8 t / 24 €
Luokka 103, Pohjolankatu 27
ti 12.45–16.00

Tietotekniikkakouluttaja Katri Jokipelto

Kurssilla opit tilien, pilvipalveluiden ja -tallennustilojen merkityksen.

▶ LIIKUNTA, TANSSI & HYVÄ OLO – Kehon ja mielen hyvinvointia

Jokainen voi löytää laajasta liikunnan ja hyvän olon tarjonnastamme itselleen harrastuksen koko lukuvuodeksi tai lyhyemmäksi ajaksi. Tarjontaa on eri-ikäisille taaperoista senioreihin, niin päivällä kuin ilta-aikaankin.

Liikunnan vastuopettaja:
Sinikka Miettinen
sinikka.miettinen@ekko.fi
050 555 1954

▶ ERITYISESTI SENIOREILLE

- ▶ Seniorijumppa s. 31
- ▶ Kuntoa ja terveyttä senioreille s. 31
- ▶ EKKOn tanssit senioreille s. 32
- ▶ Lyhytkurssi: Baletti senioreille s. 33
- ▶ Kesäkurssi: EKKOn tanssit senioreille s. 36

▶ LAPSILLE JA NUORILLE

- ▶ Lapsi-vanhempi 2024 ja 2025 syntyneille s. 32
- ▶ Liikunta 2022 ja 2023 syntyneille s. 31
- ▶ Liikunta 2020 ja 2021 syntyneille s. 31
- ▶ Yhdessä tanssimaan! s. 33
- ▶ Contakids -viikonloppukurssi s. 34
- ▶ Lastentanssi 4–6-vuotiaille s. 33
- ▶ Tanssiliikunta 7–9-vuotiaille s. 33
- ▶ Akrobatia 9–13 -vuotiaille s. 31
- ▶ Confidance kids & teens s. 33 ja 36
- ▶ Klassinen nyrkkeily 12–17-vuotiaille s. 31 ja 32
- ▶ Kesäkurssi: Nykytanssi ja lattia-tekniikka lapset (7–9 vuotiaat) s. 37
- ▶ Kesäkurssi: Lasten jooga s. 37

▶ STARTTIVIIKOT

▶ Hathajoogan elokuun intensiivikurssi

syksy 730100a 24.–28.8. / 10 t / 45 €
Sali, Lehtitalo, Lauritsalantie 1
ma–pe 17.30–19.00
Jooganopettaja SJL® Sirpa Ripatti
Aiemmin joogaa harrastaneille.

▶ Starttiviikon MYOVER40® Kehonhuolto-ohjelma A

syksy 730401a 31.8. / 75 min / 8 €
ma 16.15–17.30

▶ Starttiviikon MYOVER40® Kehonhuolto-ohjelma B

syksy 730404a 2.9. / 75 min / 8 €
ke 16.15–17.30

211 Sali, Pohjolankatu 27
MYOVER40®- ohjaaja Sinikka Miettinen

Terapeuttinen monivaiheinen harjoittelumuoto, joka on kehitetty erityisesti yli 40-vuotiaille ennaltaehkäisemään kiputiloja sekä hoitamaan niitä. Teemme harjoitteita seisten, konntausasennossa sekä lattiatasolla.

▶ Starttiviikon intensiivi: Yin-jooga & äänimaljarentoutus, alkeet

syksy 730140a 31.8.–3.9. / 8 t / 36 €
211 Sali, Pohjolankatu 27
ma–to 13.00–14.15 Yin-joogaopettaja Sinikka Miettinen

Tutustumme Yin-joogan saloihin.

▶ Uusi! Starttiviikon Zumba + Lift™

syksy 730280a 31.8. / 1 t / 5 €
ma 15.00–15.45

▶ Starttiviikon Zumba + Lift™

syksy 730299a 2.9. / 1 t / 5 €
ke 15.00–15.45
211 Sali, Pohjolankatu 27
ZIN Zumba® -ohjaaja Sinikka Miettinen
Tanssin ja tehokkaan lihaskuntotreenin yhdistelmä. Taso: keskiraskas/raskas.

▶ Uusi! Starttiviikon Contakids

syksy 730301a 12.–13.9. / 2 t / 9 €
211 Sali, Pohjolankatu 27
la–su 10.00–10.45
Tanssiopettaja Katri Siipola Cohen

Iloinen yhteinen hetki aikuiselle ja lapselle (2-5v.) liikkeen, kosketuksen ja leikin kautta.

▶ Uusi! Starttiviikon Luontoretriitti

syksy 730460a 12.9. / 8 t / 40 €
Jängyn Erämiesten maja, Nyrhiläntie 57
la 10.00–16.00
Tanssiopettaja Paulina Kuokkanen

Päivä sisältää maadoittumista, somaattista liikettä, luontokävelyä, yin-joogan rentouttavia asanoita sekä kirjoittamista.

▶ Uusi! Starttiviikon somaattinen tanssimatka ja rumpurentoutus

syksy 730302a 12.–13.9. / 5 t / 24 €
211 Sali, Pohjolankatu 27
la–su 11.00–13.00

Tanssiopettaja Katri Siipola Cohen

Huomio kehon sisäisissä tuntemuksissa, tunti päättyy syvärentoutukseen, jossa rumpu sekä ohjaajan ääni kannattelevat rentoutumista. Sopii kaikille.

▶ Starttiviikon Mindfulness-sunnuntai

syksy 730400a 13.9. / 5 t / 21 €
Sali, Lehtitalo, Lauritsalantie 1
su 17.00–20.30 Mindfulness-ohjaaja CFM® marjo Niiranen

Soveltuu vasta-alkajille ja jo harjoitteisiin perehtyneille.

▶ JOOGAT

▶ Astangajoogat

Opettajana astangajoogaohjaaja Kirsi Haimi. Tunnit pidetään Lehtitalon salissa, Lauritsalantie 1. Oma joogamatto mukaan.

Astangajooga vahvistaa kehoa, mieltä ja hengitystä. Laji on fyysisesti haastava mutta sopii kaikille, sillä jokainen etenee omaan tahtiinsa. Alkeet/alkeisjatko ovat sanallisesti ohjattuja tunteja. Supersport ja Mysore on tarkoitettu alkeiskurssin käyneille. Ota mukaan hikipyöhye ja joogamatto.

▶ Astangajooga, alkeet/alkeisjatko A

syksy 730101a 14.9.–30.11. / 18 t / 53 €
kevät 730101b 11.1.–12.4. / 20 t / 58 €
ma 16.45–18.00

Ohjattu Astangatunti. Uusille tulokkaille ja aiemmin harrastaneille.

▶ Uusi! Astangajooga, alkeisjatko, SuperSportti & äänimaljarentoutus

syksy 730102a 14.9.–30.11. / 18 t / 53 €
kevät 730102b 11.1.–12.4. / 20 t / 58 €
ma 18.05–19.50

Ohjattu astangatunti aiemmin harrastaneille.

▶ Astangajooga, alkeet

syksy 730104a 15.9.–1.12. / 18 t / 50 €
kevät 730104b 12.1.–6.4. / 20 t / 55 €
ti 15.30–16.45

Ohjattu astangatunti. Sopii uusille ja aiemmin harrastaneille.

▶ Astangajooga, Mysore A

syksy 730105a 16.9.–2.12. / 22 t / 63 €
kevät 730105b 13.1.–7.4. / 24 t / 69 €
ke 16.30–18.00

Itsenäisesti oman hengityksen tahtiin tehtävä mysore-harjoitus. Aiemmin harrastaneille.

▶ Astangajooga & meditaatio

syksy 730106a 16.9.–2.12. / 18 t / 53 €
kevät 730106b 13.1.–7.4. / 20 t / 58 €
ke 18.05–19.35

Ohjattu astangatunti sekä meditaatio. Uusille ja aiemmin harrastaneille.

▶ Astanga & äänimaljarentoutus

syksy 730108a 3. ja 10.10. / 8 t / 23 €
kevät 730108b 6. ja 13.2. / 8 t / 23 €
la 13.00–14.30

Ohjattu astangatunti ja äänimaljarentoutus.

▶ Astangajooga, alkeet/alkeisjatko B

syksy 730109a 20.9.–13.12. / 18 t / 50 €
kevät 730109b 17.1.–18.4. / 20 t / 55 €
su 17.30–18.45

Ks. sisältö kuten kursseissa 730101a ja -b.

▶ Astanga & Äänimaljarentoutus, alkeet/alkeisjatko A

syksy 730110a 20.9.–13.12. / 22 t / 60 €
kevät 730110b 17.1.–18.4. / 24 t / 66 €
su 18.50–20.20

Ohjattu astanga ja äänimaljarentoutus. Uusille ja jo aiemmin astangaa tehneille.

▶ Astanga & Äänimaljarentoutus, alkeet/alkeisjatko B

kevät 730111b 12.1.–6.4. / 24 t / 69 €
ti 16.50–18.20

Ks. sisältö kuten kursseissa 730110a ja -b.

▶ Astangajooga, Mysore B

kevät 730112b 12.1.–6.4. / 20 t / 58 €
ti 18.30–19.45

Ks. sisältö kuten kursseissa 730105a ja -b.

▶ Hathajoogat

Tunnit pidetään Lehtitalon salissa, Lauritsalantie 1. Oma joogamatto mukaan.

SJL-Hathajooga on kokonaisvaltainen itsensä kehittämisen menetelmä, jonka perustana ovat fyysiset harjoitukset, tietoisuus hengityksestä ja rentoutumisesta sekä sisäisen hiljaisuuden kokeminen.

▶ Hathajooga, jatko A

syksy 730113a 14.9.–30.11. / 22 t / 60 €
kevät 730113b 11.1.–12.4. / 24 t / 66 €
ma 14.30–16.00

▶ Hathajooga, jatko C

syksy 730115a 16.9.–2.12. / 22 t / 60 €
kevät 730115b 13.1.–7.4. / 24 t / 66 €
ke 10.00–11.30

Jooganopettaja SJL® Sirpa Ripatti

Kuljemme hengityksen ohjaamana fyysisen harjoituksen kautta kohti itse-tuntemusta, tasapainoa sekä mielen ja kehon hyvinvointia.

▶ Hathajooga, jatko D

syksy 730116a 17.9.–3.12. / 22 t / 63 €
kevät 730116b 14.1.–15.4. / 24 t / 69 €
to 17.30–19.00 FK, jooganopettaja SJL® Tiina Vahteristo

Syvennämme harjoitusta, rentoutamme ja voimistamme kehoa sekä mieltä. Taso: kevyt.

▶ Hyvänyön jooga, alkeet

syksy 730117a 17.9.–3.12. / 18 t / 53 €
kevät 730117b 14.1.–15.4. / 20 t / 58 €
to 19.15–20.30 FK, jooganopettaja SJL® Tiina Vahteristo

Rauhallinen rentouttava harjoitus, joka johdattelee hyvään uneen. Taso: kevyt.

▶ Hyvän olon jooga

syksy 730118a 18.9.–4.12. / 22 t / 60 €
kevät 730118b 15.1.–16.4. / 24 t / 66 €
pe 10.00–11.30
Jooganopettaja SJL® Eija Juvakka

Syvennämme hathajoogaharjoitustamme. Taso: kevyt.

Tuolijooga on hathajoogan liikkeisiin perustuva kehon hoidollinen harjoitus. Soveltuu kaikille, harjoitus tehdään pääsääntöisesti tuolilla istuen.

▶ Tuolijooga A

syksy 730119a 15.9.–1.12. / 15 t / 40 €
kevät 730119b 12.1.–6.4. / 16 t / 44 €
ti 13.00–14.00

▶ Tuolijooga B

syksy 730120a 18.9.–4.12. / 15 t / 40 €
kevät 730120b 15.1.–16.4. / 16 t / 44 €
pe 12.00–13.00

Jooganopettaja SJL® Eija Juvakka

Lempeän hathajoogan liikkeisiin perustuva jooga. Soveltuu kaikille.



Äijäjooga sopii kaikenikäisille sekä -kuntoisille miehille. Tavoitteena on vetreyttää lihaksia, lisätä elinvoimaa ja rentouttaa kehoa sekä mieltä – usein myös yöni paranee.

▶ Äijäjooga A

syksy 730131a 16.9.–2.12. / 22 t / 60 €
kevät 730131b 13.1.–7.4. / 24 t / 66 €
ke 12.30–14.00

▶ Äijäjooga B

syksy 730133a 16.9.–2.12. / 22 t / 60 €
kevät 730133b 13.1.–7.4. / 24 t / 66 €
ke 14.30–16.00

▶ Äijäjooga C

syksy 730136a 18.9.–4.12. / 22 t / 60 €
kevät 730136b 15.1.–16.4. / 24 t / 66 €
pe 14.30–16.00

▶ Äijäjooga D

syksy 730137a 18.9.–4.12. / 22 t / 63 €
kevät 730137b 15.1.–16.4. / 24 t / 69 €
pe 16.30–18.00

Jooganopettaja SJL® Samuli Nikkanen
Myös aloittavalle joogille.

▶ Joogamaraton

kevät 730190b 13.3. / 5 t / 20 €
su 12.00–15.45
Sirpa Ripatti SJL® ja Samuli Nikkanen SJL®
Tule mukaan kokemaan joogamaratonin voima! Aiemmin jooganneille.

▶ Muut joogat

Yin-jooga on rauhallinen ja meditatiivinen palautumismuoto, joka keskittyy kehon faskioiden (syvien sidekudosten, nivelten ja jänteiden) avaamiseen. Lihakset pidetään rentoina, ja asanoissa viivytään passiivisesti tuettuna 3–5 minuuttia. Harjoitus laskee tehokkaasti stressitasoa, rauhoittaa hermostoa ja lisää liikkuvuutta. Äänimaljarentoutuksessa ohjaaja soittaa äänimaljoja sekä muita hoitavia instrumentteja ryhmän edessä. Pue yllesi lämpimät ja mukavat vaatteet. Ota oma alusta ja viltti mukaan.

