

AIKUISVÄESTÖN LIIKUNTA- JA TERVEYSTOTTUMUKSET -kysely (2024) Päätulokset / Mänttä-Vilppula

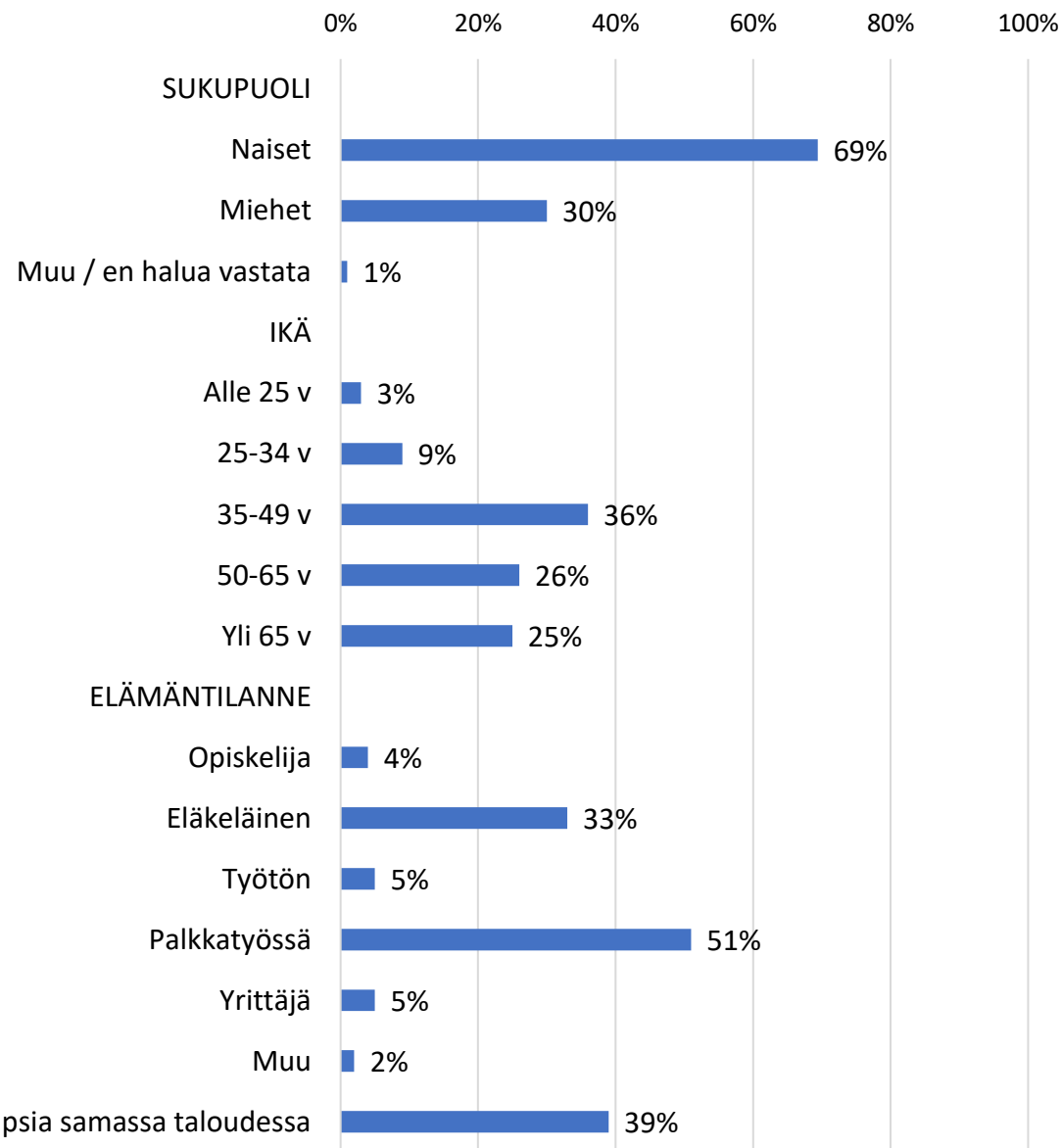


Asukaskysely toteutettiin nettikyselynä Mänttä-Vilppulassa maaliskuuhuhtikuun välisenä aikana. Kyselyn linkki oli näkyvillä kaupungin verkkosivuilla sekä liikuntatoimen sosiaalisen median kanavissa. Lisäksi kyselyyn oli mahdollista vastata paperilomakkeella kaupungin uimahallissa. Kyselyyn vastasi määräaikaan mennessä yhteensä 321 kuntalaista (n=321). Vastaajien jakautuminen keskeisten taustamuuttujien osalta on esitetty oheisessa kuviossa. Kyselyn toteuttamisesta on vastannut North Sport Consulting oy Mänttä-Vilppulan kaupungin liikuntatoimen toimeksiantona

Tässä tulostiivistelmässä tuloksia tarkastellaan ensisijaisesti sukupuoli ja ikäryhmä taustamuuttujien kautta. Tarkasteluissa ikäryhmät on tiivistetty kolmeen; alle 35 v, 35-65 v ja yli 65 v. Kyselyssä vertailuaineistona on käytetty palveluntarjoajan tuottamien vastaavien asukaskyselyiden aineistoja. Tulosraportissa tulosvertailuja on tehty koko aineiston keskiarvoihin sekä loppuosassa myös kunnittain.

Tulosraportti jakautuu ao. kolmeen pääosiin:

- Mänttä-Vilppulan aikuisväestön liikunta- ja terveystottumukset
- Mänttä-Vilppulan aikuisväestön tyytyväisyys kunnan liikuntapalveluihin
- Liikuntapalveluiden arviointien kuntavertailut



Mänttä-Vilppulan aikuisväestön liikunta- ja terveystottumukset

LIKKUMISEN TAVAT

Kysymys: Missä määrin tavanomaiseen arkeesi sisältyy mainitun tyyppistä liikunnallista aktiivisuutta?

■ Ei ollenkaan ■ Satunnaisesti ■ Säännöllisesti

ARKILIIKKUMINEN (kävellen tai pyörällä tehtyä työ-/kauppatkojen kulkemista, koiran ulkoilutusta, pihatöitä tms.)

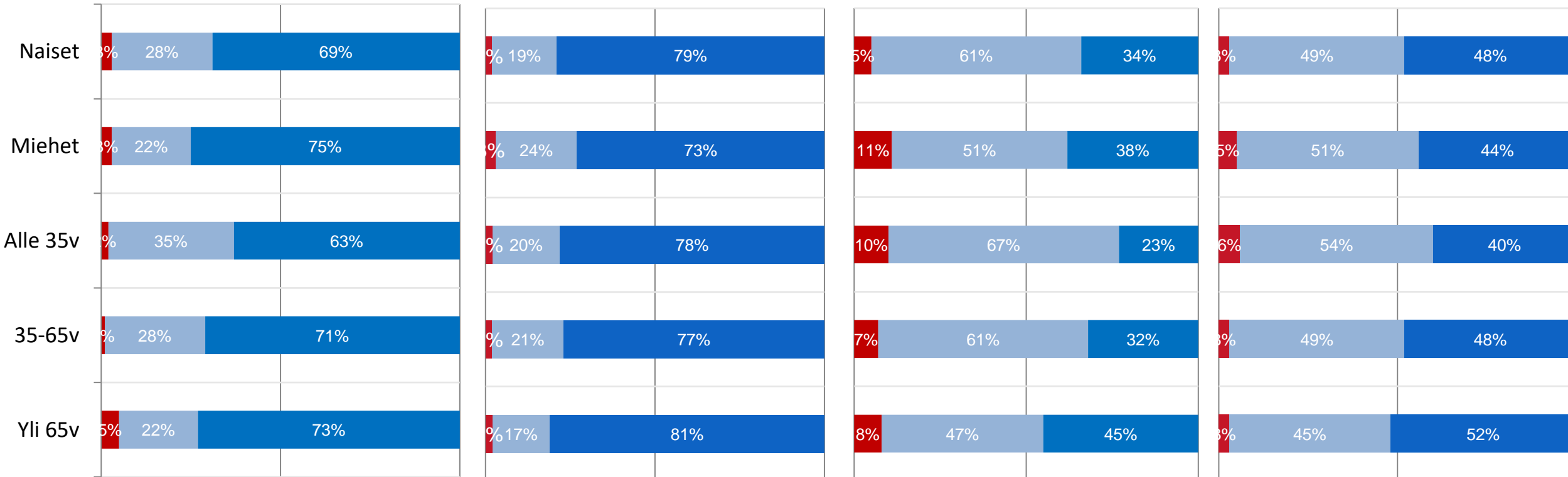
LUONTOLIIKUNTA (luonnossa liikkumista & retkeilyä, marjastusta, sienestystä tms.)

MÄNTTÄ-VILPPULA

KOKO AINEISTON KA.*

MÄNTTÄ-VILPPULA

KOKO AINEISTON KA.*



LIKKUMISEN TAVAT

Kysymys: Missä määrin tavanomaiseen arkeesi sisältyy mainitun tyyppistä liikunnallista aktiivisuutta?

■ Ei ollenkaan ■ Satunnaisesti ■ Säännöllisesti

KUNTOLIIKUNTA (kuntolenkkeilyä, kuntosalilla / ohjatuilla tunneilla käyntiä, pallopelien pelaamista tms.)

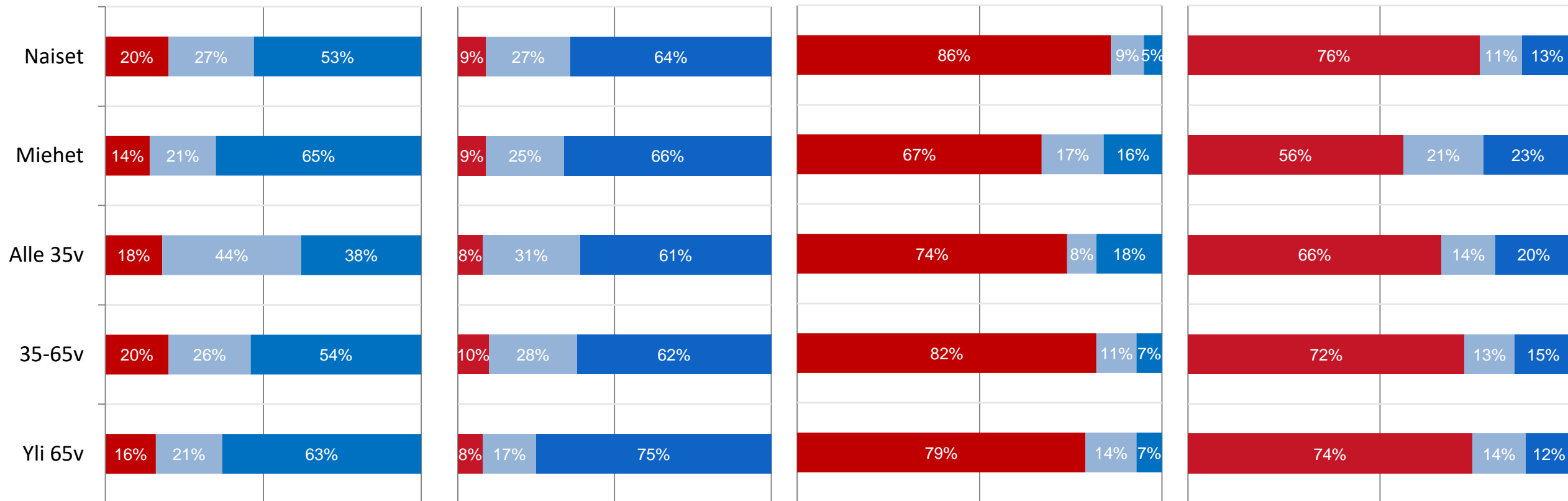
KILPAURHEILU (organisoitua ja säännöllistä lajiharjoittelua ja kilpailutoimintaa)

MÄNTTÄ-VILPPULA

KOKO AINEISTON KA.*

MÄNTTÄ-VILPPULA

KOKO AINEISTON KA.*



LIIKUNTA SEURASSA / YKSITYISELLÄ PALVELUNTARJOAJALLA

Kysymys: Harrastatko säännöllisesti liikuntaa tai urheilua jossakin liikuntaseurassa ja/tai yksityisellä palveluntarjoajalla?

Liikunta/urheiluseurassa (seuran jäsenenä)

Yksityisellä palveluntarjoajalla

MÄNTTÄ-VILPPULA

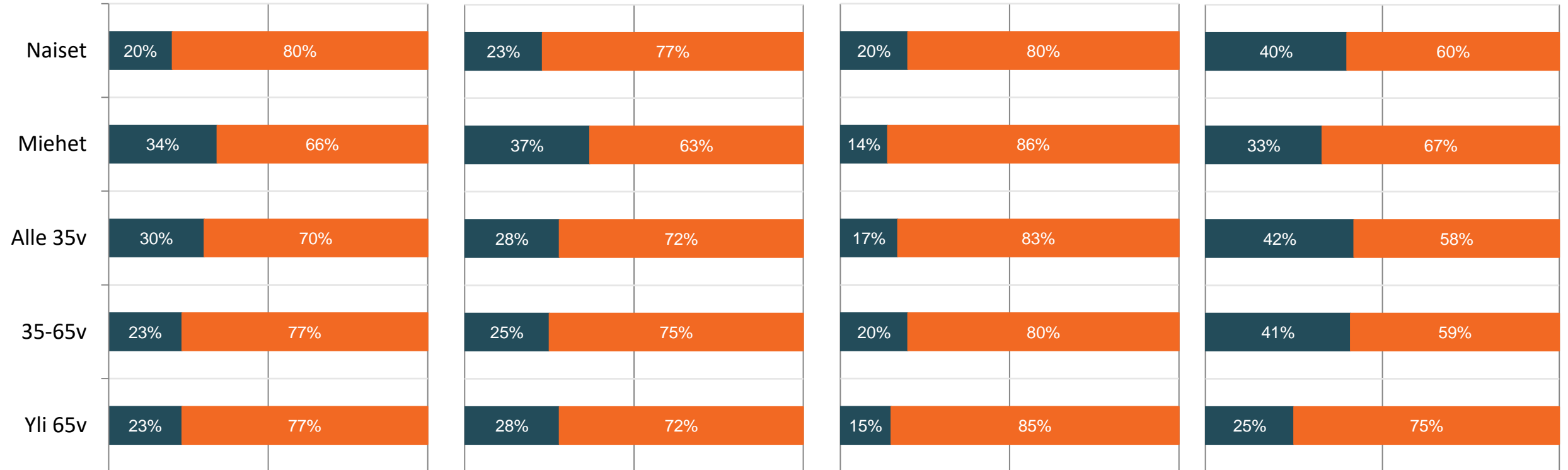
KOKO AINEISTON KA.*

MÄNTTÄ-VILPPULA

KOKO AINEISTON KA.*

■ Kyllä ■ En

■ Kyllä ■ En

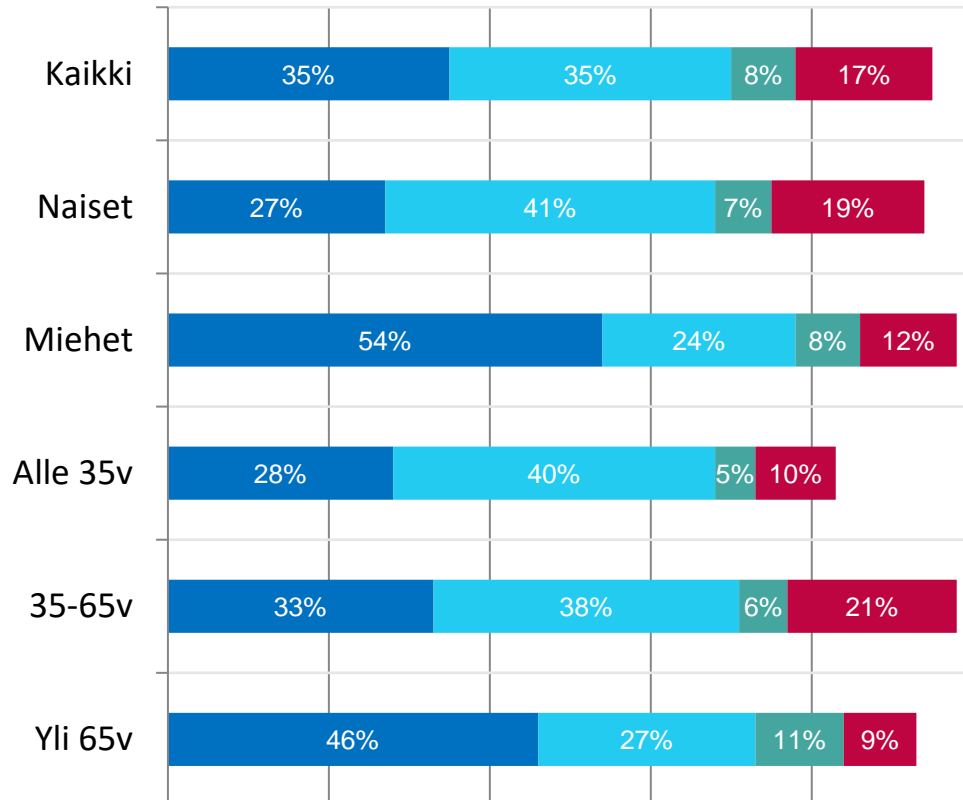


LIIKUNTASUOSITUKSEN TOTEUTUMINEN

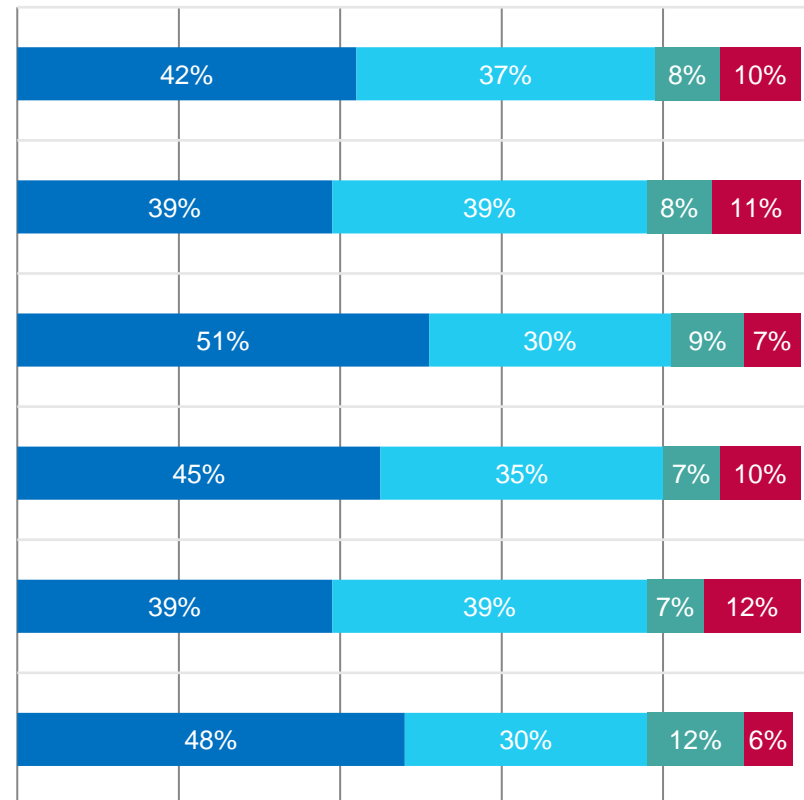
Kysymys: Arvioi liikutko määrällisesti ohessa kuvatun suosituksen mukaisesti? Lue suositus huolellisesti läpi!

- Suositus toteutuu osaltani kaikilta osin
- Suositus toteutuu osaltani kestävyysliikunnan määrän osalta
- Suositus toteutuu osaltani lihaskuntoliikunnan määrän osalta
- Suositus ei toteudu osaltani millään osin

MÄNTTÄ-VILPPULA



KOKO AINEISTON KA.*



AIKUISVÄESTÖN LIIKUNTASUOSITUS:

KESTÄVYYSLIIKUNTA:
Viikoittain vähintään 2t 30min "reipasta kestävyysliikuntaa" TAI vähintään 1t 15min viikossa "rasittavaa kestävyysliikuntaa". Reipas kestävyysliikunta on lievää hengästymistä aiheuttavaa liikuntaa (esim. kävely, pihatyöt tms.) ja rasittava kestävyysliikunta vastaavasti tehokkaampaa, selvää hengästymistä ja hikoilua aiheuttavaa liikuntaa (esim. kuntolenkkeily).

