



Rovaniemen Yrittäjänaiset Ry:n keväinen ulkoilupäivä Ounasjokivarressa

Tervetuloa nauttimaan keväthankien kutsusta, auringosta ja raikkaasta ulkoilmasta Ounasjokivarteen. Peltoniityllä, metsässä sekä Ounasjoen jäällä on mainiota kokeilla lumikenkäilyn alkeita. Kovakuntoisimmat voivat testata taitojaan myös kiipeämällä Nuuksvaaran päälle komean aihkimetsän muodostamaa rinnettä pitkin. Nuuksvaara on korkeudeltaan 223 metriä ja sen huipun tuntumassa asustelee maakotka.

Nuotiopaikalle teemme tulet, paistamme makkaroita, nautimme kahvia ja lämmintä juomaa kahvinisun kera. BlueMomentsLaplandResort sijaitsee 15 km Saarenkylän risteyksestä Ounasjoen Itäpuolentietä Kittilän suuntaan.

Metsän elvyttävää voimaa on tutkittu ja jo hyvin lyhyet ajat metsässä vaikuttavat ihmisen psyykkeeseen ja fysiikkaan. Verenpaineen laskemisen lisäksi päivittäin metsässä vietetyt 20 minuuttia kohottavat elinvoimaisuuden tunnetta.

Lisäksi metsän äänet ja tuoksut laskevat stressiä. Metsä tekee meistä onnellisempia, terveempiä ja luovempia. Jo yksi luontoretki voi olla muutos elämäntapoihin <3



**BlueMoments
Lapland** 
logotypemaker ker logotypema

Tel. +358 40 7795 955 – info@bluemomentslapland.fi – www.bluemomentslapland.fi



Pelkkä luontomaiseman näkeminen kuvassa, videolla tai ikkunan toisella puolella rauhoittaa ja kohentaa mielialaa, auttaa keskittymään ja voi esimerkiksi vähentää fyysistä oireilua sekä auttaa toipumaan sairauksista. Voit varmaan kuvitella, minkälainen kokonaisvaltainen vaikutus fyysisellä luonnossa olemisellä on ihmiseen <3

Retken kesto

Retken kesto 4 tuntia. Minimi osallistujamäärä 5 hlöä.

Retken ajankohta

17.3.2018 klo 11.00

Retken hinta

Lumikenkäretki 50€/hlö, sis. lumikengät, sauvat ja opastuksen, kahvit/lämpimän juoman, kahvinisun sekä makkaranpaiston ja ihanaa yhdessäoloa.

Ilmoittautumiset

viimeistään 9.3.2018.



”Nainen voi lähteä metsästä, mutta metsä ei naisesta”

Retki järjestetään, kun sitovia ilmoittautumisia tulee 5 kpl. Jos ilmoittautuneita on yli 20 voidaan retki järjestää kahtena eri päivänä, toinen päivä 18.3.2018.

BlueMoments
Lapland

logotypemaker ker

logotypema

Tel. +358 40 7795 955 – info@bluemomentslapland.fi – www.bluemomentslapland.fi