▶ Yin-jooga A

syksy 730143a 14.9.–30.11. / 15 t / 40 €
kevät 730143b 11.1.–12.4. / 16 t / 44 €
ma 11.00–12.00

▶ Yin-jooga B

syksy 730148a 16.9.–2.12. / 15 t / 40 €
kevät 730148b 13.1.–7.4. / 16 t / 44 €
ke 16.00–17.00

211 Sali, Pohjolankatu 27

Yin-joogaopettaja Sinikka Miettinen

▶ Yin-jooga & äänimaljarentoutus

syksy 730147a 15.9.–1.12. / 18 t / 50 €
kevät 730147b 12.1.–6.4. / 20 t / 55 €
211 Sali, Pohjolankatu 27
ti 14.30–15.45
Yin-joogaopettaja Sinikka Miettinen

▶ Kundaliinijooga, Peltola

syksy 730150a 17.9.–3.12. / 22 t / 63 €
kevät 730150b 14.1.–15.4. / 24 t / 69 €
Peltolan päiväkot, sali, Väinölankatu 3
to 17.30–19.00
Kundaliinijooganopettaja Liisa Flykt

Opettelemme tiedostamaan fyysisen kehomme viestejä ja mieltämme löytääksemme omat voimavaramme.

▶ Lempeä jooga

kevät 730152b 17.1.–21.3. / 8 t / 23 €
Sali, Lehtitalo, Lauritsalantie 1
su 15.10–16.10
Joogaopettaja Marjo Niiranen
Yksinkertaiset ja mukavat joogaharjoitteet. Tunti päättyy rentoutumiseen.

▶ Kundaliinijooga

kevät 730154b 17.1.–21.3. / 8 t / 23 €
Sali, Lehtitalo, Lauritsalantie 1
su 16.20–17.20
Joogaopettaja Marjo Niiranen

Dynaaminen "tietoisuuden jooga", jossa yhdistyvät fyysiset liikesarjat, hengitystekniikat, meditaatio ja mantrojen lausuminen. Tavoitteena on herättää uinuva kundaliinienergia, vahvistaa hermostoa, vähentää stressiä sekä lisätä kehon ja mielen tasapainoa. Ei edellytä aiempaa kokemusta.

▶ KUNTOLIIKUNTA

MAANANTAI

▶ Neurojumppa

syksy 730201a 14.9.–6.12. / 11 t / 29 €
kevät 730201b 11.1.–12.4. / 12 t / 31 €
Sali, Lehtitalo, Lauritsalantie 1
ma 9.30–10.15
Tuntiohjaaja Tatiana Kravets

Käytämme neurotieteen keinoja vaikuttaa silmiin, tasapainoon ja asentotuntoaistiin ja yhdistämme niitä liikkeen biomekaniikkaan. Sopii hyvin niin senioreille kuin nuoremmillekin.

▶ Pilates, Lehtitalo

syksy 730202a 14.9.–6.12. / 15 t / 39 €
kevät 730202b 11.1.–12.4. / 16 t / 43 €
Sali, Lehtitalo, Lauritsalantie 1
ma 10.30–11.30
Tuntiohjaaja Tatiana Kravets

Kehoa vahvistava pilates kehittää koordinaatiota ja kehonhallintaa.

▶ Terveystiliikunta, keppijumppa A

syksy 730203a 14.9.–30.11. / 11 t / 29 €
kevät 730203b 11.1.–12.4. / 12 t / 31 €
211 Sali, Pohjolankatu 27
ma 12.20–13.05

FysioFit-ohjaaja, kh Mervi Suninen
Parannamme tasapainoa, yleiskestävyyttä, selän, vatsan ja alaraajojen voimaa, kehonhallintaa sekä nivelliikkuvuutta. Taso: keskiraskas.

▶ Venyttäen ja vahvistaen

syksy 730204a 14.9.–30.11. / 11 t / 29 €
kevät 730204b 11.1.–12.4. / 12 t / 31 €
211 Sali, Pohjolankatu 27
ma 13.15–14.00
FysioFit-ohjaaja, kh Mervi Suninen

Parannamme tasapainoa, kehonhallintaa, ryhtiä, aineenvaihduntaa, lihasvoimaa ja liikkuvuutta. Taso: kevyt, osin haastava.

▶ Pilates, Kesämäki

syksy 730206a 14.9.–30.11. / 11 t / 31 €
kevät 730206b 11.1.–12.4. / 12 t / 34 €
Kesämäen alakoulu, liikuntasali,
Lavolankatu 16
ma 16.30–17.15
Tuntiohjaaja Tatiana Kravets

Kehoa vahvistava pilates kehittää koordinaatiota ja kehonhallintaa.

▶ Kuntoliikunta, Haapajärvi

syksy 730207a 14.9.–30.11. / 15 t / 37 €
kevät 730207b 11.1.–12.4. / 16 t / 40 €
Haapajärven kylätalo sali,
Vainikkalantie 765
ma 16.30–17.30
Liikunnanopettaja Ulla Hyvönen

Monipuolista kuntoliikuntaa vaihtuvilla välineillä ja teemoilla.

▶ Kuntoliikunta, Kasukkala

syksy 730208a 14.9.–30.11. / 15 t / 37 €
kevät 730208b 11.1.–12.4. / 16 t / 40 €
Kasukkalan koulu, sali, Vainikkalantie 171
ma 18.00–19.00
Liikunnanopettaja Ulla Hyvönen

Monipuolista kuntoliikuntaa vaihtuvilla välineillä ja teemoilla.

▶ Selkä-vatsa-hartiajumppa, Lavola

syksy 730209a 14.9.–30.11. / 11 t / 30 €
kevät 730209b 11.1.–12.4. / 12 t / 33 €
Lavolan koulu, liikuntasali, Lavolantie 16
ma 17.00–17.45
FysioFit-ohjaaja, kh Mervi Suninen

Monipuolista itsehoitoa hartia- ja selkävaivojen ehkäisemiseksi ja hyvän olon lisäämiseksi. Taso: keskiraskas, osin haastava.

▶ **Venyttään ja vahvistaen, Lavola**

syksy 730210a 14.9.–30.11. / 11 t / 30 €
kevät 730210b 11.1.–12.4. / 12 t / 33 €
Lavolan koulu, liikuntasali, Lavolantie 16 ma 18.00–18.45
FysioFit-ohjaaja, kh Mervi Suninen
Ks. sisältö kuten kursseissa 730204a ja -b.

▶ **Kuntoliikunta, Kanavansuu**

syksy 730211a 14.9.–30.11. / 11 t / 30 €
kevät 730211b 11.1.–12.4. / 12 t / 33 €
Kanavansuun asukastila, liikuntahalli, Tukkimiehenkatu 1 ma 19.10–19.55
Tuntiopettaja Kirsi Hyrkäs
Monipuolista liikuntaa vaihtuvilla teemoilla ja välineillä. Sopii eri-ikäisille ja -tasoille liikkujille.

▶ **Klassinen nyrkkeily 12–17-vuotiaille, Lavola**

syksy 730257a 14.9.–30.11. / 22 t / 55 €
kevät 730257b 11.1.–12.4. / 24 t / 60 €
Lavolan koulu, liikuntasali, Lavolantie 16 ma 18.50–20.20
Tuntiopettaja Mikhail Bogdanov
Käymme läpi peruslyöntitekniikoita ja harjoittelemme liikkumista sekä koko vartalon käyttöä lyönneissä ja väistöissä. Opetuskieli: venäjä/osittain suomi.

TIISTAI

▶ **Seniorijumppa**

syksy 730212a 15.9.–1.12. / 15 t / 35 €
kevät 730212b 12.1.–6.4. / 16 t / 38 €
211 Sali, Pohjolankatu 27 ti 9.30–10.30
Liikunnanopettaja Galina Vainik
Lihaskunto-, liikkuvuus- ja tasapainoharjoitteita sekä venyttelyä kehon toimintakyvyn ylläpitämiseksi ja parantamiseksi. Taso: kevyt.

▶ **EKKOn treenit**

syksy 730213a 15.9.–1.12. / 15 t / 35 €
kevät 730213b 12.1.–6.4. / 16 t / 38 €
211 Sali, Pohjolankatu 27 ti 10.45–11.45
Liikunnan vastuuopettaja Sinikka Miettinen
Lihaskuntojumppa. Taso: keskiraskas/raskas.

▶ **Kuntoliikunta, Vilkkjärvi**

syksy 730214a 15.9.–1.12. / 15 t / 36 €
kevät 730214b 12.1.–6.4. / 16 t / 39 €
Vilkkjärven Kylätalo, Salmelantie 10 ti 16.00–17.00
Liikunnanopettaja Ulla Hyvönen

Monipuolista kuntoliikuntaa vaihtuvilla välineillä ja teemoilla.

▶ **PilatesHealth A**

syksy 730215a 15.9.–1.12. / 15 t / 39 €
kevät 730215b 12.1.–6.4. / 16 t / 43 €
211 Sali, Pohjolankatu 27 ti 16.00–17.00
PilatesHealth-ohjaaja, kh Mervi Suninen
Tehdään rauhallisia liikkeitä pystyasennossa ja lattiatasossa. Manuaalinen ohjaus. Taso: perus- ja keskitaso.

▶ **Kuntoliikunta, Jängyn maja**

syksy 730216a 15.9.–1.12. / 15 t / 41 €
kevät 730216b 12.1.–6.4. / 16 t / 45 €
Jängyn Erämiesten maja, Nyrhiläntie 57 ti 17.30–18.30
Liikunnanopettaja Ulla Hyvönen
Monipuolista kuntoliikuntaa vaihtuvilla välineillä ja teemoilla.

▶ **Dance boost workout, Pontus**

syksy 730218a 15.9.–1.12. / 11 t / 30 €
kevät 730218b 12.1.–6.4. / 12 t / 33 €
Pontuksen koulu, sali, Muukontie 12 ti 19.30–20.15
Tuntiopettaja Chantelle Blue Anttonen
Dance, cardio, HIIT, stretching and flexibility. Taso: keskiraskas/raskas. Opetuskieli englanti/suomi.

▶ **Akrobatia 9–13 -vuotiaille, alkeet**

syksy 730217a 15.9.–1.12. / 15 t / 37 €
Sali, Lehtitalo, Lauritsalantie 1 ti 17.00–18.00
Tanssiopettaja Anniina Tammi
Tanssiin ja tehokkaan lihaskunto-treenin yhdistelmä. Taso: keskiraskas/raskas.

KESKIVIIKKO

▶ **Pilates**

syksy 730221a 16.9.–2.12. / 11 t / 31 €
kevät 730221b 13.1.–7.4. / 12 t / 34 €
211 Sali, Pohjolankatu 27 ke 9.00–9.45
Tuntiopettaja Tatiana Kravets
Kehoa vahvistava pilates kehittää koordinaatiota ja keuhonhallintaa.

▶ **Kuntoa ja terveyttä senioreille**

syksy 730222a 16.9.–2.12. / 11 t / 29 €
kevät 730222b 12.1.–7.4. / 12 t / 31 €
211 Sali, Pohjolankatu 27 ke 10.00–10.45
Liikunnanopettaja Galina Vainik

Kevyt lihaskuntotunti musiikin tahdissa. Emme jumppaa lattiatasolla. Taso: kevyt.

▶ **Uusi! Zumba + Lift™**

syksy 730223a 16.9.–2.12. / 11 t / 29 €
kevät 730223b 13.1.–7.4. / 12 t / 31 €
211 Sali, Pohjolankatu 27 ke 14.45–15.30
ZIN Zumba® -ohjaaja Sinikka Miettinen
Tanssiin ja tehokkaan lihaskuntotreenin yhdistelmä. Taso: keskiraskas/raskas.

▶ **Jumppamix, etäopetus**

syksy 730278a 16.9.–2.12. / 11 t / 30 €
kevät 730278b 13.1.–7.4. / 12 t / 33 €
ke 16.45–17.30
Fysioterapeutti Minna Tarjavuori
Monipuolinen etäopetustunti, jossa teemat vaihtuvat.

▶ **Selkä-vatsa-hartiajumppa, Lönnrot**

syksy 730233a 16.9.–2.12. / 11 t / 30 €
kevät 730233b 13.1.–7.4. / 12 t / 33 €
Lönnrotin koulu, liikuntasali, Lönnrotinkatu 1 ke 17.10–17.55
FysioFit-ohjaaja, kh Mervi Suninen
Monipuolista itsehoitoa hartia- ja selkävaivojen ehkäisemiseksi ja hyvän olon lisäämiseksi. Taso: keskiraskas, osin haastava.

▶ **Venyttään ja vahvistaen, Lönnrot**

syksy 730234a 16.9.–2.12. / 15 t / 37 €
kevät 730234b 13.1.–7.4. / 16 t / 40 €
Lönnrotin koulu, liikuntasali, Lönnrotinkatu 1 ke 18.00–19.00
FysioFit-ohjaaja, kh Mervi Suninen
Ks. sisältö kuten kursseissa 730204a ja -b.

▶ **Liikunta 2022 ja 2023**

syntyneille, Ruoholampi
syksy 730236a 16.9.–2.12. / 11 t / 30 €
kevät 730236b 13.1.–7.4. / 11 t / 30 €
ke 17.00–17.45

▶ **Liikunta 2020 ja 2021**

syntyneille, Ruoholampi
syksy 730237a 16.9.–2.12. / 11 t / 30 €
kevät 730237b 13.1.–7.4. / 11 t / 30 €
ke 17.50–18.35

Lappeen koulu, sali, Järviintunkatu 2
Liikunnanohjaaja (AMK) Jonna Haapiainen
Monipuolista liikuntaa, jossa huomioidaan lapsen ikä ja kehitys. Lapset liikkuvat ryhmässä ilman vanhempia.