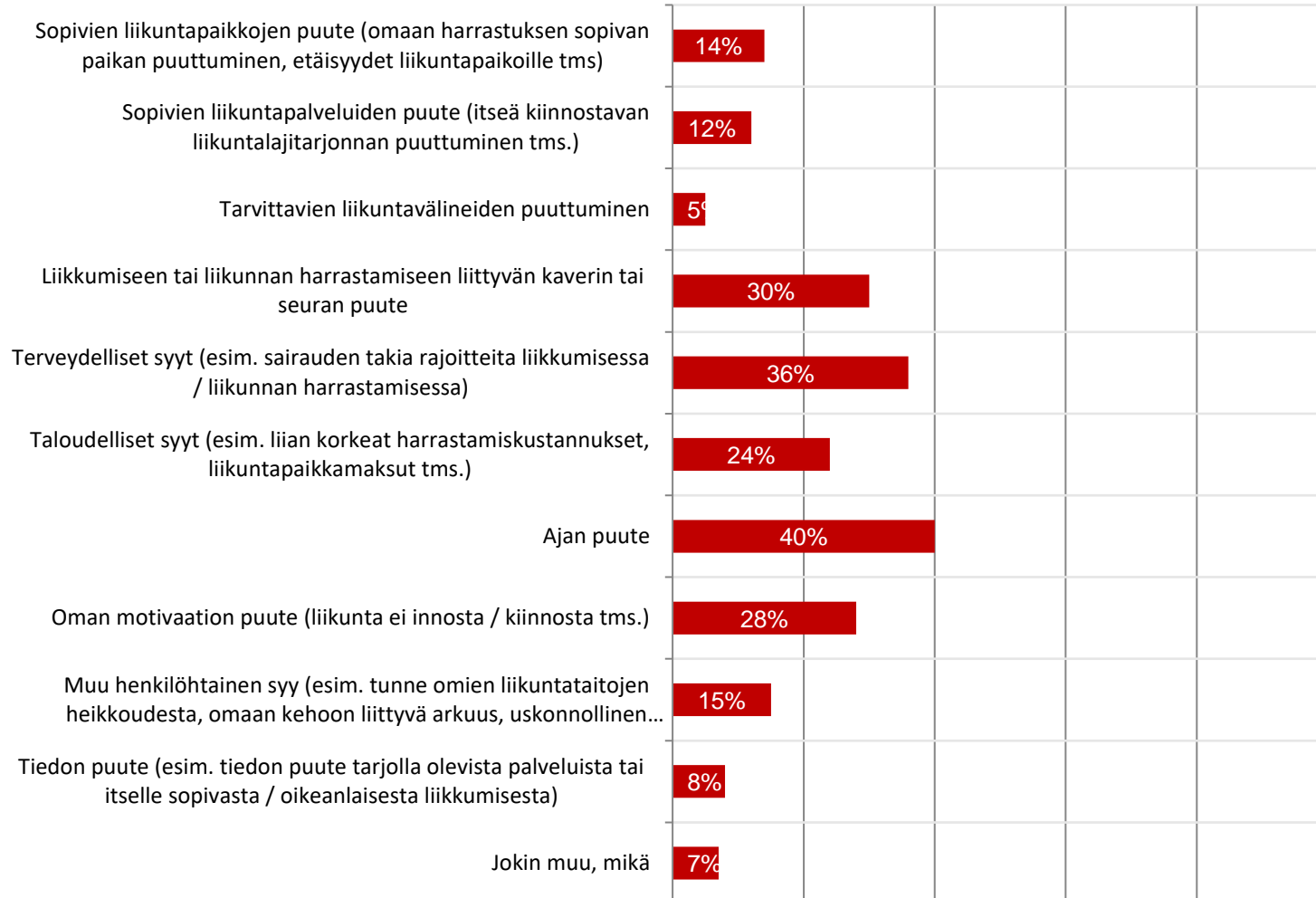
LIHASKUNTO
Kestävyysliikunnan LISÄKSI vähintään 2 krt viikossa LIHASKUNTOON vaikuttavaa liikuntaa (esim. kuntosaliharjoittelu, ohjatut jumpat, pallopelit tms.)

LISÄHUOMIOT YLI 65-VUOTIAILLE:
Yli 65 -vuotiaalle korostetaan em. Kestävyysliikuntasuosituksen lisäksi lihaskunnan ja notkeuden säilyttämistä sekä tasapainon harjoittamista 2-3 krt / viikko

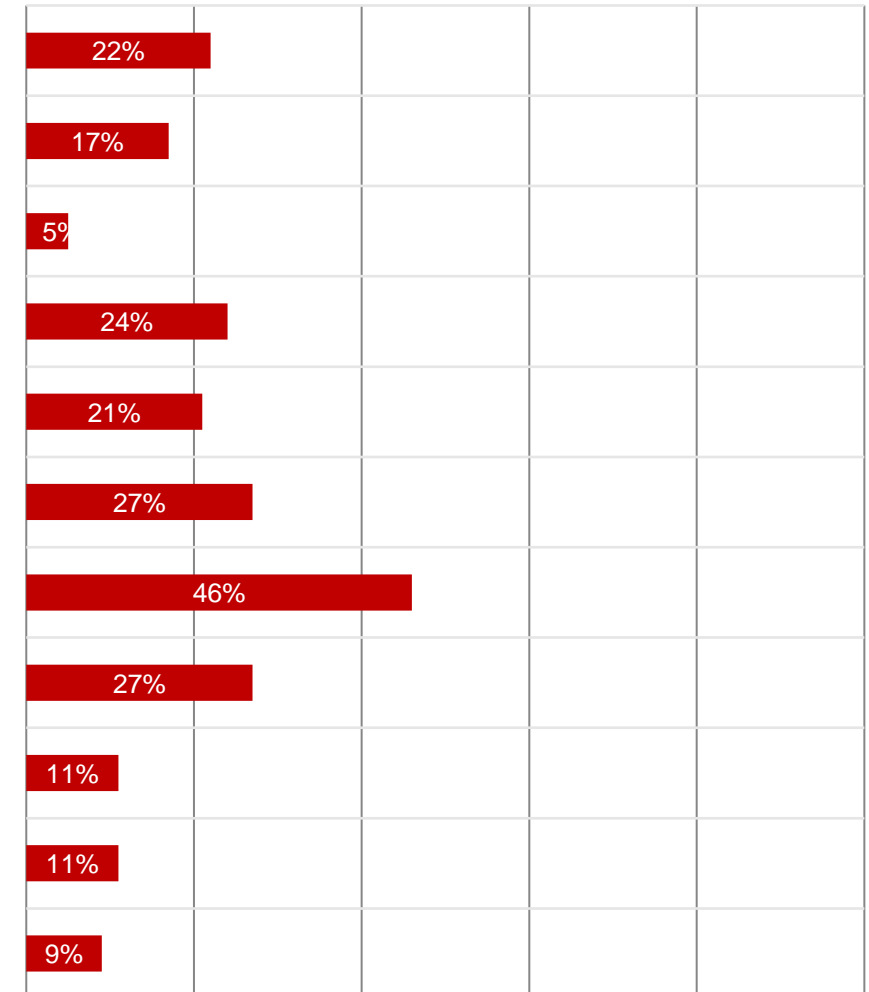
LIKKUMISEN ESTEET / NAISET

Kysymys: Vastasi edelliseen kohtaan, että nykyiset liikuntasuosituksesi eivät kohdaltasi täysin toteudu, kerro liittyykö asiaan joku tai joitakin alla mainituista syistä. Voit tarvittaessa valita useamman vaihtoehdon.

Naiset / MÄNTTÄ-VILPPULA



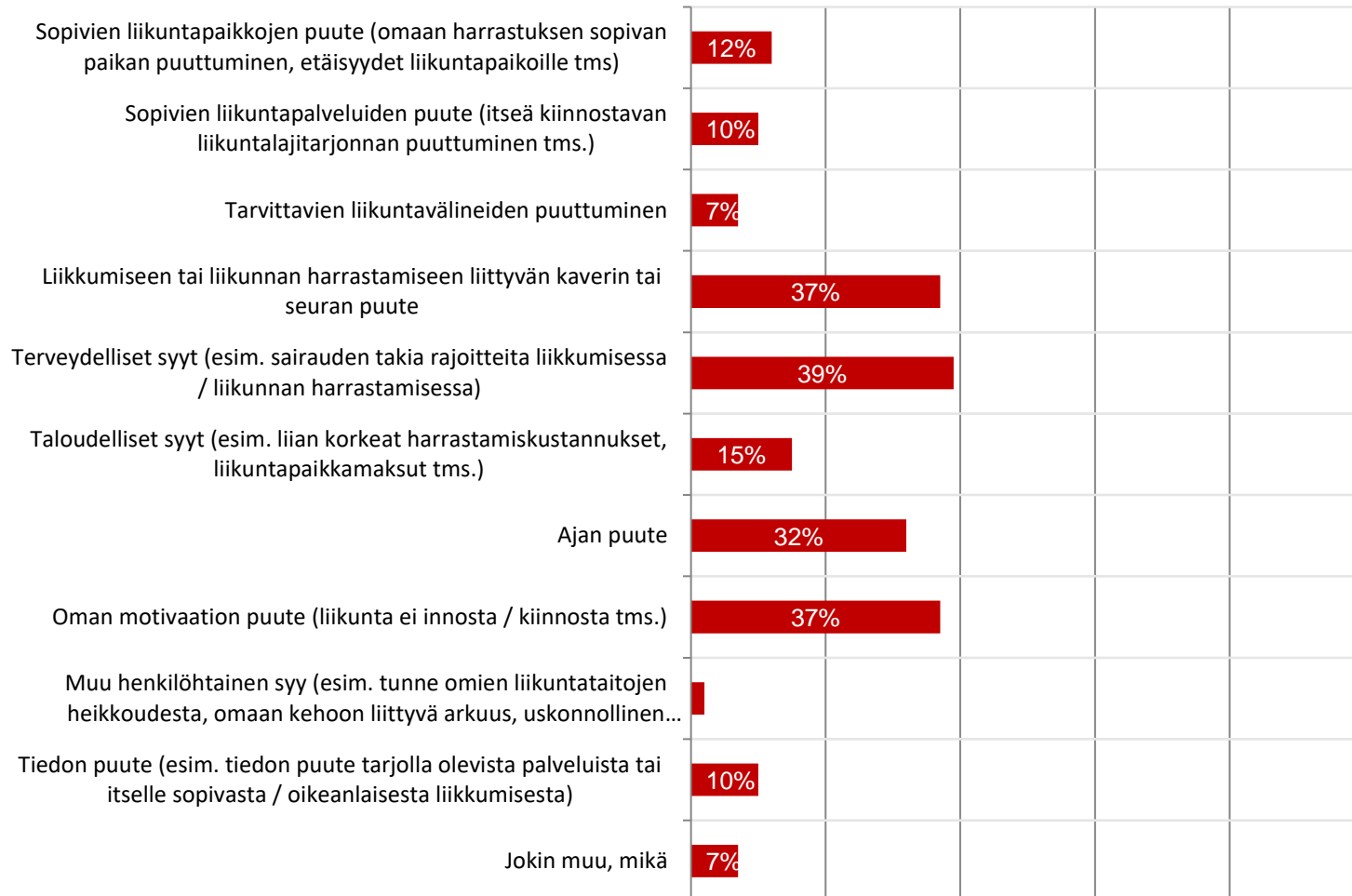
Naiset / KOKO AINEISTON KA.*



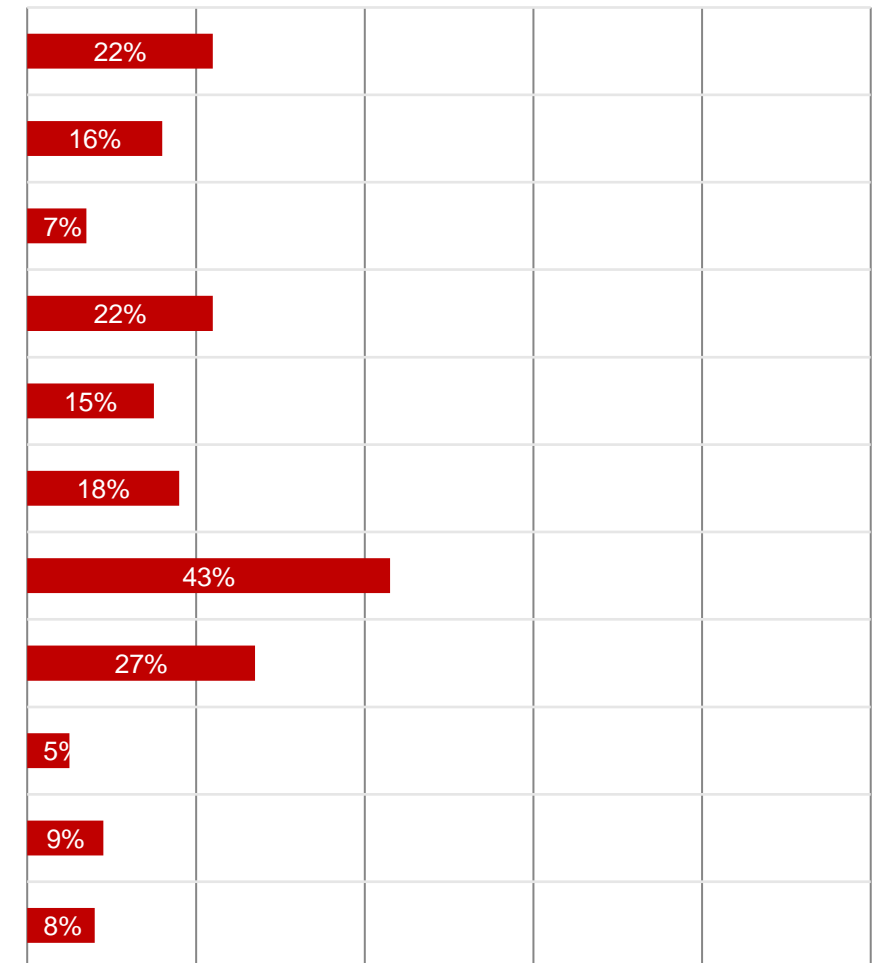
LIKKUMISEN ESTEET / MIEHET

Kysymys: Vastasi edelliseen kohtaan, että nykyiset liikuntasuosituksesi eivät kohdaltasi täysin toteudu (= muu kuin 1. vaihtoehto), kerro liittyykö asiaan joku tai joitakin alla mainituista syistä. Voit tarvittaessa valita useamman vaihtoehdon.

Miehet / MÄNTTÄ-VILPPULA



Miehet / KOKO AINEISTON KA.*



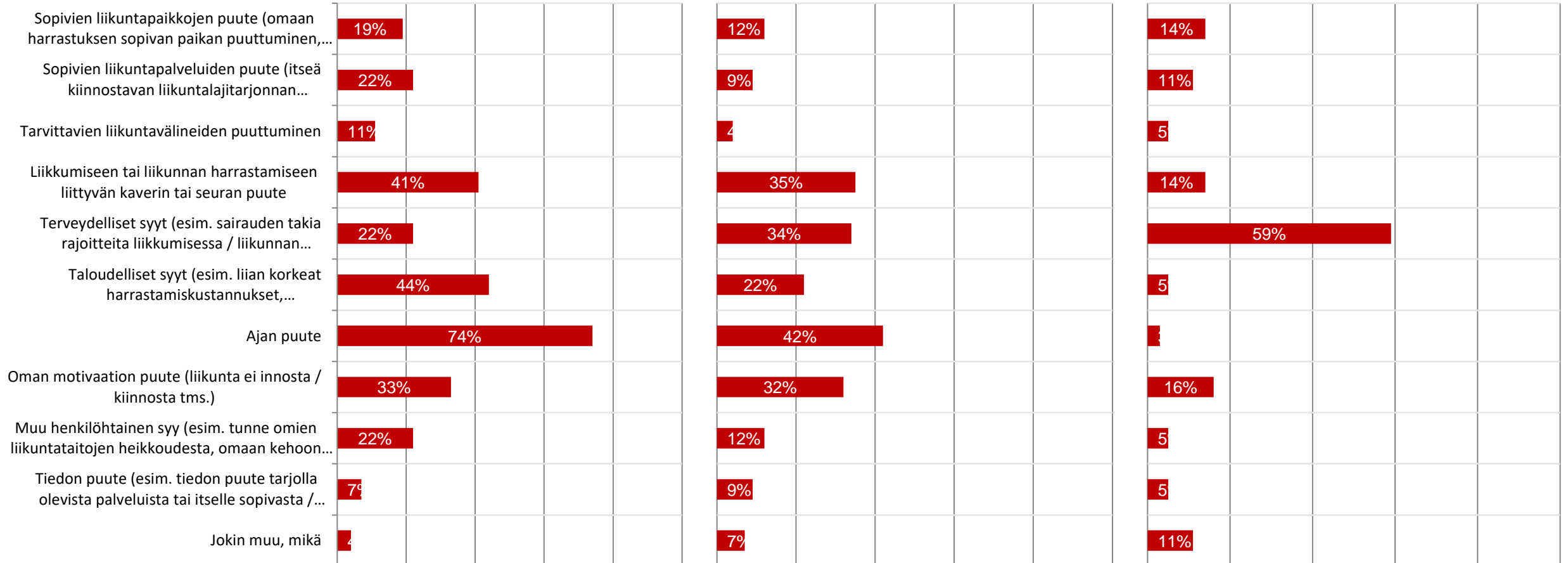
LIKKUMISEN ESTEET IKÄRYHMITTÄIN (Tarkastelu vain Mänttä-Vilppulan osalta)

Kysymys: Vastasi edelliseen kohtaan, että nykyiset liikuntasuosituksesi eivät kohdaltasi täysin toteudu (= muu kuin 1. vaihtoehto), kerro liittykö asiaan joku tai joitakin alla mainituista syistä. Voit tarvittaessa valita useamman vaihtoehdon.

Alle 35 v. / MÄNTTÄ-VILPPULA

35-65 v. / MÄNTTÄ-VILPPULA

Yli 65 v. / MÄNTTÄ-VILPPULA

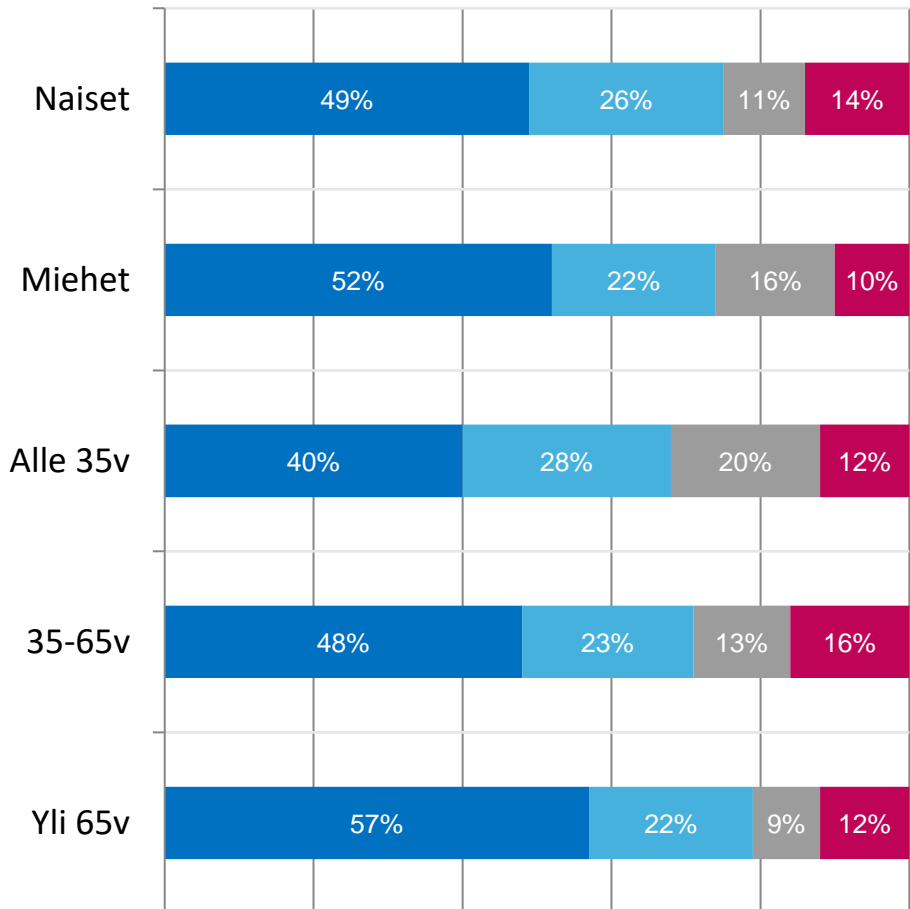


ISTUMISEN MÄÄRÄ

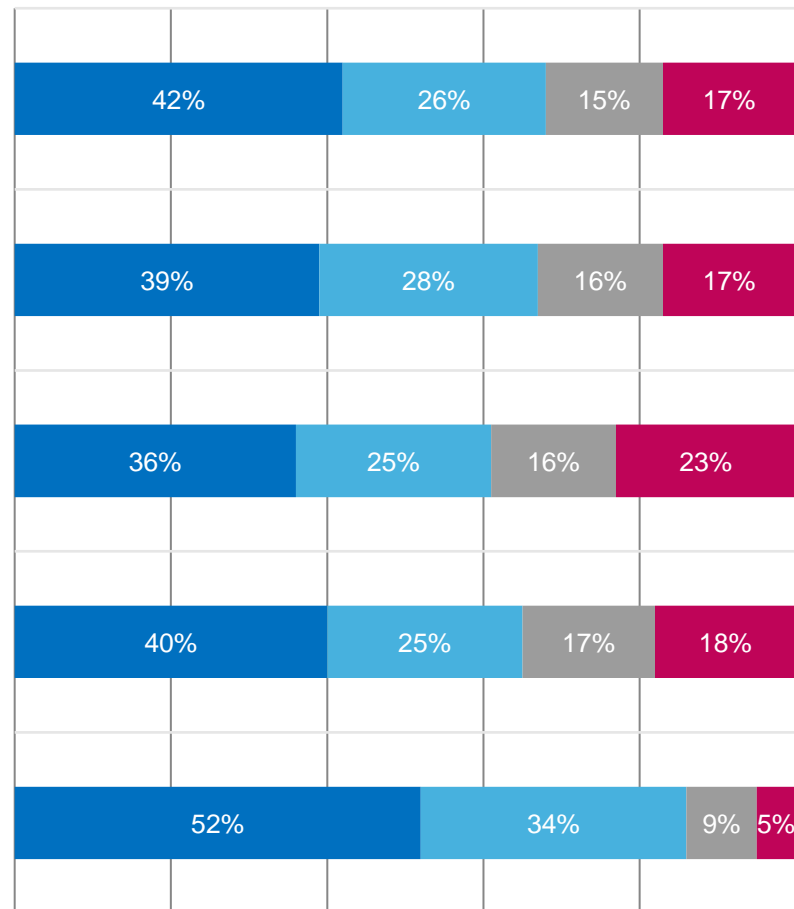
Kysymys: Arvioi ISTUMISEN määrää tavanomaisena ARKIPÄIVÄNÄSI. Huomio istumisen määrässä mm. mahdollinen työtehtäviisi ja -matkoihisi liittyvä istuminen sekä kaikenlainen vapaa-ajan istuminen (television katselu, tietokoneen ääressä istuminen yms).

■ Alle 6 tuntia päivässä ■ 6-7 tuntia päivässä ■ 7-8 tuntia päivässä ■ Yli 8 tuntia päivässä

MÄNTTÄ-VILPPULA



KOKO AINEISTON KA.*



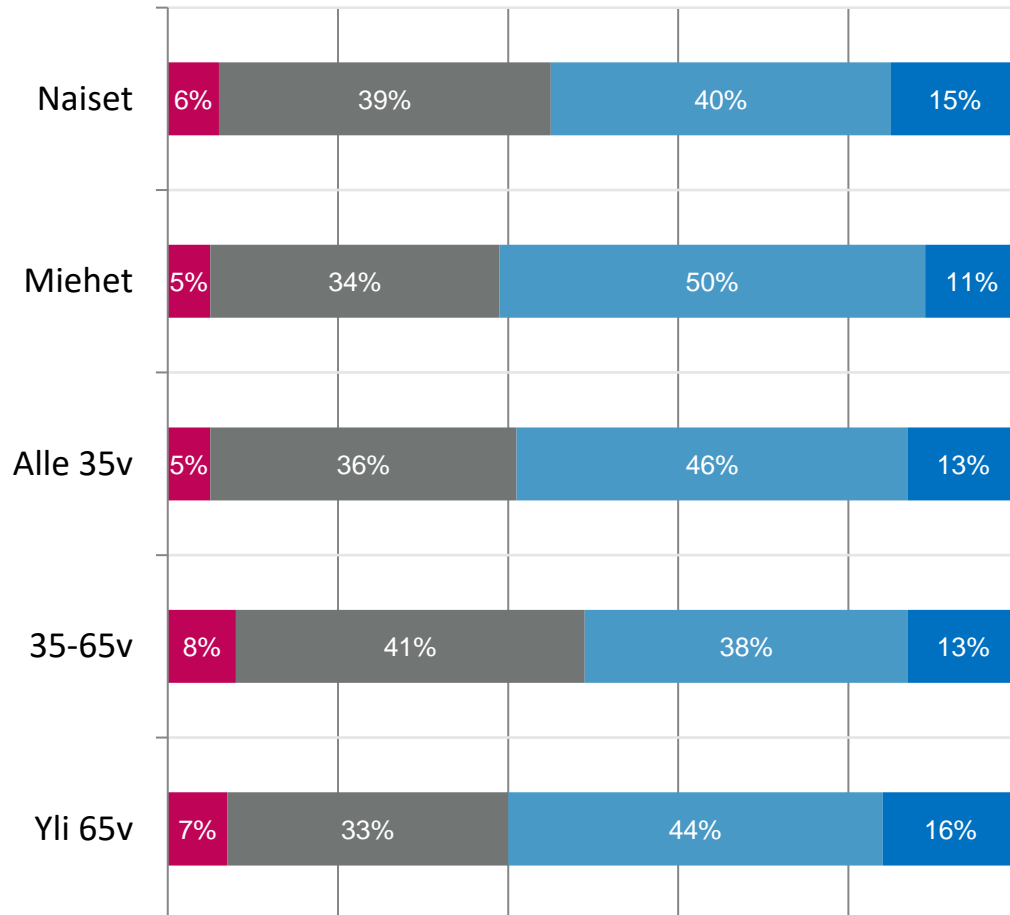
Terveyden ja hyvinvoinnin kannalta pitkäkestoinen ja yhtäjaksoinen istuminen on haitallista. Tarkkoja istumisen määrään liittyviä suosituksia ei ole olemassa, mutta **suositeltavaa olisi kuitenkin pyrkiä välttämään istumista yli 7 tuntia päivässä.**

UNEN MÄÄRÄ

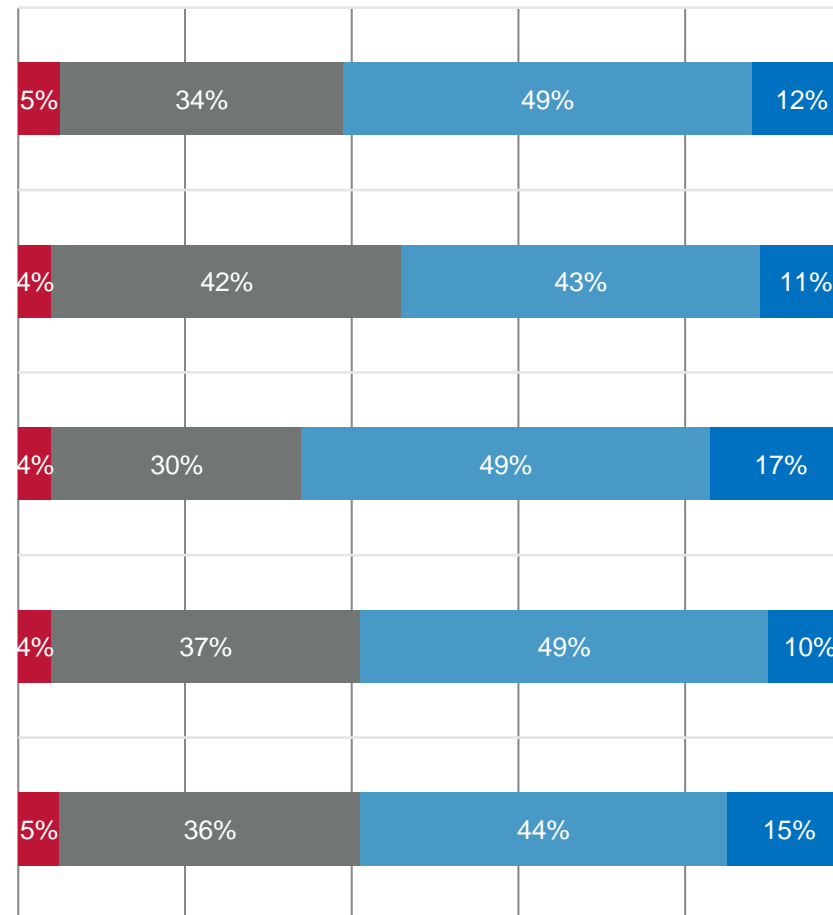
Kysymys: Arvioi UNEN määräsi tavanomaisina ARKIPÄIVINÄSI.

■ Alle 6 tuntia vuorokaudessa ■ 6-7 tuntia vuorokaudessa ■ 7-8 tuntia vuorokaudessa ■ Yli 8 tuntia vuorokaudessa

MÄNTTÄ-VILPPULA



KOKO AINEISTON KA.*



Unen tarve on jossain määrin yksilöllistä, mutta yleisesti suositeltavana pidetään 7-9 tuntia unta vuorokaudessa.

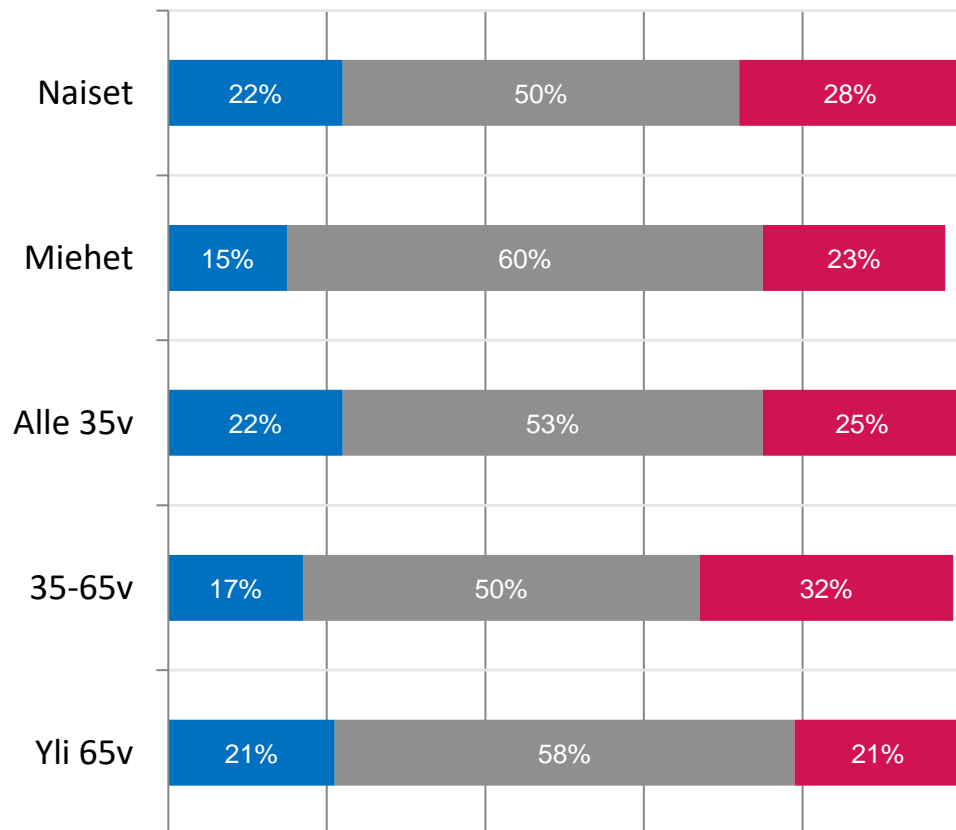
Riittämätön unen määrä vaikuttaa negatiivisesti mielialan ja virkeyden lisäksi lukuisiin terveystekijöihin.

RAVINTOTOTTUMUKSET

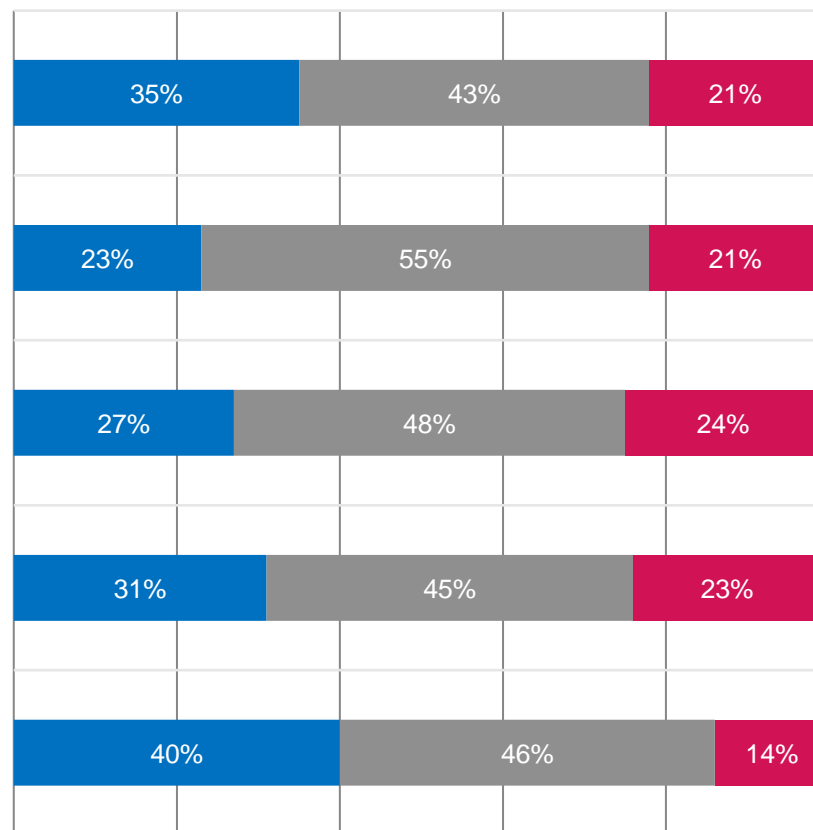
Kysymys: Arvioi omia nykyisiä RAVINTOTOTTUMUKSIASI. Valitse itseäsi parhaiten kuvaava vaihtoehto

- Syön mielestäni terveellisesti ja pyrin noudattamaan nykyisiä virallisia ravitsemussuosituksia (Ruokavirasto & THL)
- Syön mielestäni terveellisesti, mutta en käytä ruokavalioni perusteena nykyisiä virallisia ravitsemussuosituksia
- Nykyisissä ravitsemustottumuksissani olisi parannettavaa terveellisyysnäkökulmasta

MÄNTTÄ-VILPPULA



KOKO AINEISTON KA.*



Ravitsemussuosituksen mukaan on monta tapaa syödä hyvin. Ei ole vain yhtä ainoa oikeaa tapaa syödä terveellisesti vaan terveellisen ruokavalion voi koostaa monella eri tavalla. Säännöllinen ateriarytmi 3-4 tunnin välein ja monipuolinen ruoka auttaa jaksamaan ja pitää terveenä.

TIETOISUUS NYKYISISTÄ SUOSITUKSISTA (Tarkasteltu vain Mänttä-Vilppulan osalta)

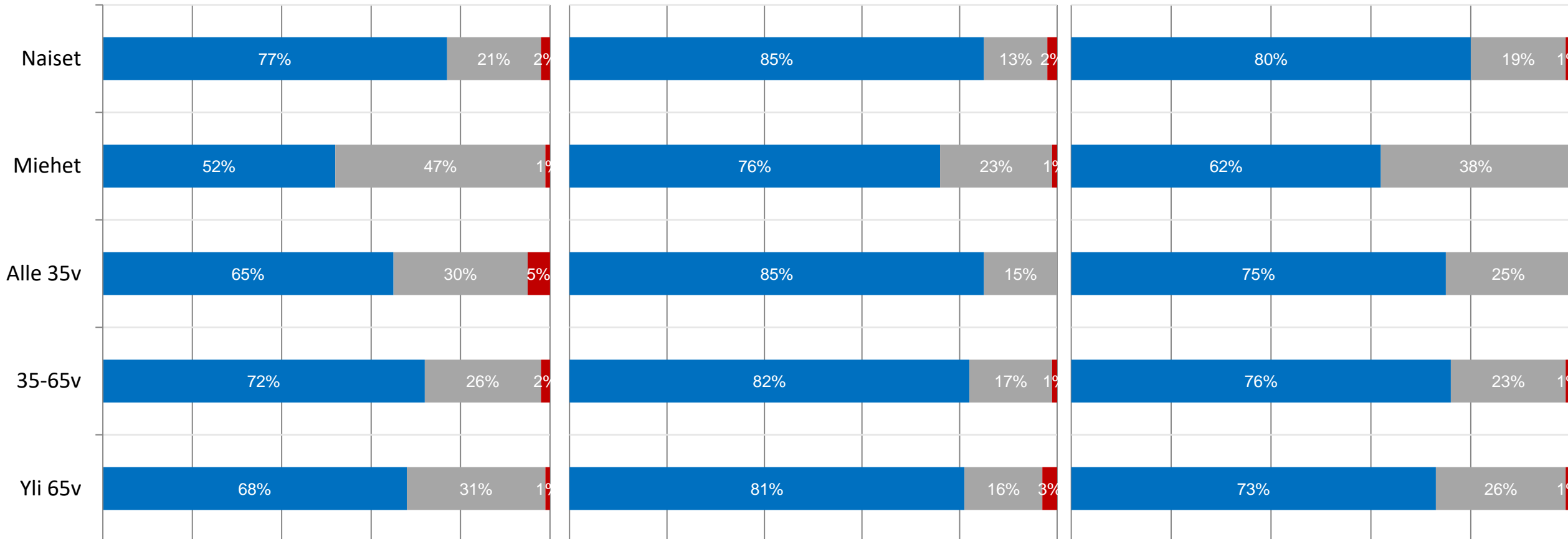
Kysymys: Kuinka hyvin mielestäsi tiedät nykyiset istumiseen, uneen ja ravintoon liittyvät suositukset?

■ Tiedän riittävän hyvin ■ Tiedän pintapuolisesti, mutta en riittävän hyvin ■ En tiedä ollenkaan

ISTUMISEEN LIITTYVÄT SUOSITUKSET

UNEEN LIITTYVÄT SUOSITUKSET

RAVINTOON LIITTYVÄT SUOSITUKSET



Mänttä-Vilppulan aikuisväestön tyytyväisyys kunnan liikuntapalveluihin

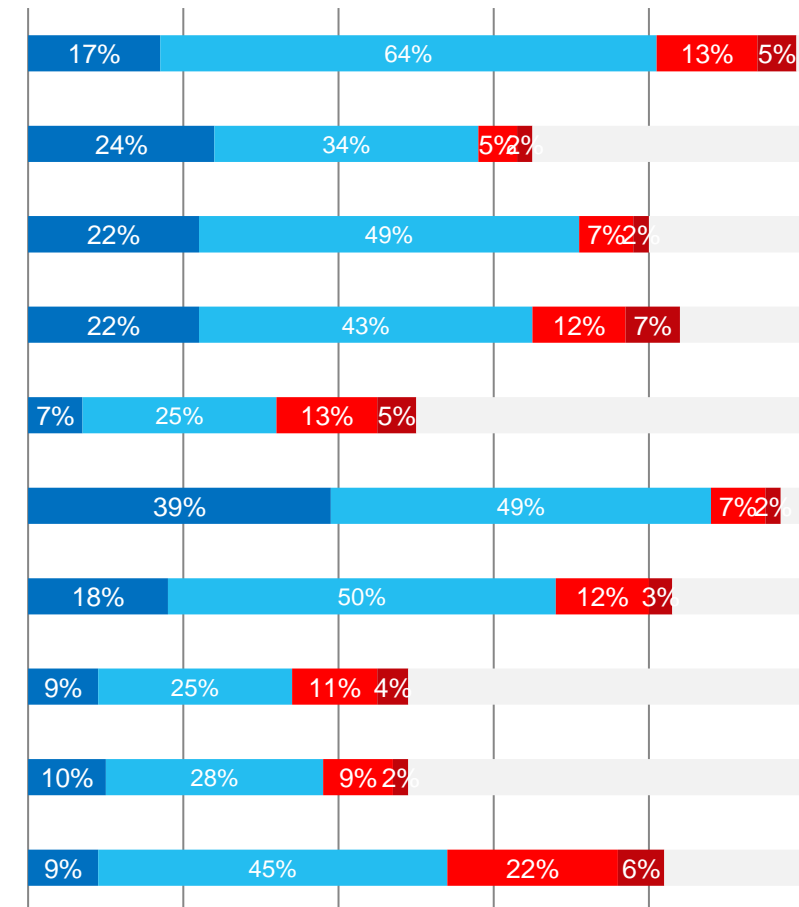
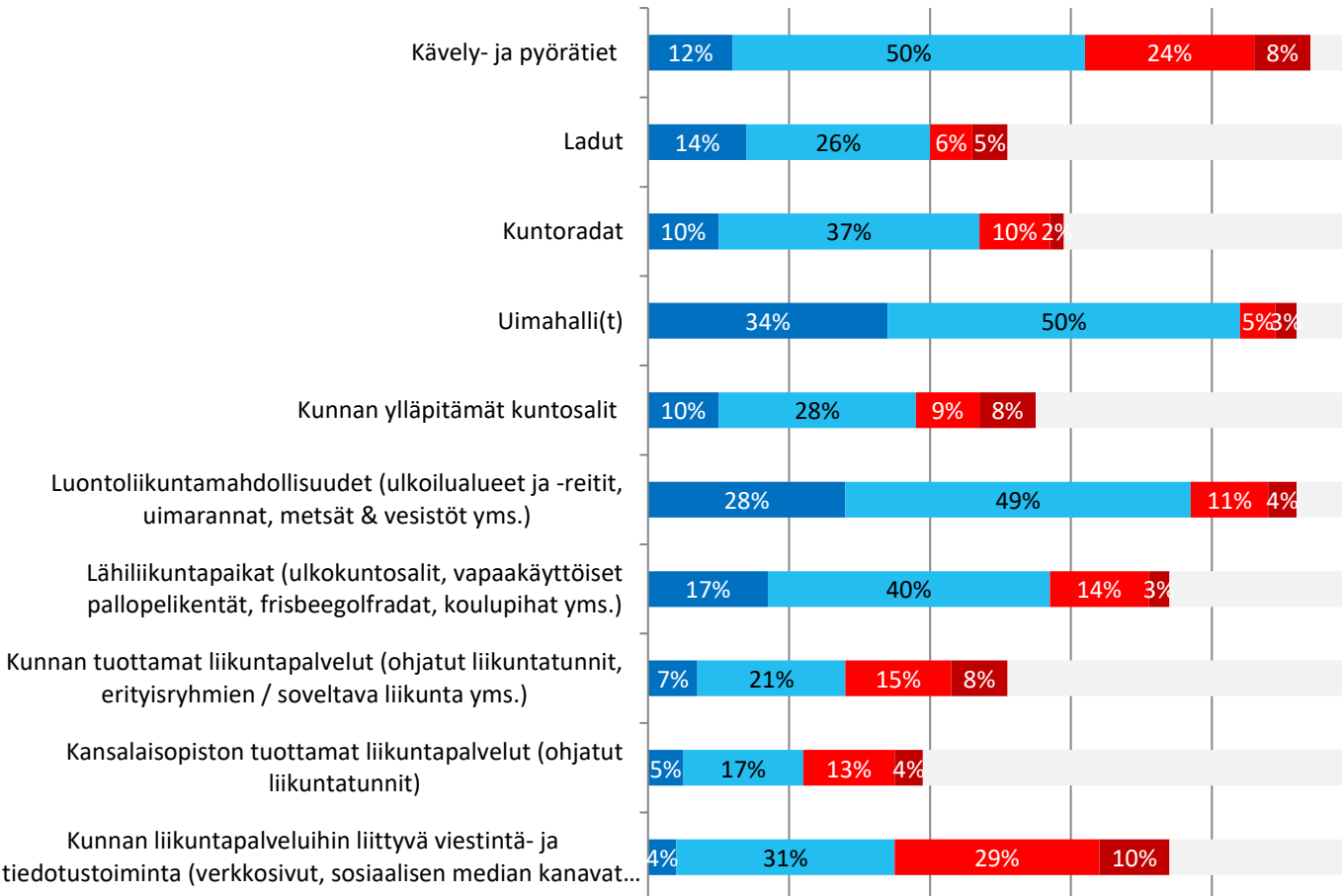
KUNNAN LIKUNTAPALVELUIDEN ARVIONTIA