▶ **Hiit/kuntopiiri A, Ruoholampi**

syksy 730238a 16.9.–2.12. / 11 t / 30 €
kevät 730238b 13.1.–7.4. / 11 t / 30 €
Lappeen koulu, sali, Järviintunkatu 2
ke 18.40–19.25, Liikunnanohjaaja (AMK) Jonna Haapiainen

Lämmittelyn jälkeen teemme nopeaan tahtiin lihaskuntoliikkeitä eri lihasryhmille. Sisältää hyppyjä.

TORSTAI

▶ **Kuntoa ja terveyttä miehille**

syksy 730241a 17.9.–3.12. / 15 t / 35 €
kevät 730241b 14.1.–15.4. / 16 t / 38 €
211 Sali, Pohjolankatu 27
to 9.15–10.15

Liikunnanopettaja Ulla Hyvönen

Liikkuvuuden, lihaskunnon sekä tasapainon harjoittelua. Taso: keskiraskas.

▶ **Terveysliikunta, keppijumppa B**

syksy 730242a 17.9.–3.12. / 11 t / 29 €
kevät 730242b 14.1.–15.4. / 12 t / 31 €
211 Sali, Pohjolankatu 27
to 13.20–14.05
FysioFit-ohjaaja, kh Mervi Suninen

Ks. sisältö kuten kursseissa 730203a ja -b.

▶ **PilatesHealth B**

syksy 730243a 17.9.–3.12. / 15 t / 39 €
kevät 730243b 14.1.–15.4. / 16 t / 43 €
211 Sali, Pohjolankatu 27
to 14.15–15.15

PilatesHealth-ohjaaja, kh Mervi Suninen

Ks. sisältö kuten kursseissa 730215a ja -b.

▶ **Klassinen nyrkkeily 12–17 -vuotiaille**

syksy 730245a 17.9.–3.12. / 22 t / 55 €
kevät 730245b 14.1.–15.4. / 24 t / 60 €
MMA Lappeenranta ry, Yhteistyönkatu 11
to 16.00–17.30
Tuntiopettaja Mikhail Bogdanov

Ks. sisältö kuten kursseissa 730257a ja -b.

▶ **Kehonpainoharjoittelu, Myllymäki**

syksy 730246a 17.9.–3.12. / 15 t / 37 €
kevät 730246b 14.1.–15.4. / 16 t / 40 €
Myllymäen koulu, sali, Hiessillankatu 10
to 17.45–18.45
Tuntiopettaja Tatiana Kravets

Monipuolista ja haastavaa harjoittelua omalla kehonpainolla.

▶ **Pilates, Myllymäki**

syksy 730247a 17.9.–3.12. / 11 t / 31 €
kevät 730247b 14.1.–15.4. / 12 t / 34 €
Myllymäen päiväkotiki, sali,
Hiessillankatu 10
to 19.05–19.50
Tuntiopettaja Tatiana Kravets

Kehoa vahvistava pilates kehittää koordinaatiota ja kehonhallintaa.

▶ **Sählyä**

syksy 730251a 17.9.–3.12. / 22 t / 55 €
kevät 730251b 14.1.–15.4. / 24 t / 60 €
Voisalmen koulu, sali, Voisalmentie 19
to 19.30–21.00
Tuntiopettaja Heidi Oksman

Yhteinen kuntoiluharrastus eri taitotason miehille ja naisille. Taso: keskiraskas.

PERJANTAI

▶ **Body**

syksy 730252a 18.9.–4.12. / 15 t / 35 €
kevät 730252b 15.1.–16.4. / 16 t / 38 €
211 Sali, Pohjolankatu 27
pe 12.30–13.30 Fysioterapeutti (AMK),
Personal Trainer Kiti Manninen

Monipuolinen koko kehon lihaskuntotunti.

▶ **Pilates, Ruoholampi**

syksy 730253a 18.9.–4.12. / 11 t / 31 €
kevät 730253b 15.1.–16.4. / 12 t / 34 €
Lappeen koulu, sali, Järviintunkatu 2
pe 16.15–17.00
Tuntiopettaja Tatiana Kravets

Kehoa vahvistava pilates kehittää koordinaatiota ja kehonhallintaa.

▶ **Kehonpainoharjoittelu, Ruoholampi**

syksy 730254a 18.9.–4.12. / 15 t / 37 €
kevät 730254b 15.1.–16.4. / 16 t / 40 €
Lappeen koulu, sali, Järviintunkatu 2
pe 17.10–18.10
Tuntiopettaja Tatiana Kravets

Monipuolista ja haastavaa harjoittelua omalla kehonpainolla.

SUNNUNTAI

▶ **Naisten peliryhmä**

syksy 730258a 20.9.–13.12. / 22 t / 55 €
kevät 730258b 17.1.–18.4. / 24 t / 60 €
Kourulan liikuntahalli, Katajakatu 12
su 17.30–19.00
Tuntiopettaja Anniina Koskipalo

Pelaamme korista ja sählyä taitotasosta riippumatta. Taso: keskiraskas.

▶ **Lapsi-vanhempi 2024 ja 2025 syntyneille, Ruoholampi**

syksy 730260a 20.9.–13.12. / 11 t / 29 €
kevät 730260b 17.1.–18.4. / 11 t / 29 €
Lappeen koulu, sali, Järviintunkatu 2
su 17.30–18.15, Liikunnanohjaaja (AMK) Jonna Haapiainen

Lapsi tutustuu perusliikuntataitoihin ja ryhmään yhdessä vanhemman kanssa.

▶ **Hiit/kuntopiiri B, Ruoholampi**

syksy 730261a 20.9.–13.12. / 11 t / 29 €
kevät 730261b 17.1.–18.4. / 11 t / 29 €
Lappeen koulu, sali, Järviintunkatu 2
su 18.20–19.05 Liikunnanohjaaja (AMK) Jonna Haapiainen

Ks. sisältö kuten kursseissa 730238a ja -b.

▶ TANSSI

MAANANTAI

▶ **EKKOn tanssit senioreille**

syksy 730305a 14.9.–1.12. / 11 t / 29 €
kevät 730305b 11.1.–12.4. / 12 t / 31 €
211 Sali, Pohjolankatu 27
ma 10.00–10.45
ZIN Zumba® -ohjaaja Sinikka Miettinen

Matalan kynnyksen tanssillinen tunti. Halutessasi voit käyttää tuolia apuna.

▶ **Zumba®, Kesämäki**

syksy 730308a 14.9.–30.11. / 15 t / 37 €
kevät 730308b 11.1.–12.4. / 16 t / 40 €
Kesämäen alakoulu, liikuntasali,
Lavolankatu 16
ma 17.30–18.30
ZIN Zumba® -ohjaaja Tanja Kravets

Tehokas, hauska ja vauhdikas latinalaisrytmeihin pohjautuva tanssifitness-tunti.

▶ **Lavis-lavatanssijumppa®**

syksy 730309a 14.9.–30.11. / 11 t / 30 €
kevät 730309b 11.1.–12.4. / 12 t / 33 €
211 Sali, Pohjolankatu 27
ma 17.30–18.15, Lavis® -ohjaaja Elena Styf

Hauska, helppo ja hikinen liikuntamuoto, joka perustuu lavatanssiaskeleiden ja jumpan välimuotoon.

▶ **Rivitanssi**

syksy 730310a 14.9.–30.11. / 11 t / 30 €
kevät 730310b 11.1.–12.4. / 12 t / 33 €
211 Sali, Pohjolankatu 27
ma 18.30–19.15, Tuntiopettaja Elena Styf

Tanssimme ilman paria riveissä toistaen askelikoja yhteen, kahteen tai neljään suuntaan.

TIISTAI

► Tanssiliikunta 7–9-vuotiaille

syksy 730306a 14.9.–30.11. / 11 t / 30 €

kevät 730306b 11.1.–12.4. / 12 t / 33 €

Lönnotin koulu, liikuntasali,
Lönnotinkatu 1

ti 16.45–17.30

Tuntiopettaja Lisa-Maria Virtanen

Liikumme ja tanssimme musiikin
mukana.

► Nyky- ja showtanssi, aikuiset, alkeet

syksy 730307a 14.9.–30.11. / 18 t / 46 €

kevät 730307b 11.1.–12.4. / 20 t / 50 €

Lönnotin koulu, liikuntasali,
Lönnotinkatu 1

ti 17.45–19.00

Tuntiopettaja Lisa-Maria Virtanen

Alkulämmittelyä, lihaskuntoa sekä
tanssitekniikkaa, teemme myös koreo-
grafiaa.

► Zumba Gold®, jatko A

syksy 730312a 15.9.–1.12. / 11 t / 29 €

kevät 730312b 12.1.–6.4. / 12 t / 31 €

211 Sali, Pohjolankatu 27

ti 13.30–14.15

ZIN Zumba® -ohjaaja Sinikka Miettinen

Aktiivisille ikäihmisille, aloitteleville
zumbaajille tai rauhallisempaa tahtia
toivoville suunnattu tanssitunti.

► Uusi! Lastentanssi 4–6-vuotiaille

syksy 730314a 15.9.–1.12. / 11 t / 30 €

kevät 730314b 12.1.–6.4. / 12 t / 33 €

211 Sali, Pohjolankatu 27

ti 17.15–18.00

Tanssiopettaja Paulina Kuokkanen

Iloinen tanssituokio 4–6-vuotiaille
lapsille.

► Lavis-lavatanssijumppa®, Lavola

syksy 730318a 15.9.–1.12. / 11 t / 30 €

kevät 730318b 12.1.–6.4. / 12 t / 33 €

Lavolan koulu, liikuntasali, Lavolantie 16
ti 18.00–18.45, Lavis® -ohjaaja Elena Styf

Hauska, helppo ja hikinen liikunta-
muoto, joka perustuu lavatanssiaske-
leiden ja jumpan välimuotoon.

► Fuusiovatsatanssi (tribal fusion), alkeisjatko

syksy 730319a 15.9.–8.12. / 13 t / 33 €

kevät 730319b 12.1.–6.4. / 15 t / 37 €

211 Sali, Pohjolankatu 27

ti 18.15–19.15

Tuntiopettaja Elina Ylä-Outinen

Tunnilla opetellaan tanssitekniikkaa ja
rakennetaan näistä tanssisarjoja sekä
koreografiaa.

KESKIVIIKKO

► Non-stop party just dance, Kimpinen

syksy 730336a 17.9.–3.12. / 15 t / 37 €

kevät 730336b 14.1.–15.4. / 16 t / 40 €

Kimpisen koulu, musiikkiliikuntasali,
Pohjolankatu 23

ke 16.35–17.35

Tuntiopettaja Chantelle Blue Anttonen

Party invitation to you all who enjoy
non-stop dancing as a workout routi-
ne. Fyysinen vaativuus: keskiraskas tai
raskas. Opetuskieli englanti/suomi

► Itämainen tanssi, Kimpinen

syksy 730322a 16.9.–2.12. / 15 t / 37 €

kevät 730322b 13.1.–7.4. / 16 t / 40 €

Kimpisen koulu, musiikkiliikuntasali,
Pohjolankatu 23

ke 17.45–18.45

Tuntiopettaja Kristiina Vainikka

Teemana on egyptiläinen tanssityyli.
Harjoittelemme tekniikkaa, tunneil-
mäisua ja teemme koreografian. Taso:
Jonkin verran harrastaneet.

► Uusi! Contemporary Dance

syksy 730323a 14.10.–2.12. / 14 t / 34 €

kevät 730323b 24.2.–7.4. / 12 t / 31 €

211 Sali, Pohjolankatu 27

ke 18.45–20.00

Tanssiopettaja Bayarbaatar Narangerel

A dynamic art form blending ballet,
jazz, and modern influences. Opetus-
kieli englanti.

TORSTAI

► Zumba Gold®, jatko B

syksy 730332a 17.9.–3.12. / 11 t / 29 €

kevät 730332b 14.1.–15.4. / 12 t / 31 €

211 Sali, Pohjolankatu 27

to 10.45–11.30

ZIN Zumba® -ohjaaja Sinikka Miettinen

Aktiivisille ikäihmisille, aloitteleville
zumbaajille tai rauhallisempaa tahtia
toivoville suunnattu tanssitunti.

► Confidance kids & teens

syksy 730333a 17.9.–3.12. / 15 t / 35 €

kevät 730333b 14.1.–15.4. / 16 t / 38 €

211 Sali, Pohjolankatu 27

to 16.00–17.00

Tuntiopettaja Chantelle Blue Anttonen

Dance styles such as hip-hop, k-pop,
reggae, new jazz, etc. Fyysinen vaati-
vuus: keskiraskas. Opetuskieli englan-
ti/suomi.

► Yhdessä tanssimaan!

syksy 730334a 17.9.–3.12. / 11 t / 30 €

kevät 730334b 14.1.–15.4. / 12 t / 33 €

211 Sali, Pohjolankatu 27

to 17.10–17.55

Tanssiopettaja Paulina Kuokkanen

Iloinen tanssituokio 2–3-vuotiaille
lapsille ja heidän aikuisilleen.

► Aikuisten baletti jatkotaso

syksy 730335a 17.9.–3.12. / 17 t / 43 €

kevät 730335b 14.1.–15.4. / 19 t / 47 €

211 Sali, Pohjolankatu 27

to 18.00–19.10

Tanssiopettaja Paulina Kuokkanen

Kurssi on tarkoitettu jo balettia harras-
taneille.