Kysymys: Kuinka tyytyväinen olet kuntasi nykytilanteeseen alla mainittujen liikkumiseen ja liikuntaan liittyvien olosuhteiden ja palveluiden osalta? Arvioi asioita vain OMAN liikunta-aktiivisuutesi ja tarpeittesi näkökulmasta. Käytä arviointiperusteina erityisesti arvioitavien olosuhteiden ja palveluiden laatua, määrää ja saavutettavuutta omasta näkökulmastasi

■ Erittäin tyytyväinen ■ Melko tyytyväinen ■ Melko tyytymätön ■ Erittäin tyytymätön ■ En osaa arvioida

Naiset / MÄNTTÄ-VILPPULA

Naiset / KOKO AINEISTON KA.*



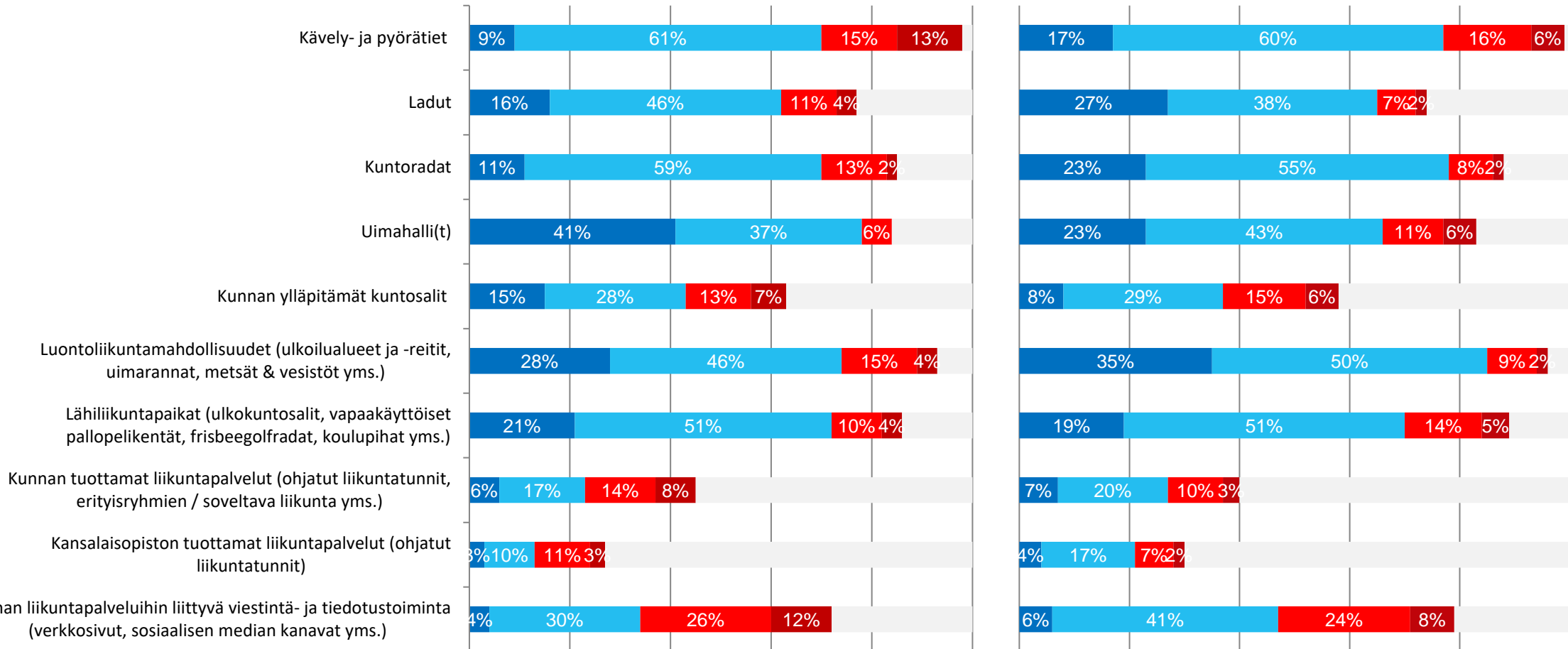
KUNNAN LIIKUNTAPALVELUIDEN ARVIONTIA

Kysymys: Kuinka tyytyväinen olet kuntasi nykytilanteeseen alla mainittujen liikkumiseen ja liikuntaan liittyvien olosuhteiden ja palveluiden osalta? Arvioi asioita vain OMAN liikunta-aktiivisuutesi ja tarpeittesi näkökulmasta. Käytä arviointiperusteina erityisesti arvioitavien olosuhteiden ja palveluiden laatua, määrää ja saavutettavuutta omasta näkökulmastasi

■ Erittäin tyytyväinen ■ Melko tyytyväinen ■ Melko tyytymätön ■ Erittäin tyytymätön ■ En osaa arvioida

Miehet / MÄNTTÄ-VILPPULA

Miehet / KOKO AINEISTON KA.*



KUNNAN LIIKUNTAPALVELUIDEN ARVIONTIA

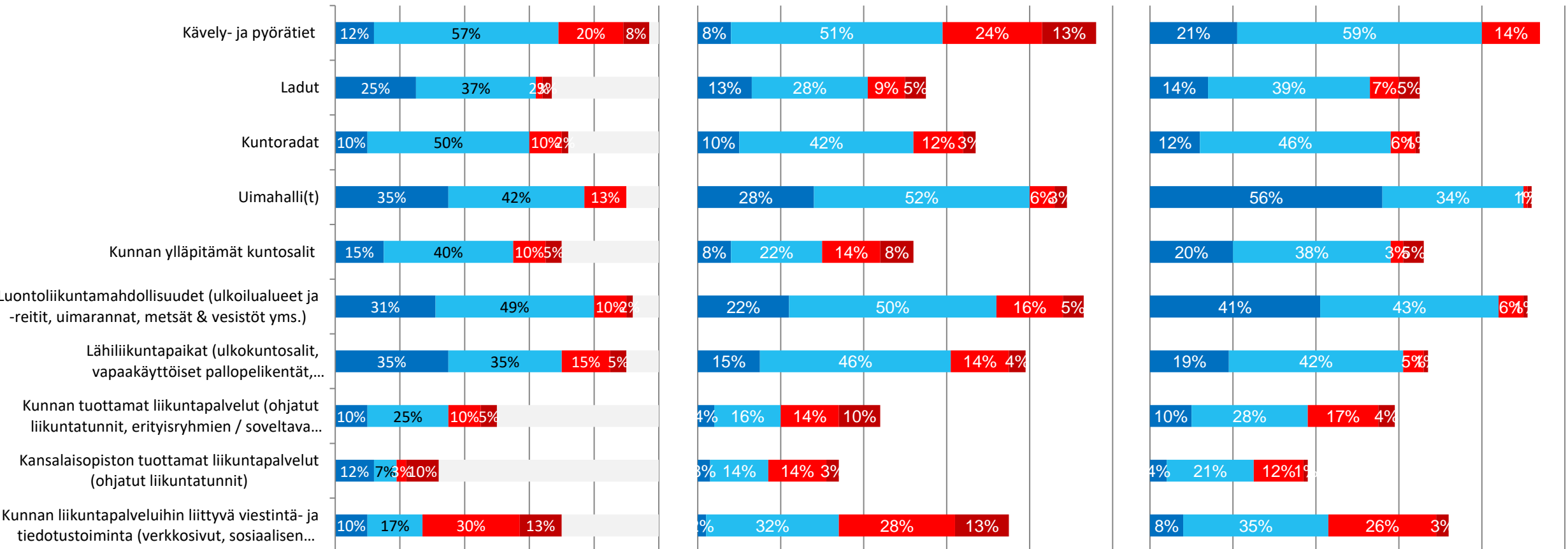
Kysymys: Kuinka tyytyväinen olet kuntasi nykytilanteeseen alla mainittujen liikkumiseen ja liikuntaan liittyvien olosuhteiden ja palveluiden osalta? Arvioi asioita vain OMAN liikunta-aktiivisuutesi ja tarpeittesi näkökulmasta. Käytä arviointiperusteina erityisesti arvioitavien olosuhteiden ja palveluiden laatua, määrää ja saavutettavuutta omasta näkökulmastasi

■ Erittäin tyytyväinen ■ Melko tyytyväinen ■ Melko tyytymätön ■ Erittäin tyytymätön ■ En osaa arvioida

Alle 35v / MÄNTTÄ-VILPPULA

35-65v / MÄNTTÄ-VILPPULA

Yli 65v / MÄNTTÄ-VILPPULA

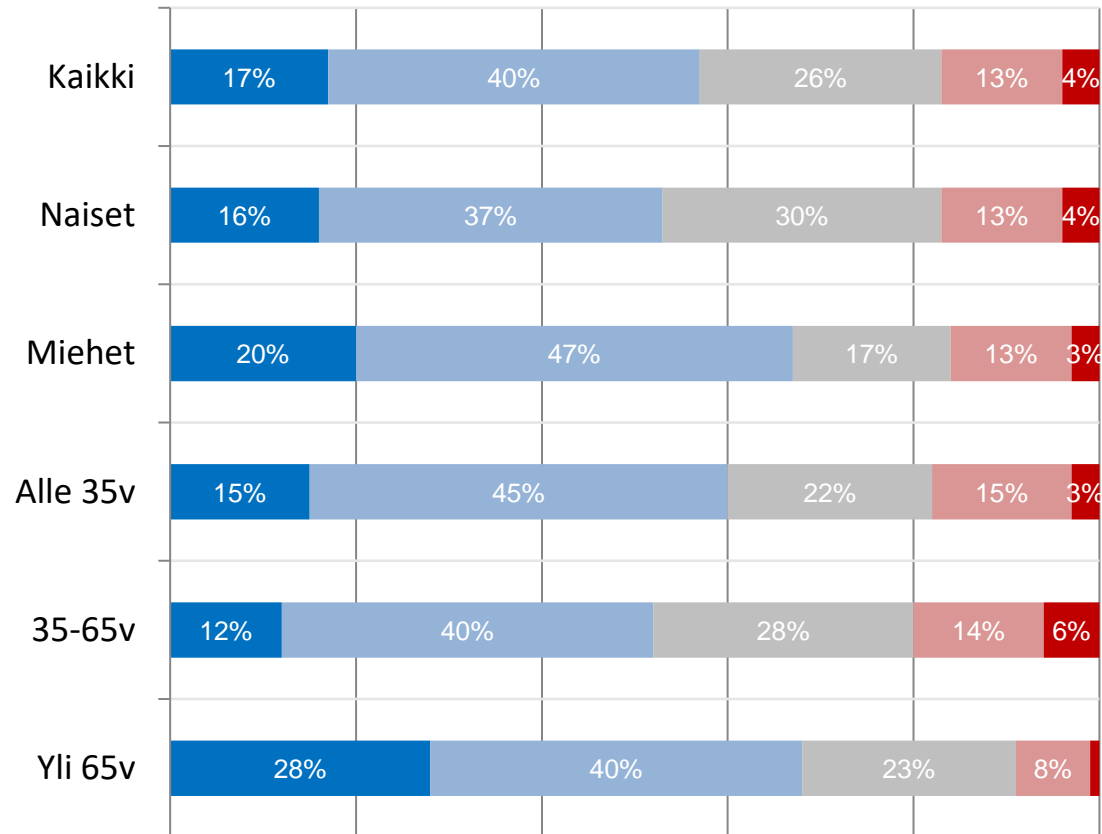


KUNNAN LIIKUNTAPALVELUIDEN KOKONAISARVIONTI

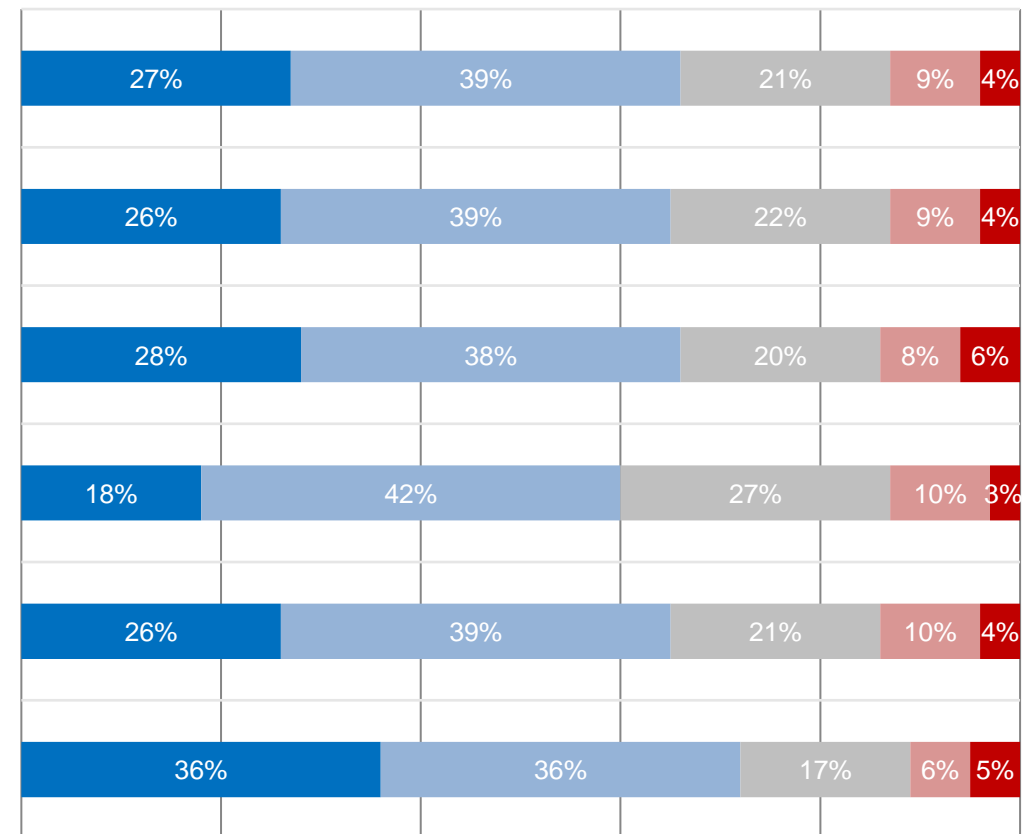
Kysymys: Miten arvioit kokonaisuudessaan kuntasi asukkaille tarjoamien liikuntapalveluiden ja -olosuhteiden nykytilaa? Pohjaa arviosi siihen kuinka ne vastaavat OMIa tarpeitasi.

■ Kiitettävä (kouluarvosana 9-10) ■ Hyvä (kouluarvosana 8) ■ Tyydyttävä (kouluarvosana 7) ■ Heikko (kouluarvosana 6) ■ Huono (kouluarvosana 4-5)

MÄNTTÄ-VILPPULA



KOKO AINEISTON KA.*



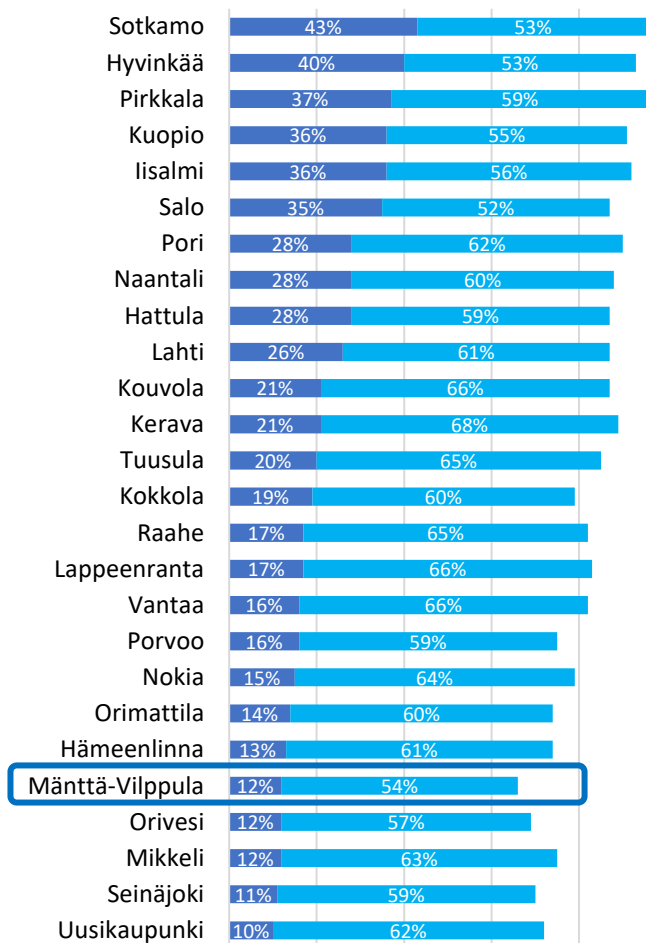
*Vuonna 2023 toteutetun 15 kunnan asukaskyselyn keskiarvo

Liikuntapalveluiden arviointien kuntavertailut

Liikuntapalveluiden eri osa-alueiden kuntavertailua (Toteutettu Liiketunnistin.fi aineistoilla)

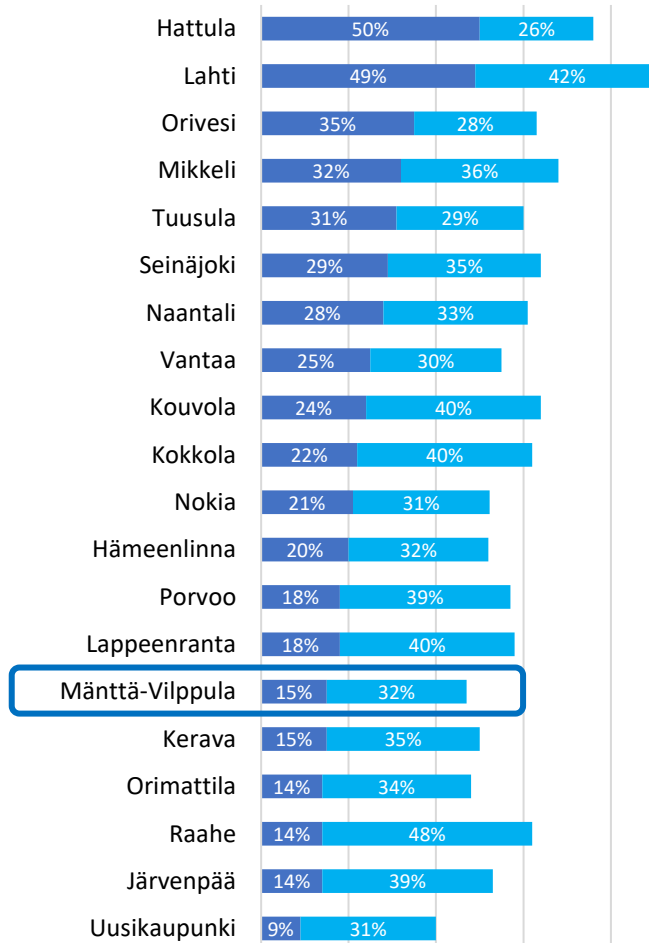
Kuntalaisten tyytyväisyys KÄVELY- JA PYÖRÄTEIHIN