PERJANTAI

► Uusi! Lyhytkurssi: Baletti senioreille

syksy 730340a 18.9.–9.10. / 4 t / 12 €

kevät 730340b 15.1.–19.2. / 6 t / 19 €

211 Sali, Pohjolankatu 27

pe 11.30–12.15

Tanssiopettaja Katri Siipola Cohen

Liikumme klassisen musiikin tun-
nelmassa ja harjoittelemme baletin
perusliikkeitä rauhalliseen tahtiin.
Sopii kaikille.

► K-pop dance

syksy 730343a 18.9.–4.12. / 18 t / 44 €

kevät 730343b 15.1.–16.4. / 20 t / 48 €

211 Sali, Pohjolankatu 27

pe 16.10–17.25

Tuntiopettaja Chantelle Blue Anttonen

Keeping up with K-pop dance. Fyysi-
nen vaativuus: keskiraskas. Opetuskieli
englanti/suomi.

► Party time on Friday nights

syksy 730344a 18.9.–4.12. / 11 t / 30 €

kevät 730344b 15.1.–16.4. / 12 t / 33 €

211 Sali, Pohjolankatu 27

pe 17.30–18.15

Tuntiopettaja Chantelle Blue Anttonen

Dancing, clean music and chill vibes.
Participants take turns to put on songs
and play. Opetuskieli: englanti/suomi.

► Uusi! Aikuisten baletti alkeistaso

syksy 730345a 18.9.–4.12. / 15 t / 37 €

kevät 730345b 15.1.–16.4. / 16 t / 40 €

211 Sali, Pohjolankatu 27

pe 18.20–19.20

Tanssiopettaja Paulina Kuokkanen

Tule kokemaan baletin kauneus ja löy-
tämään kehon lempeä voima! Kurssi
sopii aloittelijoille.

LAUANTAI

▶ Uusi! Contakids -viikonloppukurssi

syksy 730351a 21.–22.11. / 2 t / 7 €
211 Sali, Pohjolankatu 27
la ja su 10.00–10.45
Tanssiopettaja Katri Siipola Cohen
Ilmainen yhteinen hetki aikuiselle ja 2–5v. lapselle liikkeen, kosketuksen ja leikin kautta.

▶ Uusi! Liikkeen ja levon viikonloppu – somaattinen tanssimatka ja rumpurentoutus

syksy 730352a 21.–22.11. / 5 t / 17 €
211 Sali, Pohjolankatu 27
la ja su 11.00–13.00 Tanssiopettaja
Katri Siipola Cohen

Huomio suuntautuu kehon sisäisiin tuntemuksiin, tunti päättyy syvärentoutukseen, jossa rumpu sekä ohjaajan elävä ääni kannattelevat rentoutumista. Sopii kaikille.

▶ Uusi! Mongolian Dance A

syksy 730330a 3.–4.10. / 5 t / 17 €

▶ Uusi! Mongolian Dance B
syksy 730331a 10.–11.10. / 5 t / 17 €
211 Sali, Pohjolankatu 27
la ja su 11.00–13.00
Tanssiopettaja Bayarbaatar Narangerel
Mongolialaiseen kansantanssiin sekä kulttuuriin tutustumista. Opetuskieli englanti.

SUNNUNTAI

▶ K-pop dance, uusinta

syksy 730354a 20.9.–13.12. / 18 t / 44 €
kevät 730354b 17.1.–18.4. / 20 t / 48 €
211 Sali, Pohjolankatu 27
su 13.30–14.45
Tuntiopettaja Chantelle Blue Anttonen

Keeping up with K-pop dance. Fyysinen vaatavuus: keskiraskas. Opetuskieli englanti/suomi.

▶ Just dance -workout

syksy 730355a 20.9.–13.12. / 18 t / 44 €
kevät 730355b 17.1.–18.4. / 20 t / 48 €
211 Sali, Pohjolankatu 27
su 15.00–16.15
Tuntiopettaja Chantelle Blue Anttonen

Learning new dances, the choreographies can be found on YouTube. Fyysinen vaatavuus: keskiraskas tai raskas. Opetuskieli englanti/suomi.

▶ Itämainen tanssi, alkeet/ alkeisjatko

syksy 730356a 20.9.–13.12. / 15 t / 35 €
kevät 730356b 17.1.–18.4. / 16 t / 38 €
211 Sali, Pohjolankatu 27
su 17.30–18.30, Tuntiopettaja Anni Kaipia
Itämaisen tanssin perusliikkeitä ja monipuolisia askelsarjoja. Sopii kaikille.

▶ HYVÄ OLO

MAANANTAI

▶ MYOVER40® Kehonhuolto-ohjelma A

syksy 730410a 14.9.–30.11. / 18 t / 44 €
kevät 730410b 11.1.–12.4. / 20 t / 48 €
ma 14.30–15.45

▶ MYOVER40® Kehonhuolto-ohjelma B

syksy 730411a 14.9.–30.11. / 18 t / 44 €
kevät 730411b 11.1.–12.4. / 20 t / 48 €
ma 16.00–17.15 211

Sali, Pohjolankatu 27
MYOVER40®- ohjaaja Sinikka Miettinen

Terapeuttinen monivaiheinen harjoittelumuoto, joka on kehitetty ennaltaehkäisemään kiputiloja sekä hoitamaan niitä. Teemme harjoitteita seisten, konttausasennossa sekä lattiatasolla.

▶ Uusi! Lempää iltahetki keholle, Kanavansuu

syksy 730412a 14.9.–30.11. / 11 t / 30 €
kevät 730412b 11.1.–12.4. / 12 t / 33 €
Kanavansuun asukastila, liikuntahalli, Tukkimiehenkatu 1
ma 20.00–20.45, Tuntiopettaja Kirsi Hyrkäs

Venyttelyä, liikkuvuusharjoituksia ja lihahuoltoa päivän päätteeksi.

TIISTAI

▶ Uusi! Feldenkrais -Kehonhuolto A

syksy 730413a 15.9.–20.10. / 7 t / 20 €
kevät 730413b 12.1.–16.2. / 10 t / 26 €
Sali, Lehtitalo, Lauritsalantie 1
ti 11.30–12.45
Tuntiopettaja Katri Siipola Cohen

Kehon hyvinvointia lempeän ja tutkivan liikkeen kautta. Teemme ohjattuja liikeharjoitteita lattiatasossa.

▶ Uusi! Kehonhuolto & hengitys

syksy 730415a 15.9.–1.12. / 15 t / 35 €
kevät 730415b 12.1.–6.4. / 16 t / 38 €
211 Sali, Pohjolankatu 27

ti 12.00–13.00, Liikunnan vastuuopettaja Sinikka Miettinen
Avaamme kehon kireyksiä, teemme hengitysharjoituksia.

KESKIVIikko

▶ MYOVER40® Kehonhuolto-ohjelma C

syksy 730417a 16.9.–2.12. / 18 t / 44 €
kevät 730417b 13.1.–7.4. / 20 t / 48 €
ke 13.15–14.30

▶ MYOVER40® Kehonhuolto-ohjelma D

syksy 730416a 16.9.–2.12. / 18 t / 46 €
kevät 730416b 13.1.–7.4. / 20 t / 50 €
ke 17.15–18.30 211

Sali, Pohjolankatu 27
MYOVER40®- ohjaaja Sinikka Miettinen
Ks. sisältö kuten kursseissa 730411a ja -b.

▶ Fasciavenyttely, etäopetus

syksy 730418a 16.9.–2.12. / 15 t / 37 €
kevät 730418b 13.1.–7.4. / 16 t / 40 €
204 Luokka, Pohjolankatu 27
ke 17.40–18.40

Fysioterapeutti Minna Tarjavuori

Sopii lihaskireyksistä ja niveljäykkyyksistä kärsiville henkilöille. Ei sovi, jos pitkälle edennyt polven tai lonkan nivelrikko. Tarvikkeet: faskia- / tennis-pallo, faskia- / pilatesrulla. Taso: kevyt.

▶ Uusi! Feldenkrais -Kehonhuolto B

syksy 730419a 16.9.–7.10. / 8 t / 22 €
kevät 730419b 13.1.–17.2. / 12 t / 33 €
211 Sali, Pohjolankatu 27
ke 18.45–20.00
Tuntiopettaja Katri Siipola Cohen

Ks. sisältö kuten kursseissa 730413a ja -b.

TORSTAI

▶ Uusi! Kehonhuolto, hengitys & äänimaljarentoutus

syksy 730420a 17.9.–3.12. / 18 t / 44 €
kevät 730420b 14.1.–15.4. / 20 t / 48 €
211 Sali, Pohjolankatu 27
to 11.45–13.00, Liikunnan vastuuopettaja Sinikka Miettinen

Avaamme kehon kireyksiä, teemme hengitysharjoituksia. Rentoutuksessa ohjaaja soittaa äänimaljoja ryhmän edessä.

▶ Kehonhuolto

syksy 730421a 17.9.–3.12. / 15 t / 37 €
kevät 730421b 14.1.–15.4. / 16 t / 40 €
211 Sali, Pohjolankatu 27

to 19.15–20.15

Tanssiopettaja Paulina Kuokkanen

Liikkuvuutta, kehonhallintaa, tasapainoa sekä kehon ja mielen yhteyttä.

PERJANTAI

▶ FasciaMethod®

syksy 730426a 18.9.–4.12. / 15 t / 35 €

kevät 730426b 15.1.–16.4. / 16 t / 38 €

211 Sali, Pohjolankatu 27

pe 13.45–14.45, Fysioterapeutti (AMK), personal trainer Kiti manninen

Faskialinjoja eli lihastoimintaketjuja mukailevaa dynaamista liikkuvuusharjoittelua. Oma alusta.

LAUANTAI

▶ Uusi! Mindfulness -retriittipäivä

syksy 730445a 17.10. / 4 t / 14 €

Sali, Lehtitalo, Lauritsalantie 1
la 11.00–14.00

Mindfulness-ohjaaja Liisa Flykt

Soveltuu mindfulnessista kiinnostuneille, vasta-alkajille ja jo harjoitteisiin perehtyneille.

▶ Uusi! Kuuden viikon mindfulness-kurssi

syksy 730446a 31.10.–5.12. / 12 t / 31 €

Sali, Lehtitalo, Lauritsalantie 1
la 11.00–12.30

Mindfulness-ohjaaja Liisa Flykt

Kuuden viikon aikana opit konkreettisia harjoituksia stressin säätelyyn, keskittymiskyvyn vahvistamiseen ja kuormituksen tunnistamiseen.

▶ Mindfulness-lauantai, maaliskuu

syksy 730444a 20.3. / 5 t / 16 €

Sali, Lehtitalo, Lauritsalantie 1

la 10.15–13.45, Mindfulness-ohjaaja CFM® Marjo Niiranen

Soveltuu mindfulnessista kiinnostuneille, vasta-alkajille ja jo harjoitteisiin perehtyneille.

SUNNUNTAI

▶ Asahi

syksy 730427a 20.9.–13.12. / 11 t / 29 €

kevät 730427b 17.1.–18.4. / 12 t / 31 €

211 Sali, Pohjolankatu 27

su 16.30–17.15 Tuntiopettaja Anni Kaipia

Terveysliikunta, jossa yhdistyvät koko kehoa vahvistavat ja avaavat rauhalliset liikkeet sekä hengitys.

▶ Sointukylpy

-äänimaljasyvärentoutus

syksy 730428a 20.9.–13.12. / 15 t / 43 €

kevät 730428b 17.1.–18.4. / 16 t / 47 €

Studio mandula, Kipparinkatu 7 C 5

su 19.30–20.30

Sointukylpyohjaaja Jonna Svahn

Syvärentouttava tunti, jossa äänimaljat rauhoittavat hermostoa. **Huom!**

Tarkista kurssin sopivuus itsellesi

Verkkokaupan tarkasta kuvauksesta.

▶ KESÄKURSSIT 26.4.–6.6.2027

MAANANTAI

▶ Kesäkurssi: MYOVER40® Kehonhuolto-ohjelma A

kevät 730455b 26.4.–24.5. / 8 t / 38 €

ma 13.15–14.30

▶ Kesäkurssi: MYOVER40® Kehonhuolto-ohjelma B

kevät 730456b 26.4.–24.5. / 8 t / 38 €

ma 16.15–17.30

211 Sali, Pohjolankatu 27

MYOVER40®- ohjaaja Sinikka Miettinen

Terapeuttinen monivaiheinen harjoittelumuoto, joka on kehitetty ennaltaehkäisemään kiputiloja sekä hoitamaan niitä. Teemme harjoitteita seisten, konntausasennossa sekä lattiatasolla.

▶ Kesäkurssi: Astangajooga, SuperSportti

kevät 730160b 26.4.–31.5. / 12 t / 54 €

Sali, Lehtitalo, Lauritsalantie 1

ma 17.15–18.45

Astangajoogaohjaaja Kirsi Haimi

Ohjattu, tehokas ja fyysisesti haastava mutta hauska, perinteinen astanga-harjoitus.

▶ Kesäkurssi: Yin-jooga A

kevät 730158b 26.4.–24.5. / 7 t / 30 €

211 Sali, Pohjolankatu 27

ma 17.45–18.45

Yin-joogaopettaja Sinikka Miettinen

Rauhallisesti etenevä harjoitus, jonka avulla rentoutamme kehoa ja rauhoitamme mieltä.

▶ Kesäkurssi: Neurojumppa

kevät 730281b 26.4.–31.5. / 6 t / 27 €

211 Sali, Pohjolankatu 27

ma 10.15–11.00

Tuntiopettaja Tatiana Kravets

Käytämme neurotieteen keinoja vaikuttaa silmiin, tasapainoon ja asentotuntoaistiin ja yhdistämme niitä liikkeen biomekaniikkaan. Sopii hyvin niin senioreille kuin nuoremmillekin.

▶ Kesäkurssi: Pilates A

kevät 730282b 26.4.–31.5. / 6 t / 27 €

211 Sali, Pohjolankatu 27

ma 11.10–11.55

Tuntiopettaja Tatiana Kravets

Kehoa vahvistava pilates kehittää koordinaatiota ja kehonhallintaa.

▶ Uusi! Kesäkurssi: Zumba + Lift™

kevät 730298b 26.4.–24.5. / 5 t / 23 €

211 Sali, Pohjolankatu 27

ma 15.15–16.00, Liikunnan

vastuuopettaja Sinikka Miettinen

Tanssin ja tehokkaan lihaskuntotreenin yhdistelmä. Taso: keskiraskas/raskas.

▶ Kesäkurssi: Zumba Gold®, alkeet

kevät 730358b 26.4.–24.5. / 5 t / 23 €

211 Sali, Pohjolankatu 27

ma 12.15–13.00

ZIN Zumba® -ohjaaja Sinikka Miettinen

Alkeet-tunnilla käymme läpi perusasekkeet ja otamme askelkuviot haltuun.

TIISTAI

▶ Kesäkurssi: Yin-jooga & äänimaljarentoutus

kevät 730159b 27.4.–25.5. / 8 t / 38 €

211 Sali, Pohjolankatu 27

ti 11.45–13.00

Yin-joogaopettaja Sinikka Miettinen

Rauhoitamme kehoa ja mieltä.

Rentoutuksessa ohjaaja soittaa äänimaljoja ryhmän edessä.

▶ Kesäkurssi: EKKOn treenit

kevät 730283b 27.4.–25.5. / 7 t / 30 €

211 Sali, Pohjolankatu 27

ti 10.30–11.30, Liikunnan vastuuopettaja Sinikka Miettinen

Lihaskuntojumppa. Taso: keskiraskas/raskas.

▶ Kesäkurssi: Selkäjumppa

kevät 730284b 27.4.–25.5. / 5 t / 23 €

211 Sali, Pohjolankatu 27

ti 14.30–15.15

FysioFit-ohjaaja, kh Mervi Suninen

Monipuolista itsehoitoa hartia- ja selkävaivojen ehkäisemiseksi ja hyvän olon lisäämiseksi. Taso: kevyt, osin haastava.

▶ **Kesäkurssi: PilatesHealth**
kevät 730285b 27.4.–25.5. / 7 t / 30 €
211 Sali, Pohjolankatu 27
ti 15.30–16.30, PilatesHealth-ohjaaja,
kh Mervi Suninen

Tehdään rauhallisia liikkeitä pystyasennossa ja lattiatasossa. Manuaalinen ohjaus. Taso: perus- ja keskitaso.

▶ **Kesäkurssi:**
Lavis-lavatanssijumppa® A
kevät 730360b 27.4.–1.6. / 6 t / 27 €
211 Sali, Pohjolankatu 27
ti 13.30–14.15, Lavis® -ohjaaja Elena Styf

Hauska, helppo ja hikinen liikuntamuoto, joka perustuu lavatanssiaskeleiden ja jumpan välimuotoon.

▶ **Kesäkurssi: Zumba®**
kevät 730361b 27.4.–1.6. / 8 t / 36 €
211 Sali, Pohjolankatu 27
ti 16.45–17.45
ZIN Zumba® -ohjaaja Tanja Kravets

Tehokas, hauska ja vauhdikas latinalaisrytmeihin pohjautuva tanssifitness-tunti.

▶ **Kesäkurssi: Fuusion ja itämaisen vatsatanssin kesäteknikat**

kevät 730362b 27.4.–1.6. / 8 t / 36 €
211 Sali, Pohjolankatu 27
ti 18.00–19.00
Tuntiopettaja Elina Ylä-Outinen

Harjoitellaan sekä fuusiovatsatanssiin että itämaiseen tanssiin sopivia pehmeitä ja iskeviä tanssitekniikoita ja näihin yhdistettävä askelsarjoja.

KESKIVIikko

▶ **Kesäkurssi: Äijäjooga A**
kevät 730163b 28.4.–2.6. / 12 t / 54 €
Sali, Lehtitalo, Lauritsalantie 1
ke 11.00–12.30
Jooganopettaja SJL® Samuli Nikkanen

Kokonaisvaltaista hyvinvointia. Sopii kaikenikäisille ja -kokoisille miehille sekä myös aloittavalle joogille.

▶ **Kesäkurssi: Yin-jooga B**
kevät 730164b 28.4.–26.5. / 7 t / 30 €
211 Sali, Pohjolankatu 27
ke 13.15–14.15
Yin-joogaopettaja Sinikka Miettinen
Ks. sisältö kuten kurssissa 730158b.

▶ **Kesäkurssi: MYOVER40® Kehonhuolto-ohjelma C**
kevät 730457b 28.4.–26.5. / 8 t / 38 €
ke 15.15–16.30

▶ **Kesäkurssi: MYOVER40® Kehonhuolto-ohjelma D**
kevät 730458b 28.4.–26.5. / 8 t / 38 €
ke 16.45–18.00

211 Sali, Pohjolankatu 27
MYOVER40® - ohjaaja Sinikka Miettinen
Ks. sisältö kuten kurssissa 730455b.

▶ **Kesäkurssi:**
Astangajooga, mysore
kevät 730165b 28.4.–2.6. / 12 t / 54 €
Sali, Lehtitalo, Lauritsalantie 1
ke 16.30–18.00
Astangajoogaohjaaja Kirsi Haimi

Perinteen mukainen itsenäisesti oman hengityksen tahtiin tehtävä mysore -harjoitus. Aiemmin harrastaneille.

▶ **Kesäkurssi: Astangajooga, alkeet/alkeisjatko**
kevät 730166b 28.4.–2.6. / 10 t / 45 €
Sali, Lehtitalo, Lauritsalantie 1
ke 18.05–19.20
Astangajoogaohjaaja Kirsi Haimi

Ohjattu astangatunti. Uusille tulokkaille ja aiemmin harrastaneille.

▶ **Kesäkurssi:**
Zumba® Gold, jatko
kevät 730363b 28.4.–26.5. / 5 t / 23 €
211 Sali, Pohjolankatu 27
ke 12.15–13.00
ZIN Zumba® -ohjaaja Sinikka Miettinen

Aktiivisille ikäihmisille, aloitteleville zumbaajille tai rauhallisempaa tahtia toivoville suunnattu tanssitunti.

▶ **Kesäkurssi:**
Lavis-lavatanssijumppa® B
kevät 730364b 28.4.–2.6. / 6 t / 27 €
211 Sali, Pohjolankatu 27
ke 18.15–19.00, Lavis® -ohjaaja Elena Styf
Ks. sisältö kuten kurssissa 730360b.

TORSTAI

▶ **Uusi! Kesäkurssi: Kehonhuolto, hengitys & äänimaljarentoutus**
kevät 730459b 29.4.–27.5. / 7 t / 30 €
211 Sali, Pohjolankatu 27
to 11.45–13.00, Liikunnan vastuopettaja Sinikka Miettinen
Avaamme kehon kireyksiä, teemme hengitysharjoituksia. Rentoutuksessa ohjaaja soittaa äänimaljoja ryhmän edessä.

▶ **Kesäkurssi: Yin-jooga C**
kevät 730167b 29.4.–3.6. / 7 t / 30 €
Sali, Lehtitalo, Lauritsalantie 1
to 17.00–18.00
Yin-jooga opettaja Anni Kaipia
Ks. sisältö kuten kurssissa 730158b.

▶ **Kesäkurssi: Kuntopiiri**
kevät 730286b 29.4.–3.6. / 7 t / 30 €
211 Sali, Pohjolankatu 27
to 18.15–19.15
Tuntiopettaja Tatiana Kravets
Kiertoarjoitteluun perustuva voimaharjoitus.

▶ **Kesäkurssi:**
Kehonpainoharjoittelu
kevät 730289b 29.4.–3.6. / 5 t / 23 €
211 Sali, Pohjolankatu 27
to 13.30–14.15
Tuntiopettaja Tatiana Kravets
Monipuolista ja haastavaa harjoittelua omalla kehonpainolla.

▶ **Kesäkurssi: Pilates B**
kevät 730290b 29.4.–3.6. / 7 t / 30 €
211 Sali, Pohjolankatu 27
to 14.30–15.30
Tuntiopettaja Tatiana Kravets
Kehoa vahvistava pilates kehittää koordinaatiota ja kehonhallintaa.

▶ **Kesäkurssi:**
EKKOn tanssit senioreille
kevät 730368b 29.4.–27.5. / 4 t / 18 €
211 Sali, Pohjolankatu 27
to 10.45–11.30, Liikunnan vastuopettaja Sinikka Miettinen
Matalan kynnyksen tanssillinen tunti. Halutessasi voit käyttää tuolia apuna.

▶ **Kesäkurssi:**
Confidance kids & teens
kevät 730369b 29.4.–3.6. / 7 t / 30 €
211 Sali, Pohjolankatu 27
to 15.45–16.45
Tuntiopettaja Chantelle Blue Anttonen
Dance styles such as hip-hop, k-pop, reggae, new jazz, etc. Fyysinen vaativuus: keskiraskas. Opetuskieli englanti/suomi.

▶ **Kesäkurssi:**
Bailatino®, alkeet
kevät 730370b 29.4.–3.6. / 7 t / 30 €
211 Sali, Pohjolankatu 27
to 17.00–18.00
Diplomitanssinopettaja Mikko Vikman
Tanssillinen liikuntamuoto, jossa yhdistyvät latinalaistanssit (mm. salsa, samba, cha-cha) ja iloinen kuntoilu.

PERJANTAI

▶ Kesäkurssi: Äijäjooga B

kevät 730168b 7.5.–4.6. / 10 t / 45 €

Sali, Lehtitalo, Lauritsalantie 1
pe 16.30–18.00
Jooganopettaja SJL® Samuli Nikkanen
Ks. sisältö kuten kurssissa 730163b.

▶ Kesäkurssi: Body

kevät 730293b 7.5.–4.6. / 5 t / 23 €

211 Sali, Pohjolankatu 27
pe 12.30–13.15, Fysioterapeutti (AMK),
Personal Trainer Kiti Manninen

Monipuolinen koko kehon lihaskun-
totunti.

▶ Kesäkurssi: FasciaMethod®

kevät 730460b 7.5.–4.6. / 7 t / 30 €

211 Sali, Pohjolankatu 27
pe 13.30–14.30, Fysioterapeutti (AMK),
personal Trainer Kiti Manninen

Faskialinjoja eli lihastoimintaketjuja
mukailevaa dynaamista harjoittelua.

▶ Kesäkurssi: K-pop dance

kevät 730371b 30.4.–4.6. / 10 t / 45 €

211 Sali, Pohjolankatu 27
pe 16.00–17.15
Tuntiohjaaja Chantelle Blue Anttonen

Keeping up with K-pop dance. Fyysi-
nen vaatavuus: keskiraskas. Opetuskieli
englanti/suomi.

▶ Kesäkurssi:

Party time on Friday nights

kevät 730372b 30.4.–4.6. / 12 t / 54 €

211 Sali, Pohjolankatu 27
pe 17.20–18.50
Tuntiohjaaja Chantelle Blue Anttonen

Party invitation to you all who enjoy
dancing, clean music and chill vibes.
Participants take turns to put on songs
and play. Opetuskieli: englanti/suomi.

LAUANTAI

▶ Uusi! Kesäkurssi:

Luontoretriitti

kevät 730462b 8.5. / 8 t / 40 €

Jängyn Erämiesten maja, Nyrhiläntie 57
la 10.00–16.00

Tanssiopettaja Paulina Kuokkanen

Päivä sisältää maadoittumista, somaati-
sta liikettä, ohjattua luontokävelyä,
yin-joogasta tuttuja rentouttavia
asanoita sekä kirjoittamista.

▶ Uusi! Kesäkurssi:

Nykytanssi ja lattiatekniikka lapset (7–9 -vuotiaat)

kevät 730383b 8.5.–5.6. / 7 t / 30 €

211 Sali, Pohjolankatu 27
la 14.00–15.00
Tanssiopettaja Anniina Tammi

Harjoitellaan nykytanssiin ja siihen
kuuluvaan lattiatekniikkaan pohjautu-
via liikkeitä.

▶ Uusi! Kesäkurssi:

Nykytanssi ja lattiatekniikka

kevät 730384b 8.5.–5.6. / 8 t / 38 €

211 Sali, Pohjolankatu 27
la 15.15–16.30
Tanssiopettaja Anniina Tammi

Ks. sisältö kuten kurssissa 730383b.

SUNNUNTAI

▶ Kesäkurssi:

Mindfulness-sunnuntai

kevät 730461b 9.5. / 5 t / 21 €

Sali, Lehtitalo, Lauritsalantie 1
su 12.00–15.30, Mindfulness-ohjaaja
CFM® marjo Niiranen

Soveltuu mindfulnessista kiinnostu-
neille, vasta-alkajille ja jo harjoitteisiin
perehtyneille.

▶ Kesäkurssi:

Yin & Yang -jooga

kevät 730153b 2.–23.5. / 5 t / 24 €

Sali, Lehtitalo, Lauritsalantie 1
su 18.15–19.15
Joogaopettaja Marjo Niiranen

Tunnilla yhdistyvät fyysinen yang sekä
passiivinen yin. Lopuksi rentoutuminen.