■ Erittäin tyytyväinen ■ Melko tyytyväinen



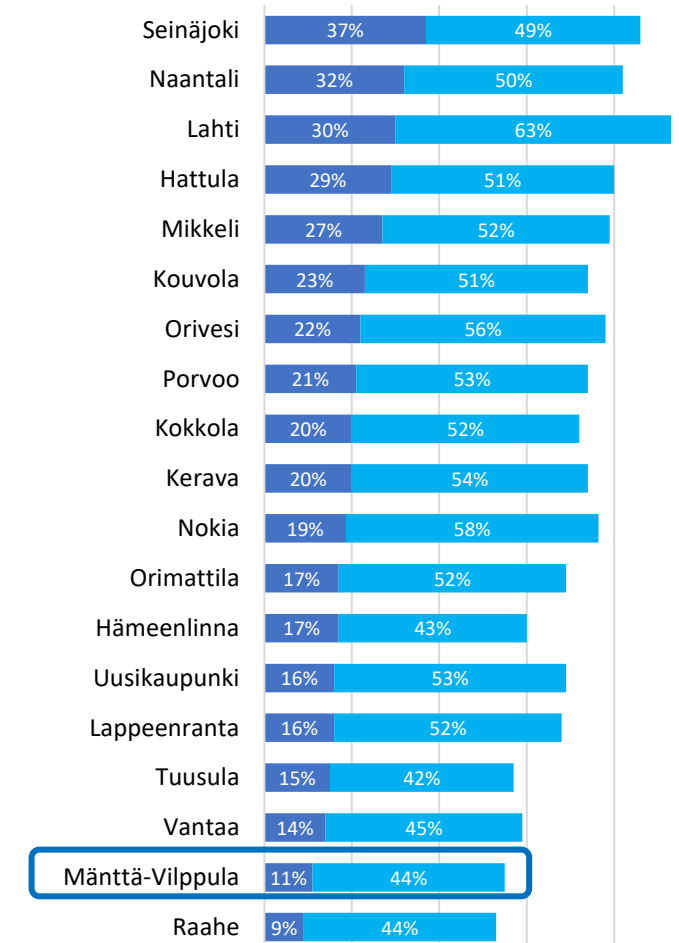
Kuntalaisten tyytyväisyys LATUIHIN

■ Erittäin tyytyväinen ■ Melko tyytyväinen



Kuntalaisten tyytyväisyys KUNTORATOIHIN

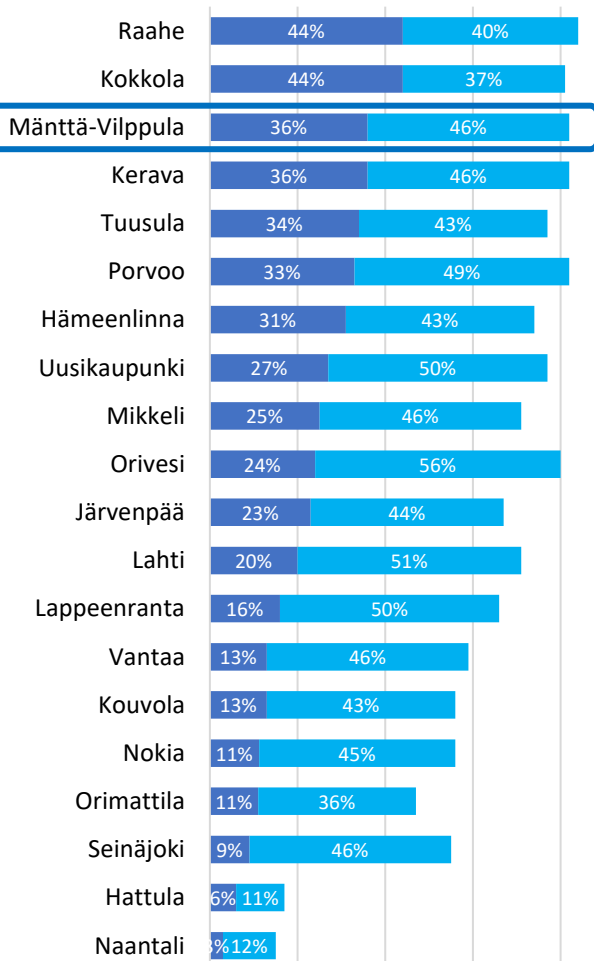
■ Erittäin tyytyväinen ■ Melko tyytyväinen



Liikuntapalveluiden eri osa-alueiden kuntavertailua (Toteutettu Liiketunnistin.fi aineistoilla)

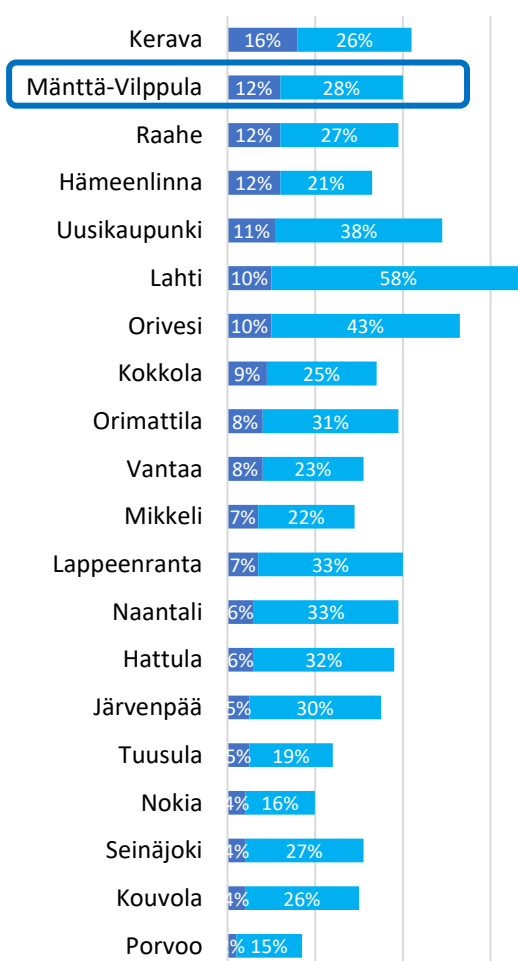
Kuntalaisten tyytyväisyys UIMAHALLEIHIN

■ Erittäin tyytyväinen ■ Melko tyytyväinen



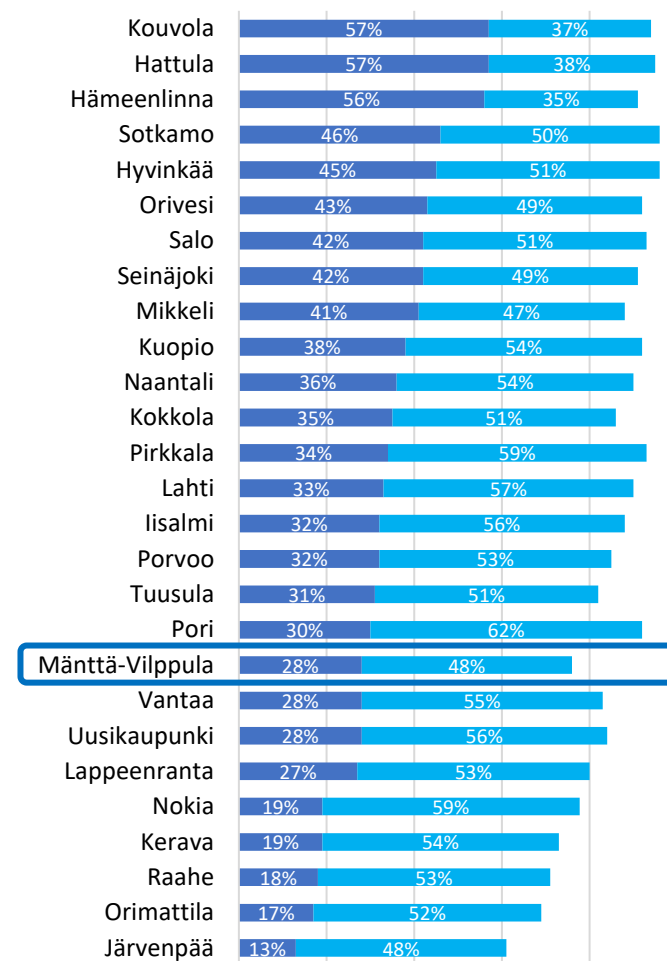
Kuntalaisten tyytyväisyys kunnan ylläpitämiin KUNTOSALEIHIN

■ Erittäin tyytyväinen ■ Melko tyytyväinen



Kuntalaisten tyytyväisyys LUONTOLIIKUNTAMAHDOLLISUUKSIIN

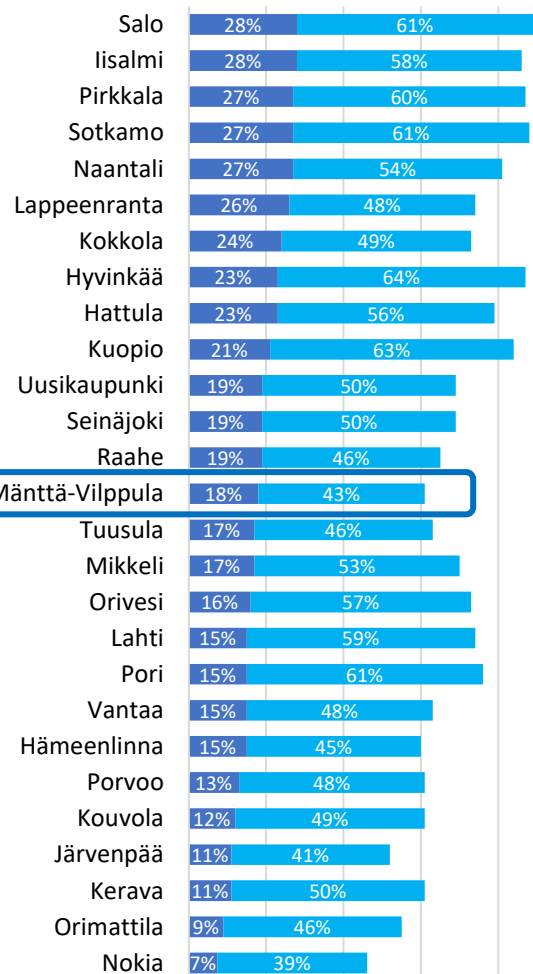
■ Erittäin tyytyväinen ■ Melko tyytyväinen



Liikuntapalveluiden eri osa-alueiden kuntavertailua (Toteutettu Liiketunnistin.fi aineistoilla)

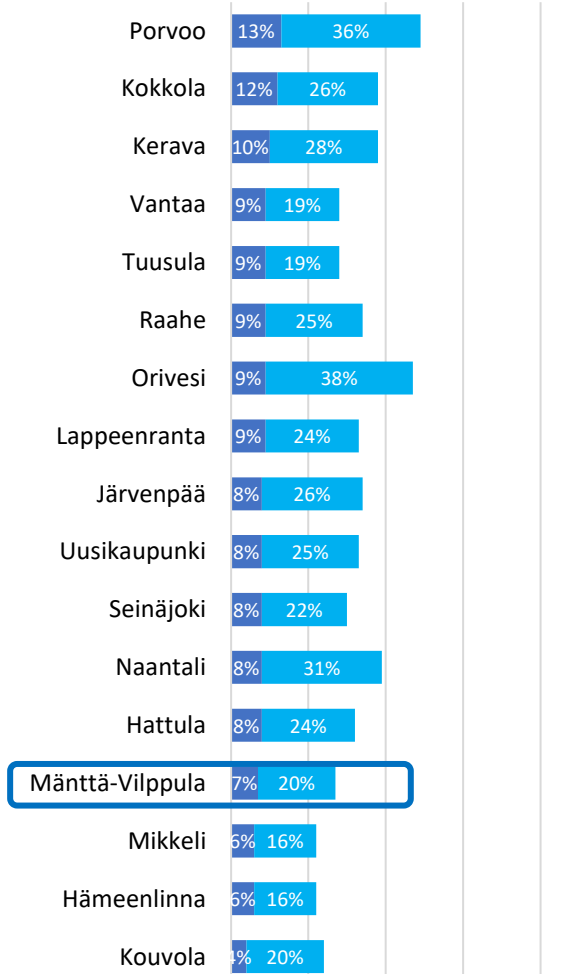
Kuntalaisten tyytyväisyys LÄHILIIKUNTAPAIKKOIHIN

■ Erittäin tyytyväinen ■ Melko tyytyväinen



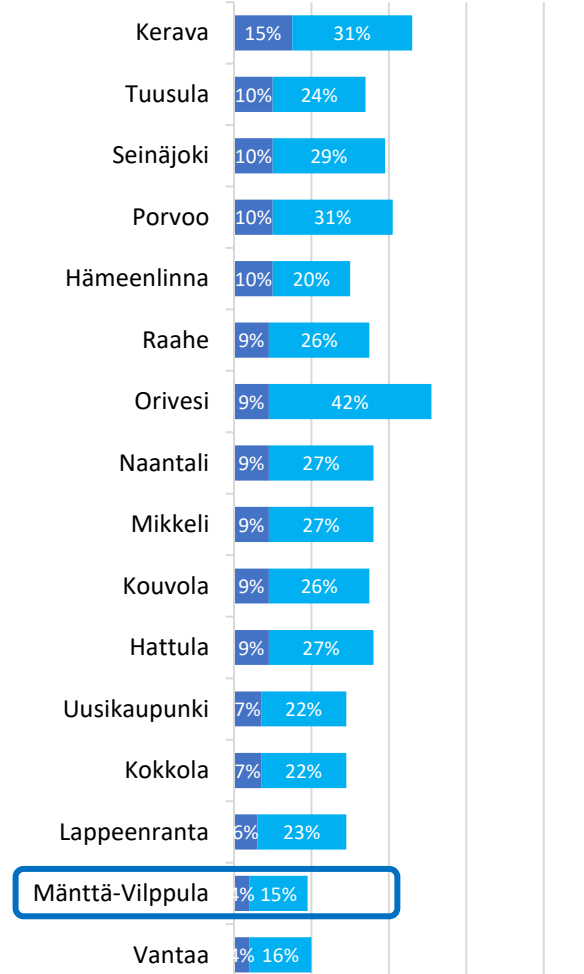
Kuntalaisten tyytyväisyys kunnan tuottamiin ohjattuihin LIIKUNTAPALVELUIHIN

■ Erittäin tyytyväinen ■ Melko tyytyväinen



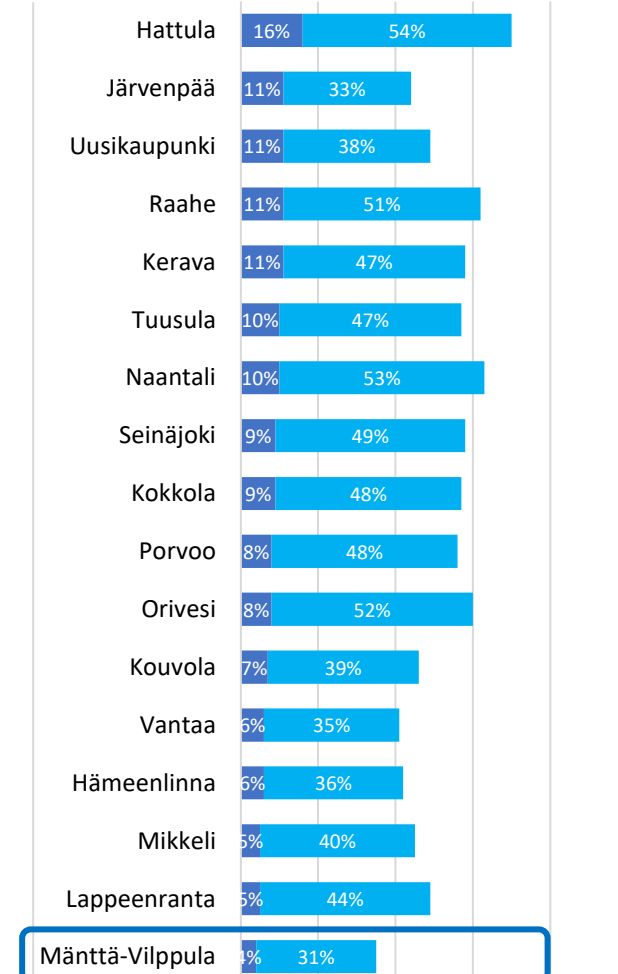
Kuntalaisten tyytyväisyys KANSALAI SOPISTON LIIKUNTAPALVELUIHIN

■ Erittäin tyytyväinen ■ Melko tyytyväinen



Kuntalaisten tyytyväisyys VIESTINTÄ-TIEDOTUSTOIMINTAAN

■ Erittäin tyytyväinen ■ Melko tyytyväinen



Liitteet

1. Kysymys Mänttä-Vilppulan liikuntaan liittyvistä vetovoimatekijöistä
2. Asukaskyselyn omat toiveet- osio

1. Mikä on mielestäsi oman kotikuntasi liikuntaan tai urheiluun liittyvä ERITYINEN / PARAS VETOVOIMATEKIJÄ. Eli esim. mitä liikuntapaikkaa / -paikkoja, liikuntapalvelua tai urheilutapahtumaa tms. ensimmäisenä korostaisit paikkakunnalle muuttoa harkitsevalle tai matkailijalle?

Vastaajien määrä: 247

Vastaukset
Kuntosali on onneksi ilmainen 65 v täyttäneille
Suurin osa liikuntapalvelut ja -mahdollisuudet ovat lähellä. Luontoon liikkumaan pääsee helposti - yksin, yhdessä ja/tai koiran kanssa.
Uimahalli
Bumtrack, jäähalli
Uimahalli, sisäliikuntapaikat
Itselleni tärkein (ainoa) pyöriteiden lisäksi on uimahalli ja kun se on kohtuuttoman paljon kiinni, suhteutettuna hankinta ja ylläpitokuluihin, se tuntuu haaskaukselta.
Uimahalli, jäähalli
vuorenmajan ympäristön luonto
Hyvät ulkoilumaastot, vesistöt, puhdas luonto
Kuntosalit, etenkin Kolhon hyviä. Uimahalli oikein hyvä.
Luonto
Uimahalli
Uimahalli
Jäähalli, uimahalli
Uimahalli, jäähalli, kuntosali
Uimahalli
Hyvät, tasaiset ja monipuoliset kävely/juoksureitit, Mäntänvuoren hienoa aluetta unohtamatta. Puhdas ilma ja kaunis luonto. Paljon järviä, kesällä hyvät uintimahdollisuudet, talvella hiihtomahdollisuudet jäällä. Taidesaunan hieno elämysmaailma.
Asuin Helsingissä 45 vuotta. Hkiin verrattuna Mänttä-Vilppulassa on paljon rauhallisempaa ja turvallisempaa pyöräillä ja kunnan lumiset talvet hiihtää hyvissä olosuhteissa ja paljon puhtaammalla lumella kuin pääkaupunkiseudulla, jossa suksen pohjia pitää puhdistaa lähes jokaisen hiihtokerran jälkeen eli aivan toisin kuin täällä. Lähistöllä on myös monta isoa järveä, joiden jäällä on nyt kevättalvella ollut upea hiihtää. Suomenlahdella jäätilanne vaihteli kovasti eri talvina. Yksi plussa on eläkeläisille ilmainen kuntosalikortti Vilppulan urheilutalolle. Uimahalli on vaimon mukaan laadukas. Suositella voi Mäntänvuoren ulkoilureittejä, Lydia Widemanin portaita ja nousua näkötorniin katselemaan näköaloja. Samoin voi suositella Pohjaslahden palellusvuorelle reittiä ja kauniita näköaloja tornista. Paras vetovoimatekijä on varmaankin luonnon läheisyys. Tosin sama vetovoimatekijä on kyllä Keuruulla, Jämsässä, Virroilla, Ruovedellä ja Juupajoellakin... Tämä on upea, luonnon kaunis järvisyys!
Uimahalli
uimahalli, Parkkivuoren u-talo
Uimahalli, jäähalli, ratsastustalli
Uimahalli
Luonto
Uimahalli sekä lenkki- ja lenkkipaikat.
Monipuolisuus, varaa valita luonto, golf-radat, yleisurheilu(kenttä), uimahalli, liikuntatilat(urheilutalo), jäähalli+ulkokaukalot, hiihtoladut(kehittämistä). ym. kuten tenniskentät, pump-track rata, ampumarata Pollarissa. Ravirata hevostelijoille jne. Oma tarve täyttyy uimahallin käytöstä, ohjattu vesijumppa+uinti. Hiihtoladuista, kuntosalista ja juoksuradasta.

JÄÄHALLI ilman muuta Suomen mittakaavassa erityisen hyvä ja TEKONURMI myös
Jäähalli
Mäntänvuori
Uimahalli
Uimahalli, jäähalli, fresbeeradat
Lätkä
mäntän ravit pyörällä paikalle
Uimahalli
Jäähalli, Yleisurheilukenttä, Lentopallovalmennus
Hyviä kävelypaikkoja on paljon. Uimahalli.
Jäähalli, uimahalli liikuntapaikoiheen, tenniskenttä, Runttimäen liikuntapuisto, Urheilukenttä Vilppula portaineen . Avantiuintimahdollisuus.
Vilppulan urheilutalon hiihtolatu ja kuntoportaat. Kolhon urheilukenttä ja tenniskenttiä. Kolhon kuntosali on ehdottoman tärkeä paikka monille kaikenikäisille.
Mäntänvuori
Ulkoilumahdollisuudet
Täällä on paljon liikuntamahdollisuuksia, eri yhdistysten.
Kuntosali, uimahalli. Kesällä Mäntänvuoren polut ja runttimäen rappuset.
Joukkuelajit, kuten jääkiekko ja lentopallo.
Parkkivuoren kuntosali aivan ykkönen!
Jäähalli
Jäähalli/uimahalli. Kyläkeskuksien valaistut ladut.
Mäntän vuori
Mäntän vuoren liikunta polut
Uimahalli
-
Uimahalli
Luontopolut. Lemmenpolku, Mäntän vuoren ”radat”
Vilppulan urheilukentän ympäristön kuntopolut ja portaat
Uimahalli
Luonto
Tiivis paikka urheilla eli kaikkea lähekkäin -> helppo monipuolistaa
Kunnan kokoon nähden hyvä ja monipuolinen infra. On latuverkkoa, jäähallia, pururataa, jalkapallo- ja tenniskenttää, kuntosalia ja muuta. Ja kuntoilumahdollisuudet ovat hyvin edullisia verrattuna isompien paikkakuntien hintoihin.
Luonnossa liikkuminen
Hyvin hoidetut ladut.

Uimahalli sekä jäähalli
UIMAHALLI SOPII VAUVASTA VAARIIN JA LIIKUNTARAJOTTEISILLE!
UIMAHALLI
Uimahalli, vähät mutta hyvät ulkokuntosalit... Mänttä -Vilppula välille saisi varmaan maratonin?
Mäntän uimahallista länteen on nättiä metsätietä juosta.
Pumptrack rata ja uimahalli
Parkkivuoren kuntosali!!!
Mänttä-Vilppulassa monipuoliset liikunta- ja urheilumahdollisuudet kohtuuhintaan.
Avantouintimahdollisuus
Lentopalloa Parkkivuoreessa.
Mäntänvuoren luontopolut
Vinyyn kuntonyrkkeilytunnit, frisbeegolf-rata, vesistöt
Golf- ja frisbeegolfkenttä, runsaasti vesistöjä, hyvät kevyen liikenteen väylät
en osaa sanoa
Uimahalli, pyörätiet, luontopolut, joenniemen ympäristö ja polut, uimarannat, kesällä urheilu ym. Ulkoilma ja tori ja tapahtumat, frisbeerata ja luistelukentät
Kaikki on lähellä ja ilmaista tai edullista
Liikuntapaikat, ampumarata, uimahalli, pyörätiet, kävelytiet, frisbee, keila ym kaikki urheilukenttä ja hiihtomahdollisuudet
Uimahalli, skeittiparkki, frisbeegolf, kaupungintalon takainen leikkikenttä
Luonto, uimahalli, yleisesti kaikki liikuntapaikat
Uimahalli, tarjonta lähentelee kylpylätasoa
Uimahalli, frisbeegolf-rata
Uimahalli/vesijumppat, Parkkivuori kuntosali ja ladut ja pururata. Vilppulan naisvoimistelijat ja kansalaisopiston jummat
Uimahalli, Parkkivuori kokonaisuudessaan, jäähalli, liikuntareitit luonnossa ja Kolhon kuntosali
Uimahalli, kuntosali, ulkoilureittejä, uimarantoja, avantouintipaikkoja
Uimahallin liikkumiseen innostavat ohjelmat ja tasokas kahvi, pukukopit, uima-allastilat
Monipuolinen tarjonta. Jäähalli on paikkakunnan kokoon nähden erinomainen.
Skeittiparkki, uimahalli, ulkoilualueet
Uimahalli
Jäähalli
Luonto, Vilppulan kosken seutu
Mäntän uimahalli, Mäntän vuoren erityisyys
Sykkeen jummat. Uimahalli Liike-kuntosali (oma varallisuus ei sinne riitä)
Vesijumppa
Todella monipuolinen valikoima liikuntamahdollisuuksia.

Hyviä seuroja paljon
Liikuntapaikat on helposti saavutettavissa
Uimahalli on hyvä ja toimiva
Uimahalli , Jäähalli..Mäntänvuoren ulkoilureitit. kuntosali.
Mäntänvuoren ulkoilualueet, uimahalli
Uimahalli/Mäntänvuoren luontopolut/ Jäähalli ja aktiiviset urheiluseurat.
Uimahalli hyvä, jäähalli, frisbeegolf-ratoja, hyvät ulkoilumaastot.
Uimahalli.
Kolhon kuntosali ja lemmenpolku
Uimahalli, ulkoilureitit.
Lentopallohalli
Frisbeegolf
ei mitään suositeltavaa
Jäähalli
Uimahalli
Saa iliman pelata tennistä parkkivuoressa
Luonto
Huippu hyvä uimahalli
uimahalli, pump track-rat, Mäntänvuoren ulkoilualue
Luonto. Uimahallin ohjatut vesijumpat. Kuntosali ilmainen yli 65 vuotiaille.
Esim.kuntoilu/ liikuntapaikat
Uimahalli, kuntosali
Mäntänvuori on kiva paikka
Uimahallin olemassa oloa, jos palvelu siellä olisi kunnossa. Jäähallia ja kiekkotoimintaa. Ulkoliikuntapaikkoja ja luontoa. Uimapaikkojen moninaisuutta, näitä saisi virallistaa enemmän.
Luontoa, toki sen mahdollisuuksia ei ole hyödynnetty
Uimahalli ja retkiluistelu
Mäntänvuoren polut
Luonnossa liikkuminen
Taidekaupunkiin voisi talvella saada houkutelua matkailijoita parantamalla hiihtolatujen kuntoa esim.mäntän klubi sijaitsee lähellä vuoren latuja ja näin majoittujat voisivat harrastaa ulkoliikuntaa hyvinkin lähellä majoitusta.
Mäntänvuori
Mäntänvuori
Upea luonto ja mahtava järvi
Upea luonto
ei meillä mitään erityishehkutettavaa ole, mutta monipuolisesti pystyy harrastamaan

Uimahalli
Edulliset sisäliikuntavuoro hinnat on ainakin positiivinen asia, toivottavasti tappiollista jäähallia ei aleta maksattaan muiden lajien kustannuksella. Jääkiekkoilijat maksakoon hallinsa itse!
Luonto liikuntapaikkana on lähellä joka paikassa täällä.
Uimahalli on hyvä
Frisbeegolfradat, etenkin vilppulan uusi rata. Uimahalli
Uimahalli, jäähalli, uimarannat, Mäntän vuori, ym.
Hyvä monipuolinen uimahalli, samoin jäähalli
Palvelut hyvin saavutettavissa. Uimahalliin tai vaikka matalan kynnyksen kiekkovuorolle pääsee jäähalliin ihmisten aikaan. Luontoa ja vettä riittää.
Jäähalli.
Monipuoliset liikuntamahdollisuudet, hyvä uimahalli,
Mäntänvuori
En osaa sanoa
Luonto on lähellä, mutta talvella sinne ei koiran kanssa pääse.
Uimahalli
Luonto
Täällä on hieno jäähalli, ja sen läheisyydessä frisbeegolfrata ja pumptrack sekä myös uimahalli
Kotikaupungissani, erityiset liikunta- ja urheilua houkuttelevat tekijät voivat sisältää:
1. Urheiluinfrastruktuuri: Tämä on tärkeä tekijä sekä paikallisten asukkaiden että matkailijoiden houkuttelemiseksi. Korkealaatuiset ja moderneilla varusteilla varustetut kuntosalit, sulkapallokentät, tenniskentät, jalkapallokentät ja kuntosalit voivat lisätä vetovoimaa urheilun ystävien keskuudessa.
2. Urheilutapahtumat: Urheilutapahtumien järjestäminen, kuten pyöräilykilpailut, jalkapallo-ottelut, golfturnaukset tai jopa hyväntekeväisyysjuoksut, voi herättää paikallisten asukkaiden ja matkailijoiden kiinnostuksen.
3. Luonnonmaisemat liikuntatoimille: Jos kotikaupungissani on kauniita luonnonmaisemia ja sopivia paikkoja aktiviteeteille kuten vuorikiipeily, pitkät kävelyretket tai maastopyöräily, tämä voi olla erityisen houkuttelevaa.
4. Yhteisölliset liikuntatoiminnot: Liikuntatuntien järjestäminen, kuten jooga, zumba tai ulkona tapahtuvat ryhmäharjoitukset, voivat tarjota mahdollisuuksia yhteisön jäsenten tapaamiselle ja vuorovaikutukselle, houkutellen paikallisia asukkaita ja matkailijoita osallistumaan näihin aktiviteetteihin.
5. Urheilupalvelutuki: Urheiluvälineiden myyntipisteet, vuokrauspalvelut ja terveys- ja ravitsemuspalvelut ovat myös tärkeitä tekijöitä vastatakseen sekä paikallisten urheiluyhteisön että matkailijoiden tarpeisiin.
Uimahalli, lenkkipolut järven rannoilla ja ulkona olevat kuntosalilaitteet.
Uimahalli
Urheilutalo ja kenttä. Uimahalli ja jäähalli. Talvisin hiihtoladut ja ulkoluistelukentät. Kunto portaat.
Uimahalli.
Urheilutalo
Pump track tuo huomiota mutta se ei ole kaikille liikunnanharrastajille sopiva
Uimahalli
Uimahalli

Kysyisin, että mikä on se laji, mitä et täällä pysty harrastamaan
Frisbeegolf, uimahalli, jäähalli, tenniskenttä kesällä, keilahalli, yksityinen kuntosali 2 kpl ja kaupungilla 2 kpl, Mäntän vuoren rappuset ja upeat lenkkimaastot siellä ja Keuruselän rannoilla ja Vilppulan kosket kalastus ja lenkkipolut. Urheilukentät Mäntän ja Vilppulan puolella, talvijäätä samoin. Upesta Keuruselkää veneillä ja kalastaa, samoilla ja retkeillä saarissa jne. Gösta Serlachiuksen alue upeaa kävelyreittiä Taavetinsaareen jne ja sieltä lähtee Lemmenpolku joka menee Honkahovin läheltä keskusta, upeat maisemat ja Göstalta saa myös pyörät lainaksi. Taidetta ympäri Mänttää vaikka pyöräillen, Gösta ja Gustaf. Mäntän Klubi upea pyöräily/kävely kohde tai toki autollakin nämä kaikki. Kesällä Serlachius bussi kuljetukset Ti-Su joka pv ja kuljetus sillä paikkakunnalla, pyörät oivat välineet tms. Uusi pyöräily skate miljöö juuri rakennettu. Vuorenmajalle kaffeelle kun lenkkeilet Vuoressa ja Vuoren katselutorni rakennettu uusi, voi tulla katsomaan ja paljon jäi vielä poisikin 🥰🥰🥰
Jäähalli, frisbeegolf
Luonto,talvisin hiihto,kesäisin vesistöt(soutu,kalastus).
Jäähalli ja uimahalli
luonti , vla urheilutalo
Luonto, mahtavat lenkkeily ja pyöräilymahdollisuudet,
Lähiluonto, Urheiluun ei pääse ulkopuoliset millään tapaa mukaan tai heidät syrjäytetään joukkueesta/toiminnasta. Ellei ole aikaisempaa meriitiä.
Uimahalli , hyvät uimarannat ja lenkkeilyalueet
Mäntänvuori
Uimahalli on kiva. Uimarannat on kivoja. Molemmat ovat sopivia myös lapsille
Uimahalli, pyörätiet
Liike Mänttä ja uimahalli
Boccia
Parkkivuoren ladut, tekonurmikenttä, jäähalli ja uimahalli
En osaa sanoa
Luontopolut ja uimahalli
Lyhyet matkat liikunta- ja urheilupaikkoihin.
Uimahalli
Jäähalli.
Jäähalli
Hyvät ulkoilumaastot, uimahalli, jäähalli.
Uimahalli
Halpa kuntosali verrattuna moneen muuhun.
Kolhon kuntosali ja liikuntahalli hyviä Kolhon kaunis luonto ja metsät . Puhdas ja kaunis kaupungin paras uimaranta.
Mäntänvuoren reitit ovat ihania kulkea, mutta paikoitellen hyvin huonossa kunnossa. Olisi mahtavaa. Uimahalli ja jäähalli on suhteellisen hyviä ja niissä järjestetään mukavasti tapahtumia. Tänä talvena olen ollut erityisen tyytyväinen Mäntänvuoren kentän pikkulatuihin, siellä on ollut pienten lasten ilo päästellä. Olen myös ollut erityisen tyytyväinen Miinanhelmen päiväkodin (kiitokset Kulleroille ja Metsätähdille) toimintaan liikunnan osalta, on päästy perustoiminnan lisäksi uimaan, luistelemaan ja hiihtämään sekä metsäretkille.
Mäntänvuoren kuntorata on hyvä.
Eniten itse tykkään uimahallista

Frisbeegolf ratojen määrä ja laatu on hyvä.
Mäntänvuoren luontopolut
Uimahalli, golfkenttä,Mäntänvuori, tennis/padel,avantouinti skeittirata,hihtoladut, luistelurara, ratsastus..
Jäähalli ja uimahalli
Uimahalli, ladut
Skeittipuisto, uimahalli
Uimahalli !
Jäähalli, uimahalli
Uimahalli
Hyvät ulkoilupaikat
Jäähalli ja uimahalli
Uimahalli
Uimahallia suosittelisin, vaikken ole vielä itse käynyt.
Luonto
Uimahalli
Jäähalli, uimahalli, jalkapallokentät
Ulkoilu mahdollisuus/maastot,yleensä luonto,vesistö
Lemmenpolku
Jäähalli, pump track-rata, ratsastuskoulu
Mäntänvuoren ulkoilureitit ja ladut, kolhon kuntosali!
Hyvä latuverkosto!
Avantouintipaikat hyviä.
Vesistöt
Uudehko jäähalli
Olen käynyt vain uimahallin vesijumpassa, joten sitä suosittelisin.
Järvet, luonnonvesissä uiminen, suppailu jne puhtaassa Ukonselän vesistössä
Uimahalli
Mäntän vuori, frispiigolf radat, golf kenttä
Kuntosali on edullinen Vilppulassa. Kuntoportaat urheilutalon takana ovat hyvät sopivassa suhteessa reenaamiseen kesä aikana. Mäntävuorella luonnon helmassa lähellä keskustaa on mukava myös liikkua jo nollata arjessa. Myös urheilutalon ympäristössä olevat ladut ovat hyvät eikä maasto ole liian vaikea. Mänttä-Vilppulassa Lentopallon ja jääkiekon parissa on paljon pelejä kauden aikana joita on kiva käydä seuraamassa.
Jäähalli, uimahalli, Mäntän vuori
Frisbeegolf rata
Metsä, luonto

Monia, koska täällä on mahdollista harrastaa miltei mitä lajia tahansa
Ehkä uimahalli vaikken sitä itse ehdikään käyttää.
Loistava jäähalli, kunhan sitä ymmärrettäisiin hyödyntää ja markkinoida enemmän myös ympärivuotiseen käyttöön
Todella hyvät mahdollisuudet kaikkeen.
Korostaisin että kotikunta tarjoaa monipuolisia liikuntamahdollisuuksia eri ikäisille.
Pohjaslahden vapaaehtoistyö ja yksityiset liikuntapalvelut.
Monipuolisesti erilaisia urheiluseuroja
Uimahalli ja matalan kynnyksen vesijumppa.
Luonnossa liikkumiseen hyvät mahdollisuudet
Mäntänvuoren metsäpolut ja ladut, Vilppulan Parkkivuoren ulkoilualue. Jäähalli
Lähellä olevat, edulliset harrastusmahdollisuudet
Edullinen kuntosali ja hyvä uimahalli
Ei ole mitään kehumista. Keuruulla asiat paljon paremmin. Voisi kaupunki ottaa siltä suunnalta mallia.
Mäntän Vuori, hyvät ulkoilumahdollisuudet muutoinkin kauniissa luonnossa.
Jäähalli ja mäntänvuori kokonaisuudessaan
Paras on Mäntän Vuoren
Jäähalli
Luontokohteet, uimahalli
Uskon, että mukavuustekijä tulee olemaan huolenaihe, esimerkiksi kuntosaleja rakennetaan asuinalueiden lähelle, jotta asukkaat pääsevät niihin helposti, tai ne rakennetaan suoraan keskustaan.
Mäntänvuori
jäähalli
Kävelyreitit luonnossa, frisbeegolfradat, skeittiparkki ovat aivan loistavia! Kuntosalit hyviä joskin laitteiden laatu alkaa olla jo eilispäivää. Yli 65-vuotiaiden ilmainen kuntosalimahdollisuus hieno.
Mäntän Sykkeen järjestämät ohjatut tunnit.
Mäntänvuoren ja parkkivuoren rappuset
Jäähalli
Jäähalli on ainoa nykyaikainen liikuntapaikka muut mänttä-vilppula liikuntapaikat jääneet 90luvulle
Jäähalli
Ilmainen kuntosali senioreille.
Uudehko jäähalli ja teknurmi ehdottomasti hyviä, uimahalli toimiva.
Uimahalli
Parkkivuoren liikuntakeskus
Mäntässä urheilukeskuksen alue (jäähalli, uimahalli, postinmäki, pump track, leikkikentät) sekä luontopolut ja hiitoladut
Edulliset tai jopa ilmainen tarjonta. Esim jäähallin skettipaikka.
Täysimittainen frisbeegolfrata Vilppulan Parkkivuorella.
Uimahalli, Kolhon frisbeegolf rata.
Vesistö
Uimahalli ja Mäntänvuori

2.OMAT TOIVEET / IDEAT. Onko sinulla kehittämistoiveita / -ideoita kuntasi liikuntaolosuhteisiin, -palveluihin tai muuhun liikkumisen edistämistyöhön liittyen? Kirjaa sellaisia toimenpide-ehdotuksia, jotka voisivat lisätä SINUN liikunta-aktiivisuuttasi.

Vastaukset
Uimahallilla liian pitkä kesätauko tulee kuntoiluun 2,5 kk tauko. (lääkäri on suositellut vähintään 3 krt/vko. Hinta on suolainen pienituloiselle eläkeläisille
Kesäisin olisi mahdollisuus lainata/ vuokrata soutuvenettä, jotta pääsisi soutelemaan - olisi minulle mieluisaa, varsinkin liikkumiseni muutoin olevan huonoa. Lihakset vahvistuisivat, olisi tekonivelelle sopivaa liikuntaa ja piristäisi henkisesti/ mielialaa.
Uusi kuntosali!!!
Uimahallia ei saa lopettaa.
Monipuolisemmat ulkokuntosalit
Jaloista on jo lihaksia kadonnut, kun en uskalla pyöräillä uimahallille. Tampereella (Kangasalla) asuessani pyöräilin Kalevan uintikeskukseen 10 km. aikaa kului paljon, mutta siten sain pidettyä selkäni toimintakykyisenä. 1) Kevyenliikenteenväylä Kolhosta uimahallille 2) Lippujen hintoihin roima pudotus, varasinkin eläkeläisille tai liikuntarajoitteisille, joiden toimintakyky pysyy yllä. 3) Sähkön säästöä kiukaan tehoja laskemalla, ylimääräisen lämmön ohjaaminen altaan veden lämmittämiseen. Kemikaalivapaaseen vedenpuhdistuksessa (otsonointi). Kiukaalle saataisiin aina kuumaa vettä, kun kiuasveden voisi ohjata esim. narusta vetämällä suoraan kiukaalle (lapset eivät polta itseään) 4) Aurinkosähkövoimat ovat nyt halpoja ja rahoitusjärjestelyin tuottaisivat osamaksujensa verran sähköä, jos uimahalli voisi olla kesälläkin auki! Kaikilla ei ole mökkiä ja jossain lasten olisi opittava uimaan. 5) ulkoallas ja vaikka puilla lämpiävä sauna kesäaikana? 6) Yrittäjälle keittiötilojen järjestäminen että kiireiset lapsiperheet jaksaisivat lähteä uimaan viikolla ja viikonloppuisinkin. 7) Edulliset perheliput käyttöön ja käyttöaste ylös!
puistopunttisali Vilppulaan
-
Sama kortti kaikkiin uimahalli käynteihin. Hiihtolatuihin pitää panostaa enemmän, luonto latuja enemmän metsään, ei vain pelto!
Ulkokuntosalille Mäntässä toivoisin lisää kuntoilulaitteita. Jos kaupunkilaiset, myös seniorit, innostuisivat lihaskuntoharjoitteluun sillä olisi suuri ennaltaehkäisevä vaikutus terveyteen.
Muutimme Helsingin vilinästä Mäntän rauhaan elokuussa 2023. Ainoa asia, mitä Helsingistä jäin kaipaamaan, on laadukkaat ulkokuntosalit, joita käytin ympäri vuoden. Ne ovat saavuttaneet Helsingissä ja muuallakin Suomessa suuren suosion. Sen näin omin silmin. Omnigym eli David-laitteet, joita ainakin Helsingissä käytetään, on suunniteltu Suomen ankaraan ilmastoon ja ovat hyvin kestäviä. Itse kaipaisin eniten penkkipunnerruslaitetta. Siinä ei voi selkä kipeytyä kuten pysty- tai viistopunnerruksessa. Eikä painoja voi saada päälleen, kuten Vilppulan urheilutalolla minulle kävi punnertaessani penkiltä liian painavia rautoja levytangolla - onneksi vain hiusmurtuma kylkiluuhun. Jos laitteisiin joskus kertainvestointi Mäntässä tehdään, kannattaa hankkia laitteet, joissa maksimipaino penkkipunnerruksessa on 85 kg (ei 55 kg kuten Keuruun urheilukentän vieressä), ylävedossa 100 kg ja kyykkylaitteessa 90 kg. Ilmeisesti juuri Omnigym-selkälaitteella sain selkäni vahvemmaksi: se on ollut oireeton jo pian 5 vuotta. Hyvä paikka ulkokuntosalilaitteille olisi Miinanpolulla siellä jo olevien kolmen laitteen viereen. Se on viehättävä ympäristö. Niitä laitteita olen käyttänyt viikoittain yli puoli vuotta. Ulkokuntosalilla voi kuka tahansa pistäytyä ilmaiseksi esim. kävely- tai pyörälenkillään. Se voi innostaa pitämään lihaskunnostaan huolta vuosia ja vuosikymmeniä.
Kuntosalia voisi nykyaikaistaa.
Hiihtolatuja liian vähän. Tasainen pitkä metsälatu puuttuu. Ennen oli paremmat hiihto- olosuhteet. . Jäälatuja ei ole moneen vuoteen tehty vedoten jäätilanteeseen.. Kuitenkin Keuruulla on säännöllisesti vuosittain useampia jäälatuja samalla vesistöillä. Uimahalli menee keväällä liian aikaisin kiinni. Lähiuimahallit ovat auki juhannukseen asti. Lisäksi toukokuussa uimahalli menee kiinni niin aikaisin, että työssäkäyvä (virka-aika) ei oikein ennätä uida. Vilppulsn kuntosalin laitteita huolletaan aika hitaassa tahdissa. Tanssin opetusta olisi mukava saada Autere opistolle.
Koirapuistot, koiraladut.