▶ Kesäkurssi: Lasten jooga

kevät 730170b 2.–23.5. / 4 t / 18 €

Sali, Lehtitalo, Lauritsalantie 1
su 16.00–16.45
Joogaopettaja Marjo Niiranen

Joogaan tutustumista leikillisyyden
kautta.

▶ Kesäkurssi: Lempeä jooga

kevät 730171b 2.–23.5. / 5 t / 24 €

Sali, Lehtitalo, Lauritsalantie 1
su 17.00–18.00
Joogaopettaja Marjo Niiranen

Yksinkertaiset ja mukavat jooga har-
joitteet. Tunti päättyy rentoutumiseen.

▶ Kesäkurssi:

K-pop dance, uusinta

kevät 730385b 2.5.–6.6. / 10 t / 45 €

211 Sali, Pohjolankatu 27
su 13.15–14.30
Tuntiohjaaja Chantelle Blue Anttonen

Keeping up with K-pop dance. Fyysi-
nen vaatavuus: keskiraskas. Opetuskieli
englanti/suomi.

▶ Kesäkurssi:

Non-stop party just dance

kevät 730386b 2.5.–6.6. / 12 t / 54 €

211 Sali, Pohjolankatu 27
su 14.45–16.15
Tuntiohjaaja Chantelle Blue Anttonen

Party invitation to you all who enjoy
non-stop dancing as a workout routi-
ne. Fyysinen vaatavuus: keskiraskas tai
raskas. Opetuskieli englanti/suomi.

▶ Uusi! Kesäkurssi:

Liike, lepo ja luovuus

kevät 730387b 2.5.–6.6. / 12 t / 54 €

211 Sali, Pohjolankatu 27
su 16.30–18.00
Tanssiopettaja Anniina Tammi

Luovan tanssin ja liikeilmaisun ryhmä
aikuisille.



► ERITYISRYHMÄT

Voit ilmoittautua kursseille kolmella eri tavalla:

- Verkkosivuilla opistopalvelut.fi/ekko
- EKKOn toimistossa, osoitteessa Pohjolankatu 27.
- Puhelimitse toimistoon, p. 044 566 4553.

Ilmoittautumisen yhteydessä tulee ilmoittaa yhteyshenkilö (myös puhelinnumero ja sähköpostiosoite), johon opisto voi ottaa tarvittaessa yhteyttä kurssin käytännön asioista tai kiireellisissä tilanteissa.

Kurssien hinnoista on vähennetty opintotestielivastus.

Lisää tietoa kursseista antaa

Kaisa Leinonen, kaisa.leinonen@ekko.fi, 050 555 1676

► KUVATAIDE

► Kehitysvammaisten taidepaja

syksy ja kevät 210108

14.9.–30.11. ja 11.1.–12.4. / 46 t / 69 €

104 Taideluokka, Pohjolankatu 27

Ma 9.00–10.30

Kuvataiteen maisteri Essi Pitkänen

Oletko luova tyyppi?

Tervetuloa taidepajaan!

Kokeilemme erilaisia taidetekniikoita.

Toteutamme opettajan antamia aiheita ja omia ideoita.

Kurssi sopii itsenäiseen toimintaan kykeneville tai

henkilökohtaisen avustajan kanssa osallistuville.

Syksyn ja kevään ensimmäisillä kurssikerroilla

kerätään tarvikemaksu 15–30 € / oppilas.

Maksu maksetaan opettajalle.



► KÄDENTAILOT JA MUOTOILU

► Joutsenon Suvannon taidetyöskentely

syksy ja kevät 210107

16.9.–25.11. ja 13.1.–31.3. / 26 t / 39 €

Joutsenon Suvanto, Pytinkitie 59

Ke 9.30–11.00

Kuvataiteen maisteri Essi Pitkänen

Taidetyöskentely- ja kädentaitoryhmä

Joutsenon Suvannon asukkailla.

Työskentely ei vaadi ennako-osaamista.

Tarvikemaksut 10 €/opiskelija kerätään

ensimmäisillä kerroilla syksyllä ja keväällä.

Kurssi kokoontuu syksyllä

16.9., 30.9., 14.10., 28.10., 11.11. ja 25.11.

Kurssi kokoontuu keväällä

13.1., 27.1., 10.2., 24.2., 10.3., 17.3. ja 31.3.



► Kädentaidot toimintarajoitteisille, Satakieli

syksy ja kevät 210100

16.9.–25.11. ja 13.1.–24.3. / 36 t / 54 €

Palvelukoti Satakieli, Korpimetsänkatu 3

Ke 16.00–18.15

Tekstiiliartesaani Sirpa Hackselius



Askartelemme yhdessä erilaisilla tekniikoilla.

Kurssi on tarkoitettu aikuisille, joilla on sairaus tai muu toimintarajoite.

Kurssilla edetään hitaasti.

Tarvikemaksut 10 €/opiskelija kerätään ensimmäisillä kerroilla syksyllä ja keväällä.

Kurssi kokoontuu syksyllä

16.9., 30.9., 14.10., 28.10., 11.11. ja 25.11.

Kurssi kokoontuu keväällä

13.1., 27.1., 10.2., 24.2., 10.3. ja 24.3.

► Mielensterveyskuntoutujien kädentaitokurssi

syksy 210105a 16.9.–2.12. / 33 t / 59 €

kevät 210105b 13.1.–31.3. / 33 t / 59 €

Toiminnallinen kuntoutus Valve,

Väinö Valveen katu 4

Ke 12.00–14.15

Tekstiiliartesaani Sirpa Hackselius

Tutustumme erilaisiin käsityötekniikoihin.

Mahdollisia tekniikoita ovat esim. slow stitching, kehys-

kudonta, aurinkovärjäys, käsintehty paperi, huovutus ja

erilaiset kausiaskartelut.



► YHTEISKUNTA JA ESITTÄVÄ TAIDE

► Kehitysvammaisten opintopiiri

syksy ja kevät 360101

15.9.–1.12. ja 12.1.–6.4. / 38 t / 61 €

Harjaantumisopetus, Lönnrotinkatu 7

Ti 16.30–17.45, TeM Maria Fomin

Opimme arkielämän tietoja ja taitoja.

Virkistymme yhdessä toisten kanssa.

Askartelemme ja pelaamme.

Harjoittelemme keskustelemaan ryhmälle

tärkeistä asioista ja kuuntelemme toisia.

Suunnittelemme yhdessä, mitä teemme opintopiirissä.

Avustaja on tervetullut kursseille mukaan.



► EKKOn teatteri

syksy ja kevät 240105

16.9.–2.12. ja 13.1.–7.4. / 46 t / 73 €

Monitoimitalo, monitoimisali II, Anni Swanin katu 7

Ke 10.00–11.30

Ohjaaja, teatteripedagogi TeM Maria Fomin

Teatteriryhmä kehitysvammaisille.

Haluatko päästä esiintymään, keksiä tarinoita ja tutustua hyvin tyyppeihin? Tule kokeilemaan näyttelemistä.

Harjoittelemme käyttämään kehoa ja ääntä

sekä tunnistamaan tunteita.

Harjoittelemme teatteri-ilmaisua ja ryhmässä toimimista.

Et tarvitse aikaisempaa kokemusta teatterista.

Riittää, että olet itse kiinnostunut.

Ryhmä suunnittelee ja tekee oman esityksen.



▶ JOUTSENON ALUE

Huom! Joutsenon koulu, Vitjamäentie 3, on kengätön koulu, eli sisätiloissa ei saa käyttää ulkokenkiä.

▶ KIELET

▶ Refresh your English!, Joutseno /A2-B1

syksy 120430a 15.9.–1.12. / 22 t / 46 €
kevät 120430b 12.1.–6.4. / 24 t / 50 €
Joutsenon koulu, taidepaja 2060,
Vitjamäentie 3
ti 17.00–18.30, FM Adrien Krommer

Kertauskurssi perusrakenteet ja
-sanaston hallitsemiseksi. Oppikirja:
Destinations 4.

▶ ¡Hablamos español!, Joutseno /A2-B1

syksy 120830a 17.9.–3.12. / 22 t / 50 €
kevät 120830b 14.1.–15.4. / 24 t / 54 €
Joutsenon koulu, tekstiilipaja 2085,
Vitjamäentie 3
to 17.00–18.30
Tuntiopettaja Jacqueline Reynolds

Keskustelukurssi perusteet hallitseville.
Oppimateriaali sisältyy kurssimaksuun.

▶ MUSIIKKI

▶ SOITTO, YKSILÖOPETUS

Ilmoittautumisohjeet syksyn ja
kevään yksilöopetukseen löydät
kurssitiedoista verkkokaupasta.

Yksilöopetuksen hinnat:

Opetusker- ran kesto	Syksy 11 vkoa	Kevät 12 vkoa
15 min	79 €	86 €
30 min	158 €	172 €
45 min	237 €	258 €

Kurssimaksu suoritettava ennen
ensimmäistä opetuskertaa opiston
toimistoon. Oppitunteja ei korvata
opiskelijan poissaolojen takia. Opis-
tosta johtuvista syistä (esim. opettajan
sairastuminen) kurssin yksi opetus-
kerta voidaan perua korvaamatta sitä
opiskelijalle.

▶ Harmonikansoitto, Joutseno

syksy 250411a 16.9.–2.12.
kevät 250411b 13.1.–7.4.

Lappeenrannan musiikkiopisto,
Joutsenon toimipiste, Keskuskatu 6
ke 11.00–18.30, Harmonikansoiton
opettaja Virve Jääskeläinen

▶ Pianonsoitto, Joutseno

syksy 250410a 14.9.–30.11.
kevät 250410b 11.1.–12.4.

Joutsenon koulu, Vitjamäentie 3
ma 15.00–18.30, Pianonsoiton
opettaja Erna Loréché-Reponen

▶ MUUT MUSIIKKIKURSSIT

▶ Joutsenon naislaulajat

syksy 250110a 14.9.–30.11. / 33 t / 69 €
kevät 250110b 11.1.–12.4. / 36 t / 75 €
Joutsenon seurakuntakeskus,
Penttiläntie 5
ma 18.00–20.15
Musiiinopettaja Maria Kuusiniemi

Harjoittelemme ja esitämme moni-
puolista kuoromusiikkia. Kuoroon
pääsy edellyttää hyväksyttyä laulu-
näytettä, mutta nuotinlukutaito ei ole
välttämätön.

▶ Lauletaan yhdessä

syksy 250235a 18.9.–27.11. / 6 t / 19 €
kevät 250235b 15.1.–2.4. / 6 t / 19 €
Palvelutalo Kangasvuokko, Välskärantie 4
pe 10.30–11.15, Harmonikansoiton
opettaja Virve Jääskeläinen

Lauletaan tuttuja lauluja harmoni-
kan säestyksellä yhdessä Palvelutalo
Kangasvuokon väen kanssa aikataulun
mukaisesti. Ota mukaan oma
Kultainen laulukirja.

▶ KÄDENTÄIDOT

▶ Joutsenon Suvannon taidetyöskentely

Katso sivu 38.

▶ Entisöinti/verhoilu, pienpuutyöt, Pulp

syksy 210810a 15.9.–1.12. / 59 t / 107 €
kevät 210810b 12.1.–6.4. / 63 t / 114 €
Pulpin koulu, teknisen työn luokka,
Ahvenlammentie 3
ti 17.30–20.30 ja la ja su 10.–11.10. ja
13.–14.2. 9.00–15.00
Pintakäsittelykäsillä Raija Virvalo

Pienpuutyöt, huonekalujen entisöinti
ja verhoilutekniikat.

▶ Puutyöt ja koristeveisto, Joutseno

syksy 210507a 17.9.–3.12. / 33 t / 59 €
kevät 210507b 14.1.–15.4. / 36 t / 65 €
Joutsenon koulu, teknisen työn
luokka, Vitjamäentie 3
to 16.30–18.45
Koristeveistäjäimestari Tero Hulkkonen

Puutyö- ja koristeveistotekniikat, työ-
kalujen ja -koneiden käytön opettele-
minen.

▶ Käsityöpaja, Joutseno

syksy 210750a 9.10.–27.11. / 30 t / 54 €
kevät 210750b 15.1.–16.4. / 40 t / 72 €
Joutsenon työväentalo, Huvitie 7
pe 10.00–14.00
Artesaani Hanna Vierikko

Tiikkutöitä, nypläystä, makramea ym.
käsityötekniikoita.

▶ KUVATAIDE

▶ Kuvanveistoa ja piirustusta lapsille, Joutseno

syksy 210358a 16.9.–2.12. / 29 t / 53 €
kevät 210358b 13.1.–7.4. / 32 t / 58 €
Joutsenon koulu, taidepaja 2060,
Vitjamäentie 3
ke 16.15–18.15 KuM Essi Pitkänen

Piirustusta, sarjakuvia ja kuvanveistoa
peruskouluikäisille lapsille.

▶ LIIKUNTA

▶ Kuntoliikunta, Pulp

syksy 730263a 14.9.–30.11. / 11 t / 30 €
kevät 730263b 11.1.–12.4. / 12 t / 33 €
Pulpin koulu, sali, Ahvenlammentie 3
ma 18.00–18.45
Tuntiopettaja Olli Lehtonen

Kiertoharjoittelutyypistä kuntoliikun-
taa oman kehon painolla ja venyttelyä.

▶ Lentopallo, Pulp

syksy 730264a 14.9.–30.11. / 11 t / 30 €
kevät 730264b 11.1.–12.4. / 12 t / 33 €
Pulpin koulu, sali, Ahvenlammentie 3
ma 19.00–19.45
Tuntiopettaja Olli Lehtonen

Pelaamme lentopalloa.

▶ Kuntosali tutuksi, Korvenkylä

syksy 730265a 15.9.–1.12. / 11 t / 30 €
kevät 730265b 12.1.–6.4. / 12 t / 33 €
Korvenkylän Seuratalo, Kurenmäentie 2
ti 18.00–18.45
Tuntiopettaja Olli Lehtonen

Kuntosalilaitteiden käyttö oikein sekä
oikeat painojen nostotekniikat.

▶ Flow & Yin -jooga, Pulp

syksy 730185a 15.9.–1.12. / 18 t / 53 €
kevät 730185b 12.1.–6.4. / 20 t / 58 €
Pulpin koulu, sali, Ahvenlammentie 3
ti 19.00–20.15
Joogaopettaja Adrien Krommer

Lempeän flown sekä yin-joogan
yhdistelmä. Taso: aloittelijat ja aiem-
min joogaa harrastaneet.

► **Uusi! Team säpinä!**
-Liikuntakerho

7–9 -vuotiaille, Joutseno
syksy 730266a 17.9.–3.12. / 15 t / 37 €
kevät 730266b 14.1.–15.4. / 16 t / 40 €
Joutsenon koulu, sali, Vitjamäentie 3
to 17.00–18.00
Tuntiopettaja Anna Neuvonen
Vauhdikas ja iloinen liikuntakerho 7–9
-vuotiaille.

► **Soolo Salsa, Joutseno**
syksy 730373a 16.9.–2.12. / 11 t / 30 €
kevät 730373b 13.1.–7.4. / 12 t / 33 €
Joutsenon koulu, sali, Vitjamäentie 3
ke 17.15–18.00
Diplomitanssinopettaja Mikko Vikman
Tule tutustumaan salsan sykkeeseen!

► **Bailatino®, Joutseno**
syksy 730374a 16.9.–2.12. / 11 t / 30 €
kevät 730374b 13.1.–7.4. / 12 t / 33 €
Joutsenon koulu, sali, Vitjamäentie 3
ke 18.10–18.55
Diplomitanssinopettaja Mikko Vikman
Tanssillinen liikuntamuoto, jossa
yhdistyvä latinalaistanssit (mm. salsa,
samba, cha-cha) ja iloinen kuntoilu.

► **Mikon latinot, Joutseno**
syksy 730375a 17.9.–3.12. / 11 t / 29 €
kevät 730375b 14.1.–15.4. / 12 t / 31 €
Rientola, sali, Kesolantie 9
to 12.00–12.45
Diplomitanssinopettaja Mikko Vikman
Tutustumme mm. salsaan, sambaan,
rumbaan, bachataan, cha-cha-chahan,
jiveen, hitaaseen valssiin ja tangoon.
Sopii myös senioreille!

► **Kehonhuolto, Joutseno**
syksy 730451a 17.9.–3.12. / 11 t / 29 €
kevät 730451b 14.1.–15.4. / 12 t / 31 €
Rientola, sali, kesolantie 9
to 12.50–13.35
Diplomitanssinopettaja Mikko Vikman
Venyttelemme ja teemme kevyitä
lihaskuntoliikkeitä.

► **Jumppaa & kehonhuoltoa,**
Korvenkylä
kevät 730267b 15.1.–16.4. / 16 t / 40 €
Korvenkylän koulu, liikuntasali,
Asematie 20
pe 17.00–18.00
Tuntiopettaja Terhi Niiranen
Kaikille sopiva matalan kynnyksen jumppa.

► **Uusi! Dynaaminen jooga,**
Korvenkylä
kevät 730180b 15.1.–16.4. / 12 t / 35 €
Korvenkylän koulu, liikuntasali,
Asematie 20
pe 18.15–19.00
Tuntiopettaja Terhi Niiranen
Ei vaadi aiempaa kokemusta joogasta.
Osassa asanoista ollaan polvien ja
ranteiden päällä.

► **Uusi! Soundful Yin® Yoga,**
Korvenkylä
kevät 730181b 15.1.–16.4. / 16 t / 46 €
Korvenkylän koulu, liikuntasali,
Asematie 20
pe 19.15–20.15
Tuntiopettaja Terhi Niiranen
Tunnilla yhdistyvät yinjooga, äänimal-
jat sekä lempeä, intuitiivinen kosketus.
Aikaisempaa kokemusta ei tarvita.

► **KESÄKURSSIT**
► **Soolo Salsa, Joutseno**
kevät 730388b 28.4.–2.6. / 6 t / 42 €
Joutsenon työväentalo, Huvitie 7
ke 17.15–18.00
Diplomitanssinopettaja Mikko Vikman
Tule tutustumaan salsan sykkeeseen!

► **Bailatino®, Joutseno**
kevät 730389b 28.4.–2.6. / 6 t / 42 €
Joutsenon työväentalo, Huvitie 7
ke 18.10–18.55
Diplomitanssinopettaja Mikko Vikman
Tanssillinen liikuntamuoto, jossa
yhdistyvä latinalaistanssit (mm. salsa,
samba, cha-cha) ja iloinen kuntoilu.

► **Mikon latinot, Joutseno**
kevät 730390b 29.4.–3.6. / 5 t / 28 €
Rientola, sali, Kesolantie 9
to 12.00–12.45
Diplomitanssinopettaja Mikko Vikman
Tutustumme mm. salsaan, sambaan,
rumbaan, bachataan, cha-cha-chahan,
jiveen, hitaaseen valssiin ja tangoon.
Sopii myös senioreille!

► **Kehonhuolto, Joutseno**
kevät 730480b 29.4.–3.6. / 5 t / 28 €
Rientola, sali, kesolantie 9
to 12.50–13.35
Diplomitanssinopettaja Mikko Vikman
Venyttelemme ja teemme kevyitä
lihaskuntoliikkeitä.

► **YLÄMAA**

► **YHTEISKUNTA**

► **Uusi! Wanhat kartat, Ylämaa**
kevät 360109b 14.–21.3. / 4 t / 14 €
Ylämaan kirjasto, Aapistie 1
su 12.00–13.30
Sukututkimusneuvoja Hely Törmälä
Tutustumme verkosta löytyviin kart-
toihin nykypäivästä 1600-luvulle asti.

► **KÄDENTÄIDOT**

► **Puutyöt, Ylämaa**
syksy 210541a 16.9.–2.12. / 33 t / 59 €
kevät 210541b 13.1.–7.4. / 36 t / 65 €
Ylämaan koulu, teknisen työn luokka,
Aapistie 1
ke 18.00–20.15
Tuntiopettaja Kimmo Semeri
Puutöitä ja entisöintiä kaikenlaisille
nikkarojille.

► **Kaikkee kivaa, Ylämaa**
syksy 211010a 1.10.–26.11. / 32 t / 63 €
kevät 211010b 28.1.–18.3. / 28 t / 55 €
Ylämaan Marttala, Ylämaantie 3003
to 18.00–21.00, Sertifioitu
hopeasaviopettaja Minna Melkko
Erilaisia käsityö- ja askartelu-
tekniikoita.

► **LIIKUNTA**

► **Kuntoliikunta, Ylämaa**
syksy 730269a 16.9.–2.12. / 11 t / 30 €
kevät 730269b 13.1.–7.4. / 12 t / 33 €
Ylämaan koulu, liikuntasali, Aapistie 1
ke 19.00–19.45, Liikunnanohjaaja,
valmentaja Jarmo Piispanen
Jokamiehen ja -naisen perusjumppa.

► LUUMÄKI

► TAITEEN PERUSOPETUS

Taiteen perusopetus on ensisijaisesti luumäkeläisille lapsille ja nuorille tarkoitettua taidekasvatusta, jota EKKO tarjoaa peruskoulun taiteiden opetuksen ulkopuolella ja lisäksi. Opisto järjestää Luumäellä taiteen perusopetuksen yleisen oppimäärän mukaisia opintoja kuvataiteessa ja käsityössä. Taiteen perusopetukseen ja opetussuunnitelmiin voi tutustua osoitteessa: peda.net/ekko/taiteen-perusopetus

Lisätietoja taiteen perusopetuksesta antaa taideaineiden vastuopettaja **Noomi Levo**

noomi.levo@ekko.fi, 050 555 5856.

► Kuvataide 1, Kangasvarren koulu syksy ja kevät 211102

24.8.–7.12. ja 11.1.–3.5. / 60 t / 81 €
Kangasvarren koulu, käsityöluokka,
Suoanttilantie 166
ma 15.00–16.30 KuM Essi Pitkänen

Kuvataiteen eri tekniikoiden harjoittelua luumäkeläisille 1.–6. -luokkalaisille.

► Kuvataide/Käsityö 1A, Taavetti

syksy ja kevät 211104
25.8.–8.12. ja 12.1.–27.4. / 60 t / 81 €
Taavetin koulukeskus, kuvataide-
luokka, B-talo alakerta, Koulutie 4
ti 17.15–18.45 KuM Essi Pitkänen

Kuvataiteen ja käsityön eri tekniikoiden harjoittelua luumäkeläisille 1.–6. -luokkalaisille.

► Kuvataide/Käsityö 1B, Taavetti

syksy ja kevät 211103
25.8.–8.12. ja 12.1.–27.4. / 60 t / 81 €
Taavetin koulukeskus, kuvataide-
luokka, B-talo alakerta, Koulutie 4
ti 15.30–17.00 KuM Essi Pitkänen

Kuvataiteen ja käsityön eri tekniikoiden harjoittelua luumäkeläisille 1.–6. -luokkalaisille.

Taiteen perusopetuksen näyttely
Taavetin kirjasto, huhtikuu 2027,
tarkempi aika ilmoitetaan syksyllä.



► KIELET

► Uusi! Suomea työelämään, Taavetti (A1.3-B1) (1,5 op)

syksy 120295a 22.9.–1.12. / 30 t / 67 €
Opiskelemme työelämän perus-
nastoa, opimme kertomaan omasta
taustasta ja harjoitellamme erilaisia
työelämän puhumistilanteita.
Opettajan materiaali.

kevät 120296b 19.1.–30.3. / 30 t / 67 €
Tarkka sisältö ilmoitetaan
myöhemmin.

Hyviksen kulma, Virastotie 6, Taavetti
ti 16.30–19.00
FM Sirpa Tereska

Suomea työelämään on TSEK-kurssi!
Ks. lisää s. / See more on page 13.

Kurssit ovat **ilmaisia** naisille, joilla ei ole voimassa olevaa kotoutumissuunnitelmaa.

The courses are **free** for women, who do not have a valid integration plan.

► Puhu ja keskustele venäjäksi, Taavetti /B2

syksy 120740a 15.9.–1.12. / 22 t / 50 €
kevät 120740b 12.1.–6.4. / 24 t / 54 €
Taavettihalli, kabinetti 108, Urheilukuja 1
ti 17.00–18.30, FL Galina Punkkinen

Keskittason keskustelukurssi. Oppi-
materiaali sisältyy kurssimaksuun.

► KÄDENTAITOT

► Huonekalujen entisöinti ja verhoilu, Taavetti

syksy 210808a 16.9.–2.12. / 55 t / 99 €
kevät 210808b 13.1.–31.3. / 55 t / 99 €
Jääkärintie 9 (ent. Vallikoulu)
ke 17.00–21.00

Pintakäsittelykäsillä Raija Virvalo

Huonekalujen entisöintiä ja verhoilua
perinteisin menetelmin.

► Ompeluilta, Taavetti

syksy 210731a 16.9.–2.12. / 33 t / 59 €
kevät 210731b 13.1.–7.4. / 36 t / 65 €
Taavetin koulukeskus, tekstiilityön
luokka, B-talo, Koulutie 4
ke 18.00–20.15

KTeo, muotoilija (AMK) Merja Pylväläinen

Ompelua, neulontaa, kirjontaa,
virkkausta.

► Puutyöt, Taavetti

syksy 210610a 17.9.–3.12. / 33 t / 59 €
kevät 210610b 14.1.–15.4. / 36 t / 65 €
Taavetin koulukeskus, teknisen työn
luokka, Koulutie 4

to 18.00–20.15, Tuntiopettaja Timo Roni
Puutyötekniikat ja puulaadut. Työkalu-
jen ja -koneiden käyttö.

▶ TEATTERI

▶ Uusi! Nuorten

teatteriryhmä, Taavetti

syksy ja kevät 240108

14.9.–30.11., 11.1.–12.4. / 46 t / 98 €

Joukola, Torikatu 1

ma 15.30–17.00 Teatteri-ilmaisun

ohjaaja Sami Sivonen

Harjoitellaan läsnäoloa, vuorovaikutusta ja tunnelmaisua näyttämöllä.

▶ LIIKUNTA

▶ Flow-jooga, Toukola

syksy 730175a 16.9.–2.12. / 15 t / 42 €

kevät 730175b 13.1.–7.4. / 16 t / 46 €

Jurvalan Toukola, Suoanttilantie 2

ke 17.00–18.00

Joogaopettaja Niina Ahonen

Lempeän dynaamista virtavaa joogaa. Sopii kaikille.

▶ Yin-jooga, Toukola

syksy 730176a 16.9.–2.12. / 15 t / 42 €

kevät 730176b 13.1.–7.4. / 16 t / 46 €

Jurvalan Toukola, Suoanttilantie 2

ke 18.10–19.10

Joogaopettaja Niina Ahonen

Rauhallinen harjoitus, joka koostuu pääasiassa lattialla tehtävistä asanoista. Sopii kaikille.

▶ Kuntoliikunta, Taavetti

syksy 730277a 17.9.–3.12. / 15 t / 37 €

kevät 730277b 14.1.–15.4. / 16 t / 40 €

Taavetin koulukeskus sali, Koulutie 4

to 17.30–18.30

Tuntiopettaja Henna Taskinen

Monipuolista kuntoliikuntaa musiikin tahtiin, sopii myös ensikertalaisille.