Tasokas ulkokuntosali esim rusinniemeen tai myllyrantaan tai Mäntän päähän kuntosali, koska Vilppulassa ja Kolhossakin on
Uimahallilla on ilmapiiiri tosi kielteinen!
Fresbeegolfrata voisi olla viihtyisämpi.
Paritanssiopetus. Luontolatureitit, Kevytliikenneväylien lisääminen >> pyöräilyturvallisuuden parantaminen. KIITOKSET KULUVAN TALVEN LATUJEN KUNNOSTA PARKKIVUORESSA!
Maastopolkupyöräreittejä pitäisi saada, on kovassa huudossa. Latu reitistöjä voisi hyödyntää tähän tarkoitukseen esim.
Kesällä uimarannat paremmassa kunnossa...
Maastopyöräilyreittejä lisää.
Jäähallin käyttöaika on liian suppea. Uimahalliin kylmäallas
Eip
kunnan punttisali myös mänttään ja maastopyöräreittejä, latuja hinkataan kyllä liikaakin!!!
Uusi kuntosali. Vilppulan sali on ällöttävän pieni ja ahdas, huono ilmanvaihto ja laitteissa parantamisen varaa.
Latupohjien hoito, pidemmän maastolatureitin suunnittelu. Urheilutalon remontti.
Kansalaisopistossa ei ole ollut nyt sopivaa ikäliikuntaa.
Pyörätiet joilla voi myös rullaluistella turvallisesti. Uimahalli saisi olla auki sunnuntaisinkin.
Kolhon erittäin tärkeän kuntosalin laitteiden uusintaa on syytä tehdä vuosittain. Juoksumatto olisi erittäin tarpeellinen sinne. Vilppulan ladun varteen mäen lähelle grillikatko jossa voi syödä eväitä ja retkeillä se kannustaa lapsia liikunnan pariin. Nyt siellä on vain grillausbetonirengas tuulisella paikalla... Jos kolhon koulua lakkautetaan, niin kuntosalin siirto liikuntahallin yhteyteen lisää niiden käyttöstettä ja aktivoi eri tavalla vanhuksia ja nuorempia. Vanheneva alueen väestö tarvitsee hyvät lähiliikuntapalvelut
Enemmän polkuja luonnossa liikkumiseen
Ohjattua kuntosalin käyttöä vanhoille
Kaikki palvelut voisi kerätä yhteen, jotta tieto kulkisi.
"Postimäki" joka talvisin on pulkkamäkenä. Siihen voisi tehdä myös raput. Olisi hieman loivemmat aloittevalle ja muillekin kuntoilijoille. Sopisi hyvin jalkapallokentän ja jäähallin/uimahallin viereen.
Uimahalli auki myös sunnuntaisin! Kävely-/pyöräiteiden parempi kunnossapito (auraaminen, jotta lastenvaunuilla pääsee kävelemään sekä raitiojen paikkaaminen).
Enempi yleisövuoroja halliin ja aukiolo toukokuun alkuunasti
Uimahallin aukioloaikoja tulisi pidentää kevään ja kesän osalta. Joka vuosi jää huhti- ja toukokuun aikana uintikerrat olemattomiksi aktiivi-uimarilla, koska viikonloput halli on pääsääntöisesti kiinni ja arkisin halli menee kiinni niin aikaisin, ettei iltatyöläiset ehdi! Myös kesäkuussa uimahalli saisi olla auki vielä osittain.
Luontoliikunta polkuja/reittejä lisää. Myös maastopyöräily reittejä, karttoja sille. Mänttä- Vilppula yhdyslatu kesäksi polkukäyttöön kävely tai ainaskin pyöräily! Retkihiihto latuja lisää.
Hiihtolatuja viikonloppu hoitaminen joka tällä hetkellä aika huonoa. Tiedottaminen esim latujen hoito
Hiihtäminen : Kun ajetaan ladut, perinteinen/luistelu niin, olisi toivomus = ajettaisiin latu baanat myös La-Su, koska silloin on ihmisillä aikaa käydä hiihtämässä (voisi porrastaa ajamista niin että viikolla työntekijä pitäisi vapaata ja olisi pyhäntöissä töissä) yleensä on viikon vaihteessa ladut/luistelu baanat tukossa, toivotaan, toivotaan...
1) Miesten pukuhuone ja saunaosasto tulisi saada uima-altaan tasolle kellarikerroksesta tai hissiratkaisu. 2) Eläkeikäisten miesten ohjattua kuntoliikuntaa tulisi lisätä (vesijumpppaa kyllä on).
Parkkivuoren kuntosalin laitteet aika "retuperällä" Päällysteet rikkinäisiä ja osin laitteet epäkunnossa.
Vielä lisää ohjattuja ryhmiä myös meille "nuoremmille eläkeläisille" kun enemmän tarjontaa ja testäjä kunhn täyttää

Edullinen seniorikortti ikäihmisille uimahalliin. Esim. Keuruulla vuoden voimassa oleva kortti 65€ jolla voi käydä vaikka joka päivä uimassa ja kuntosalilla.
Mainostaminen
Uimahalliin kylmävesiallas. Joku ryhmäliikuntajuttu olisi kiva, mutta en ole sellaista nyt viime vuosina löytänyt. Oma ajankäyttö lienee suurin este, mutta ehkä jos olisi työssäkäyvälle miehelle jotain (tuntuu, että kansalaisopisto tarjoaa pääasiassa eläkeläisille ja naisille liikuntaryhmiä).
Vuorotyöläisten huomioiminen tunteja suunniteltaessa. Uimahalli auki pisempään kesällä, esim vain heinäkuu kiinni
Hyvät mahdollisuudet omatoimiseen liikuntaan. Ladut hoidettu, kuntoradar hoidettu, merkittyjä pyöräreittejä, jne.
Parannusta voisi tehdä ulkojaiden tekoon sekä ylläpitoon. Myös viikonloppuisin. Latujen hoito viikonloppuisinkin. Itse ainakin osunut viikonloppuna hiihtämään "hoitamattomalle" ladulle.
UIMAHALLI TÄYTY PYSYÄ! PS. MONILIIKUNTARAJOITTEINEN.
???
Ulkokuntosaleille painot.
Hinnoittelu. Ei ole varaa maksaa esim kertakäyntinä uimahallista 7e. Törkeä hinta.
Jalankulkijoille enemmän tilaa kulkea Hopunmäen lenkki. Nyt se on ihan liian vaarallista!
Koirametsä ja metsärata esteineen, talvella mahdollisuus liikuttaa koiraa esim. Potkurilla ja tai vetohiihtomahdollisuus - latuvuoro.
Ulkokuntosaleja voisi tehdä. Paikat voisivat olla kaupungintalon takana olevan lasten leikkipaikan vieressä missä jo muutama laite onkin ja toinen paikka voisi olla parkkivuoressa.
Paikallisista luontokohteista ja -reiteistä on hieman heikosti tietoa saatavilla. Kunnallisista liikuntapalveluista ja tapahtumista on myös hankalaa löytää tietoa keskitetysti.
ohjattua kuntosalitoimintaa ikäihmisille Vilppulassa ohjattua jumppaa ikäihmisille Vilppulassa
65+ -ihmisille ja liikuntarajoitteisille kuntosali, jossa laitteet toimivat paineilman avulla.
Koirapuisto
Kunnan ylläpitämä kuntosali myös Mänttään
Lisää senioreille tarkoitettuja ulkoliikuntapaikkoja. Lisää infoa erityisesti erityisesti senioreille suunnatuista palveluista
Lisää erilaisia jumppia ulkona, sisällä ja uimahallissa. Pelkät ma vesijummat ei riitä. Erilaisia jumppapäiviä/tutustumispäiviä, kuten esim Syke järjestää. Maksan mielelläni ohjauksista
Polkupyöräsuunnistus: n. 20 rastia joka taajaman ympärille -> rasteista kartta kaupungin nettisivuille ja tulostettuna paperille. Rastit teiden varsille ajalle 15.5.-20.8. sen jälkeen karttojen palautus liikuntatoimistoon ja arvonta. Osallistujien kesken ks. vastaava systeemi Akaa.fi-sivuilta. Toimii! Aktivoi pyöräilemään ja lisää kotiseututuntemusta.
Uimahallin kyläallas, pieni riittää. Parkkivuoren ja Serlachiuksen yhdistävät kävely- ja pyörätiet luonnon keskellä. Ammuntaharrastus esille/Pollarin ampumaradan mahdollisuudet.
Kuntoutustapahtumia
Naisten OHJATTUA kuntosalivuoroa kaipaam. Joudun käymään Keuruulla kun täällä ei ole.
Vilppula-Mänttä kävelyreitti mahdollisuuksien mukaan luonnon keskellä.
Painotusta jäähallim hoitoon pitäisi purkaa. Kohtuuton panostus yhteen lajiin, joka ei tavoita läheskään kaikkia ikäryhmiä.
Kylmäallas uimahallilla olisi nykyaikaa.
Ulkokaukalo, tekojää! Metsälatu
Kun eläkeläisille järjestetään liikuntaa, ikää voisi rajata siten,että olisi muukin raja kun +65.
1. Mäntän latujen tekeminen automaattisesti viikonlopun aamuina. 2. Mäntän uimahalliin eläkeläisille ilmainen vuoro / viikko esimerkiksi aamupäivällä. Vastaava tapa on Tampereella (joka päivä arkisin). Nyt lipun hinta on kallis eläkeläiselle ja kerta viikkoon riittää. 3. Mäntän vuoren polkujen kunnostaminen. Vrt.I Mäntän vuoren kirkolle menevä "tie" Vuorenmajalta.

Meille yli 65v. paremman kuntosali mahdollisuudet!
Pidetään liikuntapaikat entistäkin paremmassa kunnossa ympäri vuoden.
Nuorille pitäisi olla enemmän kunnan kautta järjestettyä toimintaa nyt aika suppea
Latujen ja urheilutalon kaukalon pitäminen paremmassa kunnossa ja Vilppulan kuntosalin kehittäminen.
Talvisin saisi hoitaa niin ulkojäiden ,katujen ja hiihtolatujen kunnossapidon myös viikonloppuisin nopeammalla aikataululla. Lisäksi täytyisi esimerkiksi löytää toimivampi tapa latukoneen kускаamiselle paikasta toiseen. kaksi pienempää konetta tai reitti Vilppulasta uimahallille. Lisäksi voisi olla koisanulkoiluttajille jossakin ulkoiluttamisalue. Pysyisi niin pallokentät uimarannat ja pururadat siistimpinä kun on niin paljon koirankakkaa yleensä joka paikassa ja lisäksi on niitä liikkujia jotka todella pelkäävät koiria.
Uimahallissa käynnit yli 70-vuotiaille Mänttä-Vilppulalaisille ilmaiseksi..
Parkkivuoren kuntosalin nykyaikaistaminen, toisin sanoen laitteiden uusimista ja ilmastoinnin parantamista, eteenkin talviaikaan.
Parempi (ajankohtainen) latukartta ja latujen hoito.Esim.jäälatua ei tehty vaikka kartassa merkitty kun taas peltolatu tehty vaikka kartassa toisin kerrottiin.
Latuja lisää myös muualle kuin Mäntänvuoren maastoon. Nyt vain uimahallin luona kilometrin lenkki. Kaikilla ei ole autoa siirtyä suksien kera toiseen päähän kaupunkia.
Uimahalli auki myös maanantaina muillekin kuin vesijumpapaajille. Uimahalli saisi aueta aikaisemmin kuin 14.00 ke ja pe. Ja voisi mennä siten vaikka tuntia myöhemmin kiinni.
Mänttään myös kuntosali joka olisi käytettävissä samalla lätkällä kuin kolhon ja vilppulan kuntosalit. Kesällä pääsee pyörällä hyvin salille mutta talvella on aina mentävä tymeästi autolla. Lisäksi edulliset uimahalli ja kuntosali sairausryhmille, esim astma, diabetes, sydän- ja verisuonisairaille kelakortin numero perusteelle niinkuin monella muullakin paikkakunnalla on joko ilmainen tai halpa. Jos nämä ryhmät liikkuisivat enemmän todennäköisesti helpottaisi terveydenhuollon taakkaa itse sairauden osalta ja vähentäisi ylipainoa.
Mäntän pururata kuntoon. Uimahalli voisi olla avoinna enemmän,myös kesällä ja sunnuntaisin.
Tasaisen maan hiihtolatuja lisää. Talvella järvelle hiihtolatu takaisin!
Puistoliikunta, jooga ulkona joihin voisi mennä pienellä kynnyksellä kaiken ikäiset ja kuntoiset.
Kunnon ulkokuntosali, uimahalliin voisi ottaa vinkkiä naapurikunnista, auraus- ja hiekoitus paremmaksi, niin voisi talvellakin lenkkeillä vapaammin jne...
Jäähallin käyttö mahdollisuus täytyisi saada paremmaksi mutta päättävät elimet ovat sitä vastaan ja eivät tee mitään sen eteen vaan yrittävät kaikin keinoin välttää töitä koskaan ei kukaan ota vastuuta mistään ja ovat lomalla tai sairauslomalla (uimahallilla kahvilla)
Uimahalliin kylmäallas. Avantouintipaikka, jossa SAUNA!
Ohjattu uimahalli liikunta vaihtoehtoisina päivinä. Esim. Viikonloppuisin päivällä ohjattu tutustuminen paikallisiin ulkoilu mahdollisuuksiin.
Kuntosali uimahallin yhteyteen Oikea latukone jolla tehtäisiin kunnon ladut(olisin valmis maksamaan 50€/kausi) eli hyviä yhdyslatuja ettei tarvi autolla rehata suksia
Kunnan pitäisi järjestää liikuntaneuvoja ja ohjausta myös työttömille työkäisille. Liikunnan kautta voisi syntyä myös sosiaalisia kontakteja. Täällä on paljon yksinäisiä ihmisiä. Liikuntaneuvoja palattava kuntaan. Myös painonhallinta ohjausta
Liikuntapaikkoja on lisätty ja kunnostettu - siitä kiitos, mutta vessoja ei ole lisätty ja urheilutilat ovat kiinni viikonloppuisin. Sisään pääsee kuntosaliavaimella, mutta satunnaisilla kävijöillä sitä ei ole. Ladut on hoidettu kiitettävästi ja Parkkivuoren alalenkki on tuonut uusia hiihtäjiä.
Maastopyörä reitit sekä yhteys Kälvin kautta Kolhoon Myös hiihtolatu pohja Mänttä - Vilppula parantaa kesäsin maastopyöräilyyn.
En keksi

Jalka- ja pyörätiet pitäisi ehdottomasti saada parempaan kuntoon. Uudet asfaltit ja parempi kunnossapito myös niihin.
Uimahallissa on aivan liian ahdaskatseinen ja tiukka ilmapiiri ja käytännöt. Erityislapsen kanssa hakeudun mieluummin lähikuntien uimahalleihin, koska siellä huomioitu paremmin esimerkiksi lapsen osaaminen/kyky mennä oman sukupuolen pukuhuoneisiin.
Uimahalli kaipaa kunnan freesauksen Huonoa asiakaspalvelua ja vingutaan lapsille aivan turhasta ja lasten tuleminen eri sukupuolta olevan vanhemman mukaan onnistuu muissa kaupungeissa paitsi täällä ei ikäraja on 7 ja sillä tästä ei voi edes neuvotella.
Moninaisempia ja kivoja ryhmä liikuntamuotoja naisille, lisää virallisia ja kunnossa pidettyjä uimarantoja laitureineen ja eteenkin uimahallissa asiakaspalvelu kuntoon! Asiakkaita kohdellaan tällä hetkellä Mäntän uimahallissa erittäin hallitsevalla tavalla ja useasta suunnasta kuulee palautetta, kuinka asiat ovat menneet nopeasti huonoon siellä; asiakkaille puhutaan ilkeästi, vahditaan aivan liikaa, niuhotetaan pienistä asioista, kiristetään asiakkaita ja jopa vammaiskorttia käyttäviä henkilöitä ei päästetä invapukuhuoneeseen jos ei päällepäin nähtävää fyysistä liikuntavammaa ole. Aivan törkeää käytöstä asiakkaita kohtaan!
Luonto liikkumisen monipuolistaminen
Jäälatujen ylläpito olisi hyvä parannus ja suhteellisen edullinen toimenpide.
Teiden kunnossapito ja uimahallin asiakaspalvelu. Jopa lapset jo jättävät menevät uimahalliin, koska joka kerta siellä saa kuulla muiden edessä kunniansa milloin mistäkin asiasta. Ala-arvoista. Kulkeutuu rahat muihin kuntiin tämän palvelun äärellä.
Jäälauto myös Kolhoon joka vuosi, pyörätieverkosto paremmaksi, esim Vilppula-Kolho välille, voisi kulkea metsäteitä pitkin. Merkittijä patikointireittejä karttoineen. Nähtävyskohteet ja luonnonkauniit paikat esille, esim puun kaatoa Elämänmäen päältä, että maisema näkyisi. Opasteet siisteiksi ja roskien huolto retkipaikoilta.
Vilppulan urheilutalo kuntosalin laitteiden ja ilmastoinnin uusiminen. Ulkokuntoilulaitteita Vilppulaan, Mänttään Myllyrantaan. Mänttään kuntosali vaikka uimahallin yhteyteen. Pyöräily reittien elvyttäminen, melontakursseja, padelkursseja, uusia lajeja...Toimiiiko uimahallin vesijumppaohjelma, ei musiikkia/ääntä???
Hiihtolatujen kunnossapito eli joka päivä nämä olemattoman lyhyet vuoren 3.3 km parkkivuori 3,9 km ja uimahalli n. 1 km ladut pitäisi kunnostaa . Tämä hoituu n 2 tunnissa kun asiaan paneudutaan.
Enemmän ohjattua liikuntaa ryhmissä.
Talvella kiekkokaukalo ulos myös mäntän puolelle
Eläkeläisille enemmän ohjattua liikuntaa ja kuntosali harjoittelua. Ohjattu Vesijumppa voisi olla 2-3 kertaa viikossa.
Kunnostetaan ja siistitään luontopolkuja
Hiihtolatujen parempi kunnossapito myös viikonloppuisin, liikaa myös panostetaan jäähalliin joka vie resursseja muulta liikunnalta
Uimahallissa pitäisi olla ohjattuja vesijumppia myös arki-iltais. Uimahalli voisi olla auki myös maanantaisin tai sunnuntaisin (nyt jää kaksi päivää väliin jos ei käy maanantaijumppissa). Uimahallin pitäisi aueta aikaisemmin kuin vasta klo 14.
Iltta aktiviteettiä ei kaupungissa käytännössä ole, puuttuu sulkapallot, keilaukset minigolfit ym mitä iltais. tai viikonloppuisin tampereella kavereiden kanssa tehdään.
Myllyrannan talviuintipaikan pukukoppi auki huhtikuun loppuun. Uimahallin maksu yli 65 v ilmaiseksi, tai esim. 40 €/vuosi.
Käyn uimahallissa suorittamassa kuntouintia säännöllisesti kaksi kertaa viikossa. Kustannukset tästä ovat seuraavat: 8 x sarjakortti 45/55 € = keskimäärin 400 €, Matka uimahallille ja takaisin omalla autolla (julkista liikennettä ei ole) 50 km = 4400 km. Polttoainekulut yhteensä n. 300 €. Kulut yhteensä noin 700 €. Mainittakoon, että Keuruulla, johon minulla tulee n. 10 km pidempi matka, 70+ eläkeläisen vuosikortti maksaa vain 65 €
Harrastan aktiivisesti hiihtoa. Latujen hoito on surkealla tasolla. Mänttä-Vilppulassa hiihtäjän pahin pelko on lumisade. Toisinaan latuja ajetaan todella hyvin. Joskus ei lainkaan. Itselleni hiihto on niin tärkeä osa elämää, että harkitsen muuttamista kuntaan, jossa tähän panostetaan. Ymmärrän, että rahat ja aika eivät riitä kaikkeen. Sekin olisi paljon, jos ilmoitettaisiin edes yksi latu, joka hoidetaan oli se sitten Mäntässä tai Vilppulassa. Esim, tänä viikonloppuna satoi 10 cm lunta, latuja ei ajettu. Jouduin menemään Keuruulle hiihtämään. Mäntänvuoren laduista etulenkki on remontoitu ja sen onkin hyvä mutta takalenkin voisi kunnostaa myös. Sekä Vilppulassa, että Mäntässä on liikaa isoja puita ladun varrella, jotka tiputtavat loskaa ja roskaa ladulle, ne voisi kaataa. Ja vaihtaa pimeät lamput. Lisäksi toivoisin Vilppulan pyörätien kunnostamista. Uimahallissa kylmäallas olisi mahtava uudistus.
Monipuolisempaa toimintaa, uusia kuntoilijoille suunnattuja erilaisia tapahtumia. Latujen hoidon tehostaminen/latukartan saaminen ajantasalle. Maastopyöräreittien lisääminen (+merkitseminen). Matkaluistelurata jäähallin yhteyteen kuntoradalle.