▶ Itämainen tanssi, Taavettihalli

syksy 730379a 15.9.–1.12. / 15 t / 37 €

kevät 730379b 12.1.–6.4. / 16 t / 40 €

Taavettihalli, sali, Urheilukuja 1

ti 18.40–19.40

Tuntiopettaja Christiina Kivinen

Harjoitteleme tekniikkaa, tunnelmaisua ja teemme koreografian. Taso: avoin.

▶ Uusi! Aikuisten tanssillinen voimistelu, Taavetti

syksy 730380a 14.9.–30.11. / 15 t / 37 €

kevät 730380b 11.1.–12.4. / 16 t / 40 €

Taavetin koulukeskus sali, Koulutie 4

ma 17.15–18.15

Tuntiopettaja Henna Taskinen

Tuntitanseja/lyhyitä koreografioita sekä tanssin tekniikan harjoittelua musiikin tahtiin. Sopii myös aloittelijalle.

▶ VIESTINTÄ JA TIEDOTUS

Pidähän yhteystietosi ajan tasalla! Näin varmistamme tiedonkulun mahdollisten kurssimuutosten tai tuntien peruuntumisten yhteydessä.

Kurssimuutoksista tai lisäyksistä, lyhytkursseista ja yleisöluennoista tiedotetaan pääasiallisesti opiston verkkosivuilla ekko.fi, opiston ilmoitustauluilla ja aluelehdissä sekä opiston sosiaalisen median kanavissa.

Ajantasaisimman tiedon kurssitarjonnasta löydät verkkokaupastamme opistopalvelut.fi/ekko.

MARKKINOINTI- JA TIEDOTELUPA

Ilmoittautumisen yhteydessä kysytään markkinointi- ja tiedotelupaa, joka koskee vain EKKOn toimintaa.

Antamalla markkinointiluvan sallit opiston lähettää tietoa tulevista kursseistaan sähköpostilla tai tekstiviestillä. Antamalla tiedoteluvan sallit opiston lähettää EKKOn uutiskirjeen sähköpostiisi. Voit poistaa antamasi tiedote- ja markkinointiluvat milloin tahansa.

Tilaa EKKOn Uutiskirje!

Saat opetuskauden aikana noin kerran kuussa ajankohtaista tietoa EKKOn kursseista ja tapahtumista. ekko.fi > Tilaa uutiskirje

TIETOSUOJA

Opisto ei luovuta opiskelijoiden tietoja ulkopuolisille tahoille. EKKOn opiskelijarekisterin tietosuojaseloste on luettavissa opiston kotisivuilla. Tietosuojaselosteessa on tarkennettu asiakasrekisterin henkilötietojen käsittelyperusteita ja -käytänteitä.

PALAUTE

Anna palautetta ja tee kurssiehdotuksia opiston kotisivuilla (Lähetä palaute/viesti), suoraan opettajalle tai toimistoon. Kaikki palaute on meille tärkeää.

PEDA.NET

Joillakin kursseilla on käytössä kurssisivut opiston Peda.netissä osoitteessa peda.net/ekko. Siellä jaetaan esimerkiksi opiskelumateriaalia ja lisätietoa kursien sisällöistä. Kurssien opettajat kertovat mahdollisesta Peda.netin käytöstä opiskelijoilleen.

TERVETULOA NUIJAMIEHEEN!

Lappeenrannan keskustassa sijaitsevassa tapahtumavenuessa keikkoja, elokuvia, klubi-iltoja ja stand upia. Aulabaari Lounge avataan yleisölle noin tunti ennen tapahtumaa. Vuokraamme tiloja juhliin ja tapahtumiin; tarjolla on kaikki tarvittava tekniikasta henkilöstöön sekä näkyvät mainospaikat valkokankaalla ja diginäyttöillä. Tutustu ohjelmistoon ja tiloihin nuijamiesvenue.fi



Valtakatu 39
53100 Lappeenranta
www.nuijamiesvenue.fi

KURSSIEN MAKSU- JA PERUMISEHDOT / EKKO

1. KURSSIN MAKSAMINEN

- Maksut ovat kurssikohtaisia ja ne maksetaan heti ilmoittautumisen yhteydessä tai viimeistään seitsemän (7) päivää ennen kurssin alkua. Emme lähetä laskuja.
- Verkkokauppa-ilmoittautumisen yhteydessä voit maksaa kurssimaksun heti. Kurssin maksaminen myöhemmin onnistuu ilmoittautumisen vahvistusviestissä olevan linkin kautta, tai verkkokaupassa kohdassa "Omat ilmoittautumiseni".
- Kurssilla tarvittavat oppikirjat ja tarvikkeet opiskelijat hankkivat itse. Oppikirjahankinnat suositellaan tekemään syys- ja kevätkaudella vasta kurssin alettua. Opisto ei vastaa opiskelijan tekemistä kirja- ja materiaalihankinnoista.
- Opinto-ohjelman kurssitekstissä on mainittu, jos opiskelumateriaalit sisältyvät kurssimaksuun tai jos ne voi hankkia opettajalta.
- Opistolla on oikeus perua opiskelijan aiemmin tehdyt ilmoittautumiset tuleville kurseille, mikäli lasku/laskuja on maksettava. Maksamattomista kurssilaskuista seuraa 5 € maksuistutus.

Työsuhde-etuudet

- Työnantajan työntekijälleen myöntämät työsuhde-edut ovat **henkilökohtaisia**.
- Työsuhde-eduilla ei voi käyttää lapsi-vanhempi -ryhmien, mindfulness- ja rentoutuskurssien, ruokakurssien, kielten eikä tietotekniikan kurssimaksuihin.
- **Smartum-maksutavat:** SmartumPay, Smartum-verkkomaksu
- **ePassi-maksutavat:** ePassi-sovellus, ePassi-maksu puhelinnumerolla ja ePassi-verkkomaksu
- Verkkokauppa-ilmoittautumisen yhteydessä voit maksaa kurssimaksun verkossa Smartum-tai ePassi-verkkomaksulla.
- Työsuhde-etuudella maksettuja kurssimaksuja ei palauteta osallistujalle. Etuus on kuitenkin käytettävissä jonkin toisen kurssin maksuun 12 kuukauden kuluessa peruuntuneen kurssin alkamispäivästä lähtien.

Alennukset

- **Opintotietoliikenne** on valtion myöntämä tukea työttömien ja eläkeläisten (ei ansiotyössä) opintoihin kansalaisopistossa. Lukuvuonna 2026–2027 opintotietoliikenne on 10 euroa. Alennusta myönnetään kaikista opiston vähintään 25 euroa maksavista kursseista pois lukien yksilö- ja pienryhmäopetus. Opintotietoliikenne vähennetään kurssimaksussa heti toimistoilmoittautumisen yhteydessä. Opisto voi pyytää eläkekortin nähtäväksi. Todistus työttömyydestä on toimitettava ennen kurssin aloittamista. Netti-ilmoittautuja maksaa kurssin normaalisti, mutta täyttää

smalla opintotietoliikenne. Opintotietoliikenne maksetaan Paytrailin kautta hakijan tilille (lokakuusta lähtien). Alennukset ovat henkilökohtaisia. Vain yksi seteli/opiskelija/lukuvuosi, niin kauan kuin seteleitä riittää. Erityisryhmien opintotietoliikenne on jo huomioitu kurssien hinnoissa.

- **Kaikukortilla** lappeenrantalaiset voivat osallistua maksutta enintään 60 euroa maksavalle kurssille. Ehtona on, että kurssilla on vähimmäismäärä maksaneita osallistujia eikä kurssille ole jonoa maksavia ilmoittautuneita. Kaikukorttia ei voi käyttää yksilöopetuksessa, eikä kurseilla, joilla vähimmäis- ja enimmäisosallistujamäärä on sama. Alennus vahvistetaan seitsemän päivää ennen kurssin alkamista. Kaikukorttia voi käyttää vain kerran lukukaudessa. Mahdolliset materiaalit tai oppikirjat opiskelija maksaa itse. Voimassa oleva kaikukortti esitetään opiston toimistossa. Alennuksesta on sovittava etukäteen ottamalla yhteyttä toimistoon sähköpostitse (toimisto@ekko.fi) tai puhelimitse (044 566 4553) ja samalla kerrottava, suostuuko maksamaan kurssin itse, jos alennusta ei voida myöntää.

- **Paljousalennus:** Henkilön osallistuessa lukukauden aikana useammalle kurssille, hän saa joka viidennen kurssin puoleen hintaan. Maksualennus on kuitenkin enintään 30 euroa ja se lasketaan edullisimmasta kurssista. Alennuksesta on sovittava opiston toimiston kanssa.

2. KURSSIN PERUMINEN

- Kurssipaikan voi perua maksutta viimeistään seitsemän (7) päivää ennen kurssin alkamista verkkokaupassa kohdassa Omat ilmoittautumiseni, puhelimitse, sähköpostilla, tekstiviestillä tai opiston toimistossa.
- Jos peruminen tapahtuu 1-6 päivää ennen kurssin alkua, veloitamme 10 euron käsittelemysmaksun. Tämän jälkeen opiskelija maksaa kurssimaksun kokonaan, myös silloin, kun hän jättää tulematta kurssille tai keskeyttää sen. Lisäksi veloitetaan mahdolliset yhteiset hankitut tarvikkeet.
- Kurssin maksamatta jättäminen tai se, ettei saavu kurssille, ei ole peruminen.
- Maksuton peruminen on mahdollista, jos kurssin paikka tai aika muuttuu oleellisesti.
- Mahdollinen opettajavaihdos tai opiskelijan taitotasoon soveltumaton kurssi ei oikeuta maksuttomaan perumiseen.
- Yksilöopetuksen opetuskerran perumisesta opiskelijan on ilmoitettava mahdollisimman pian, kuitenkin viimeistään vuorokausi (pl. akuutti sairastuminen) ennen opetuksen alkua suoraan opettajalle.

3. KURSSIN TAI OPETUSKERRAN PERUUNTUMINEN

- Kurssilla tulee olla vähimmäismäärä opiskelijoita viimeistään seitsemän (7) päivää ennen

kurssin alkua. Minimio opiskelijaraja on 10 opiskelijaa kaupungissa; 8 opiskelijaa Joutsenossa, Ylämaalla ja Luumäellä. Opiston rehtorilla on oikeus poiketa ryhmäkokovaatimuksista perustelluista syistä.

- Opisto ei vastaa opistosta riippumattomista syistä (esim. sali tai muut tilat tai force majeure -tilanteet) johtuvista peruuntumisista.
- Jos kurssi peruuntuu opistosta riippumattomasta syystä tai kurssin minimiosallistujamäärä ei täyty, kurssimaksu palautetaan, tai se voidaan hyvittää jonkin toisen kurssin hinnasta. Opiskelijan mahdollisesti hankkimia kurssitarvikkeita tai oppikirjoja ei hyvitetä.
- Jos koko lukukauden pituudesta kurssista peruuntuu yksi kerta, sitä ei korvata osallistujalle. Tämä on huomioitu kurssien hinnoittelussa. Jos peruttuja opetuskertoja on enemmän (kuin kymmenesosa kurssista), puuttuvat kerrat pyritään pitämään välittömästi opetuskauden jälkeen. Korvauskerta voidaan järjestää myös normaalista poikkeavana aikana tai muualla kuin vakituksessa paikassa. Ellei korvaavia kertoja pystytä järjestämään, palautetaan kurssimaksusta pitämättä jääneiden kertojen osuus.

4. KURSSIN VAIHTAMINEN JA KESKEYTTÄMINEN

- Kurssipaikka on henkilökohtainen ja sitä ei voi siirtää tai myydä eteenpäin.
- Jos kurssin taso ei ole sopiva, ottamalla yhteyttä toimistoon ryhmän voi vaihtaa saman aineen eritasoiseen ryhmään, mikäli ryhmässä on tilaa. Opisto perii mahdollisen kurssimaksun erotuksen. Kurssin vaihtamisesta ei voi sopia kurssin opettajan kanssa.
- Jos opiskelija keskeyttää opiskelunsa henkilökohtaisista syistä, kurssimaksua ei palauteta. Poissaolot kurseilta eivät alenna maksua.
- Mikäli opiskelija joutuu perumaan osallistumisensa kurssin alkuvaiheessa terveydellisistä syistä (edellyttäen lääkärintodistusta), kurssista veloitetaan ennen perumista pidetyt kerrat. Mikäli kurssin tuntimäärästä on pidetty jo yli puolet, kurssimaksu veloitetaan kokonaan.
- Opistolla on oikeus keskeyttää alkanut kurssi tilanteessa, jossa kurssilla kävijöiden määrä on pysyvästi vähentynyt niin merkittävästi, ettei toiminnan jatkaminen ole järkevää. Korvauskäytänteistä sovitaan rehtorin kanssa.
- Opisto ei hyvitä alle 5 euron kurssimaksupalautuksia.

Ilmoita mahdollisimman pian opiston toimistoon kurssin vaihtamisesta tai keskeyttämisestä, jotta voimme tarjota opiskelupaikkaa varasijalla olijalle!


Peruuntumisista, mahdollisista opetuskertojen muutoksista ja kurssille vapautuneesta paikasta opisto ilmoittaa aina tekstiviestillä. Lisäksi muistutamme sähköpostitse kurssin alkamisesta kolme päivää ennen kurssin alkua.

Etelä-Karjalan kansalaisopisto
Pohjolankatu 27, Lappeenranta
044 566 4553
toimisto@ekko.fi

 opistopalvelut.fi/ekko

 ekko.fi

 [ekkokansalaisopisto](https://www.facebook.com/ekkokansalaisopisto)

 [ekko_opisto](https://www.instagram.com/ekko_opisto)