Parkkivuoren kuntosalin laitteet kaipaisivat kipeästi uusimista. Ulkokuntosali olisi mahtava juttu.
Lapsille lisää liikuntaharrastuksia, Kortepoukamaan leikkikenttä
Painonhallinta ryhmä olisi hyvä. Myös uimahallissa haluaisin käydä mutta yksin ei tule lähdettyä, siihenkin olisi kiva joku pieni ryhmä olla..
Rusinniemen mattolaiturilta seppälään kulkeva polku, voisiko siitä tehdä ympärivuotisen ja hoidetun (talvella myös auratun) kävelytien, myös lemmenpolun auraus olisi hyvä. Kaupungin kuntosali myös mänttään (tyhjiä tiloja löytyy) Sitten se kuuma puheen aihe eli auraus, palkataan pari-kolme työntekijää lisää (yhden palkkahan tulee jos muiden ylityökorvaukset loppuvat) kyllä aurtulla pyörätiellä on mukavampi kävellä viikonloppuisin ja olisihan se mukava keskustelun avaus vastaantulijoiden kanssa "kyllä on taas pojat ajaneet tiet hyvään kuntoon"
-
Maastopyöräilypolkuja toivoisin, etenkin talvella
Polkupyörän vuokrausjärjestelmä: Tämä kannustaa ihmisiä käyttämään polkupyöriä enemmän, erityisesti kaupungeissa, joissa on paljon opiskelijoita, kuten meidän kaupungissamme. Lisäksi tämä tuo voittoa kaupungille.
Tieto selkeämmin verkkosivuille, päivitystarvetta on kun katsoin sisältöä.
Minä olen tyytyväinen tarjontaan en enempää tekisi kuitenkaan.
Ulkokuntolaitteet
Uimahalliin pääsisi myös maanantaina uimaan. Ja muinakin ke, pe ja lauantaina aikaisemmin uimaan.
Enemmän lenkkeily polkuja (esim Mänttä-vilppula väliille pururata), Lemmenpolun talvikunnossapito, kuplahalli jalkapalloilijoille
Liikuntasalien laitteiden kunnossapitoon voisi antaa lisää huomiota
Ei
Aikaisemmassa jo kerroinkin kuntosalien ulkomaalaisten suuren köytön vuoksi huoltoa laitteille pitäisi olla jatkuvasti ja uusiakkin laitteita. Pyörä/kävelytiet kuntoon ja taxiliikennettä tms että maaltakin ihmiset pääsee tekemään muutakin kuin kävelyä tms.
Infoa liikkumiseen ja kuntoiluun kuntotapahtumissa ja tanssin muodossa liikkumisinfoa, sekä laulun.
Kuntosalien huoltoa enemmän kun kävijämääräkin on suurentuneet maahanmuuttajien ja pakolaisten myötä
Vanhemman väestön yhteisiä tapahtumia,kävely,kuntosali,erlaiset pelit.
Kaupungin kuntosalien laitteet eivät ole turvallisia (Kolho, Vilppula). Ne pitäisi kaikki tarkistaa ja huoltaa useammin. Käyttö on lisääntynyt ulkomaalaisten käyttäjien myötä mutta tätä ei varmaan ole huomioitu huollossa?? Kaikesta jo olemassa olevasta kannattaa pitää parempaa huolta. Kuntosaleihin toivoisi myös rahallista panostusta nykyistä enemmän.
tiet ja ladut oaremmaksu
Ulkopunttilaitteita Villpulaan, vaikka Parkkivuorwn alueelle, keskustan ulkopuolelle pyöräilyä hriäottamaan edes toiselle puolelle tietä leveä piennar (pyörä ja kävelytiestä on varmaan turha haaveilla) esim Vilppulan keskustasta Kolhon ja Pohjaslahden suuntaan, 58 tien suuntaan, Ruoveden suuntaan
No ihan jotain muuta kuin sisäpiirille tarkoitettu liikuntaa. Tarjota liikunta vuoroja saleille paikallisille yhdistyksille /yrityksille..
Vanhemmille ihmisille tarkoitettu kuntosali
Mäntänvuoreen olisi jo korkea aika saada kunnan nuotiopaikka/kota/laavu, jota myös koululaiset voisivat käyttää luontoliikunnan ja kokonaisvaltaisen hyvinvoinnin synnyttämiseen.,
Matalan kynnyksen ryhmä esim.luontokävelyille
Luontoliikuntareitti Vilppulan ja Mäntän välille kuulostaa hyvälle
Yhteiset ulkona lenkkeily päivät
Ei
Eniten kaipaam maastopyöräreittejä, metsässä olevia polkuna, jossa olisi myös mäkiä maastoa. Mäntänvuoreessa polkuja, mutta aika juurista maastoa ja sinne ei varmaan voi soraa ajaa. Kälvissä vanhaa latupohja, mutta paljon mutaisia paikkoja missä ei voi ajaa.

Eläkeläisille ilmaiset uimahalli käynnit
Edullisemmat hinnat
Uimahallin käyttömaksut halvemmaksi.
Uimahalli avoinna myös sunnuntaina
Olen kuullut että monikin on sitä mieltä että uimahallin henkilöstö on viime aikoina ollut käytöksessään epäasiallista.
Pyörätie Vilppulaan olisi hyvä. Pyöräily kapeallatiellä on hengenvaarallista. Polvikipuisena parasta kuntoilua.
Mäntänvuoren reitit ovat paikoitellen huonossa kunnossa ja olisi mahtavaa, jos pidemmällä reitillä olisi taukopaikka (laavu tms.) myös vuoren toisella puolella. Lapsille on suhteellisen vähän harrastusmahdollisuuksia ja kun niitä on ne kaikki samana päivänä. Meillä ainakin on kovasti toivottu luistelukoulua (ei kiekkokoulua) sekä uimakoulua. Olisi myös mahtavaa mikäli lasten suunnistus, ns Oravapolku tekisi paluun. Kesän ajalle voisi olla pienillekin lapsille jalkapalloa ja esim. yleisurheilua. Olisi myös mahtavaa, jos talvella kelien ollessa huonot olisi esim. avoimia liikuntasalivuoroja lapsille, jossa pääsisivät vapaasti touhuamaan aikuisten valvonnassa.
Jäähalliin pidempi käyttöaika. Ja sitä voisi käyttää muuhunkin toimintaan esim. tapahtumiin ja konsertteihin.
Uimahallin ilmapiiriä pitäisi parantaa reilusti, eräs valvoja saa pahan mielen aikaan aina kun siellä käy, ja muutenkin on nihkeä fiilis. Jäällä liikkumiseen voisi talvisin panostaa paremmin hoidetuilla reiteillä.
Uimahalliin musiikkia soimaan ja isompi vesijumpparuutu
Vilppulan urheilutalon kunnostaminen olisi ensisijaista. Ulkojään hoito Vilppulassa pitäisi saada paremmaksi. Moni nuori jättää saapumatta paikalle kun ei ole taattua onko jää ajettu lumisateiden jälkeen vai ei.
Hiihtoladut pitää olla talvella kunnossa, myös viikonloppuisin.
Kylmäallas uimahalliin. Keilahallin ja minigolffin peruskorjaus.
Uimahallin saunasta (toisesta) hieman "viileämpi" tai löylyrajoitus: palvelisi sydänsairaita, pieniä lapsia ja näitä meitä jotka eivät kestä kovia löylyjä.
Toivoisin luonto/metsäpolkujen ylläpitoa. Mäntässä on upeita rantamaisemia ja niissä jo olemassa olevia polkuja. Niitä voisi parannella niin että "huonompi jalkaisetkin" pystyisi siellä liikkumaan (esim. sorastusts, märkiin paikkoihin pitkospuita). Tällainen esim. Seppälästä lähtevä polku kohti Virtasalmee tai Myllyrannasta kohti Hiekkalahtea. Lemmenpolku hyvä esimerkki kivasta reitistä. Luontopolkujen läheisyyteen nuotiopaikkoja.
Talvisin retkiluistelurata esim. Uimahallin pururadalle. Uskon että sille olisi käyttäjiä. Erikoisuutena vuoksi toisi varmasti myös positiivista mainosta ja julkisuutta.
Rusiniemessä myös upea puistoalue "unohdettuna" (vanhan lintutarhan luona). Sinne voisi sijoittaa esim. Frisbeegolf koreja (ei rataa, muutamia koreja missä esim lapset voisi harjoitella), ulkokuntosali laitteita tms.
Laavuille polttopuita. Nyt ei tule mentyä koska ei ole puita.
Ei mikään lisää minun liikunta aktiivisuutta mutta ainoa mitä pystyn tekemään on uimahallissa käynti
Perheliikunta
Älkää hassatko rahaa konsulteille!
Ohjattuja tanssitunteja, koreografista jumppaa, enemmän tarjontaa (jota kunnalla ei ollenkaan). Polkupyörien huoltoa tarjolle. Suksihuoltoa/ voiteluneuvoja. Välinelainaamo.
Kolme vuotta sitten tänne muuttaneena, kaipaam monipuolisempaa tarjontaa. Aikuisille street/hiphop tanssitunteja, kuntosalille parempi ilmastointi (kesä kuumalla todella epämiellyttävä treenata ellei pääse heti aamusta)..
Kuntosali ohjaus ja laitteiden läpikäynti EDULLISESTI.
Uimahallin pidempi aukiolo , liian pitkä kesätauko
Maastopyöräily polut. Mäkelänvuoren polutkin mennyt hakkuiden takia huonoksi. Ulkokuntosali pumtrackin viereen.

Ladut/kuntoon eri puolilla kaupunkia,uimahallin siisteys ja laitteet kuntoon sekä savuton kulku uimahalliin (tupakointi kauemmas ovenpielestä on myös huonoa esimerkkiä päiväkodin lasten katsottavaa ja haju leijuu myös päiväkodin pihaan)uimarantojen siisteys ja pukukopit sekä wc, puskapissa ja jopa kakka käynnit ei ole nykypäivää uimarannan läheisyydessä.talvella kävelykatujen liukkaus ja auraus kuntoon.
Ulkokuntosaleja voisi laajentaa ja lisätä niihin laitteita. Uimahalli voisi olla avoinna myös sunnuntaisin/maanantaisin!
Luontoliikunnan kehittäminen!
Uimahallin lippujen hintoja voisi laskea ja aukioloja säätää. Erilaisten varusteiden kuten vaikka kajakkien, soutuveneiden yms vuokraamista/lainaamista. Seinäkiipeilypaikka?
Matalan kynnyksen kuntosali esim. uimahallin yhteyteen.
Juoksumattoja saisi olla kaupungin kuntosaleilla
Kuntosalille juoksumattoja!
Joissain kaupungeissa toimii vapaaehtoisten vetämiä pyöräilyryhmiä senioreille. Sellainen olisi mukava myös täällä. Olen arka lähtemään pyörällä minnekään mutta rauhalliseen tahtiin rennossa porukassa voisi onnistua.
Pyörätie Kolho - Vilppula välille, niin kulkisin töissä polkupyörällä
Lapsille varmasti on harrastuksia, mutta niistä ei oikein saa mistään tietoa kun ei tule kmv lehteä
Maastopyörien/sähköpyörien lisääntymisen vuoksi pyöräilyreittejä olisi hyvä miettiä, vrt. Esim jämsänkoski jossa tehdään talvisinkin pyöräilyuria maastoon. Voisiko miettiä vaikka jonkun pyöräilyjaoston perustamista
Vilppulassa kuntosalilla ei toimi ilmanvaihto. Siellä on myös muutama ns turhalaite/vaarallisesti sijoitettu/telomisvaara. Myöskin pari samaa kuntolaitetta löytyy jotka vievät suotta tilaa. Laitteiden uudelleen sijoittelua voisi miettiä, ehkä tilaakin saisi olla jonkin verran lisää. Joskus porukkaa tungokseen asti. Itse tehnyt kohta 30 vuotta hoitotyötä ja on tärkeää pitää oma lihaskunto jatkossa kunnossa jotta pystyy työssä käymään.
Iltatyöläiselle olisi mahtavaa, jos voisi liikkua ryhmässä aamulla tai päivisin. Useat ryhmät kokoontuvat iltapäivällä/illalla (ryhmäliikuntatunnit, opiston kurssit).
Ulkokuntosali Vilppulaan. Retkeilyreittejä luontoon. Paikka pelata sulkapalloa. Salit on iltaisin varattu seuroille.
Sulkapallon pelaamisen mahdollisuus. Latujen parempi kunnossapito. Pyöräilyreittien merkitseminen karttaan, MTB-reitti
Uimahallin peruskunnostus olisi paikallaan. Laatat irtoilee ainakin naisten pesutiloissa/saunasta ja saumat pesutiloissa ja altaiden luona karun näköiset, tuo erittäin epäsiistin yleiskuvan.
Ladut tulisi ajaa silloin kun on ajamisen tarve - eikä pelkästään ajaa vaan huoltaa ennakkodusti; esim. pinnan rikkominen jääkeleillä. Nyt käyn lähiseutujen laduilla hiihtämässä.
Jäähallia pystyisi hyödyntämään järkevästi myös ympärivuotisesti eikä vain aina vedota kuluihin.
Olen tällä hetkellä erittäin tyytyväinen kunnan liikuntapalveluihin
Pohjaslahden taajaman liikenneturvallisuusjärjestelyt, jotta hurja läpiajoliikenne ei estäisi esim perhepäivähoitolaisten tienylitystä (leikkikenttä ei käytössä koska tien ylitys on vakanäkökulmasta liian vaarallista), lasten pyöräilyä ja muuta vapaata liikkumista yleisen turvallisuuden vuoksi
Ladut on tosi useasti huonossa kunnossa. Viikonloppuisin ladut ajetaan vasta lähempänä puolta päivää, tästä todella iso miinus. Ladut olisi hyvä olla kunnossa aamusta ja että niitä hoidettaisiin useammin.
Luontoreittejä lisää, ohjattua vesijumppaa arki-iltoihin.
Jääkiekkokaukalo jäähallin läheisyyteen, Vilppulan tenniskentälle uusi alusta (nykyinen erittäin liukas, jopa vaarallinen), ulkokuntosali vapailla painoilla.
Varausjärjestelmä kaupungin liikuntapaikoille (jäähalli, liikuntasalit, ulkokentät), että vapaita vuoroja olisi helppo varata ja saisi tilojen käyttöastetta nostettua vapaiden vuorojen osalta esim. vuorojen peruutusten osalta.
Parkkivuoren kuntosaliin juoksumatto, parempi ilmastointi.

Ohjuttua perheliikuntaa sekä tanssiliikuntamahdollisuuksia (aikuisille) saisi olla enemmän (jazztanssi/baletti/lattarit/dancehall jne).
Ulkoliikuntapaikkojen ylläpito luokatonta. Katsokaa vaikka kaupungin frisbeegolftratoja. Osalla radoista makaa vielä rakennusvaiheen puujäte. Ei ilmeisesti tiedetty että radat vaativat myös aktiivista kunnossapitoa, sillä osa radoista kasvaa säännöllisesti umpeen kesän aikana. Onneksi lähikaupungit tarjoavat harrastusmahdollisuuksia
Erilaisia tanssitunteja, pilatesta.
Jäähallin käytön tehostaminen...tällä hetkellä kaupungin taholta sen pyörittäminen on TODELLA SÄÄLITTÄVÄÄ...
Järjestetään enemmän ryhmä: retki päivällä tai Kayakki retki.....
Liikuntaneuvontaa tulisi olla jatkossa tarjolla
Mielestäni kaupunki voi järjestää enemmän toimintaa kannustaakseen ja mobilisoidakseen ihmisiä urheiluun
Ulkokuntosali, laavu--ja retkeilykohteita, sauna avantouintipaikalle
ulkokaukalo jäähallin viereen
Toivoisin, että kuntosalilaitteisiin investoitaisiin. Investointi ei olisi suuri, mutta se kantaisi taas kymmen vuotta eteenpäin. Autereen polku-hanke aivan ykkösluokkaa!
Mielestäni on todella huono asia, että kaupungin päätaajamassa ei ole kunnallista kuntosalia, kun jopa Kolhossa on. Liike on todella kallis ja ei muutenkaan palvele enää ns. tavallista kuntalaisia. Periaatteessakaan en halua maksaa ylihintaista palvelusta. Vilppulaan yli 10 km, joten sinne ei tule lähdettyä. Voisiko kaupunki tehdä yhteistyösopimuksen vaikka Töpinän kanssa? Se on nyt kohtuuhintainen, mutta laitteet kaipaisivat uudistamista. Ihmettelen myös suuresti, että kaupunki ei tee järkeviä ratkaisuja? Tämä mahdollisuus pitäisi ehdottomasti hyödyntää, kun sellaiseen on mahdollisuus! Kortepoukamaan myös uimaranta, kuten kaavassa lukee.
Pyörätiet on huonossa kunnossa. Raudanpätkiä ja isoja railoja paljon. Ei houkuta rullaluistelemaan ja pyöräillessäkin pitää olla tarkka, ettei särje renkaita.
Beach volley-kentät kuntoon. Hyvät verkot, rajat sekä kunnollinen pehmeä hiekka. Lisäksi lanat kentille sekä ohjeistus käyttäjille kuinka pelaamisen jälkeen kenttä täytyy lanata. Näin kentät pysyvät kunnossa koko kesän.
Tennis ja padel kentät sisähalliin että pystyy talvellakin pelata.
Hiihtovuorot myös koirien kanssa hiihtämiseen. Esim 2-3 viikossa olisi mahdollista käydä koiran kanssa hiihtämässä. Jos edes kokeiltas yksi talvi.
Jäähallia pitäisi pystyä kuntalaisten käyttämään enemmän. Nyt se on pääasiassa jääkiekkoseuran hallinnassa. Jäähallia pystyisi kaupallistamaan ja hyödyntämään muussakin toiminnassa, nyt kaiketi tuotto on mollivoittoista. Liikuntapalveluita tulisi kehittää modernilla otteella ja yhteistyöllä, organisaatio on nykyisellään vanhakantainen, yhteistyö ei pelaa. Kaupungissa on huippu tekonurmi hyvällä katsomolla, sitä kannattaisi myös hyödyntää enemmän pallotapahtumissa, esimerkiksi Valon edustus pelaa uimahallin huonolla kentällä pelit, siellä puitteet ei läheskään katsoja- tai pelaajaystävällisiä.
Ulkokuntosalilaitteet Vilppulaan! Autere-polku Vilppula-Mänttä välille.
Lapsiperhe arki sujuu pääasiassa lasten harrastusten ja menojen parissa. Keväästä eteenpäin vanhemmat notkuvat uuden hienon pump trackin laidalla katselemassa jälkikasvun menoa. Mäntän ulkokuntosalien laitteita on sijoitettuna ympäri kuntaa... Voisiko pump trackin alueelle saada yhden kunnollisen ulkokuntosalin jolloin myös vanhemmat voisivat käyttää tämän notkumisajan hyödyksi ja ylläpitää omaa kuntoaan..? Pienimpiä lapsia kun ei voi jättää radalle valvomatta edes lenkin ajaksi.. Mielestäni yhteen paikkaan keskitetty ulkokuntosali palvelisi myös muita kuntalaisia paremmin kuin yksi laite siellä ja toinen täällä versio..
Ikääntyvien ihmisten kuntopolut.
Uimahalli edes joskus myös sunnuntaisin auki. Sekä lyhyempi kesäsulku.
Edelleen kaipaamme ympärivuotista pyöräilyreitistöä maastopyöräilyyn. Harrastajia kuitenkin olisi.
Nuotiopaikka Mäntönvuoren pulkkamäen reunalle, hiihtolatu koirien kanssa ja pyöräilyreittejä paremmin esille

NORTH  **SPORT**
CONSULTING

*Asiantuntijatukea liikuntapalvelujen
kehittämistyöhön nsconsulting.fi*

*Jos jokin on tärkeää
ja haastavaa,
sitä ei kannata
tehdä yksin.*