

Kajaanin ulkoilumahdollisuuksien selvitys
2011

Suomen ulkoilumahdollisuuksien katselmus
Sulka II -hanke

Kajaanin kaupunki ja Suomen Latu ry

SISÄLLYS

1 SELVITYKSEN LÄHTÖKOHDAT.....	3
2 MIKSI EDISTÄÄ ULKOILUOLOSUHTEITA?.....	5
2.1 Ulkoilun ja liikunnan hyvinvointivaikutukset.....	5
2.2 Liikunnallista elämäntapaa edistävä elinympäristö.....	6
2.3 Lainsäädäntö ulkoiluolosuhteiden edistämisen taustalla.....	7
2.4 Yhteistyö ulkoiluolosuhteiden kehittämisen edellytyksenä.....	8
3 KAJAANILAISTEN ULKOILUTOTTUMUKSET	9
3.1 Asukaskyselyn vastaajien taustatiedot	9
3.2 Ulkoilu- ja liikunta-aktiivisuus	9
3.3 Suosituimmat ulkoilulajit	10
3.4 Ulkoilupaikkojen käyttö	11
3.5 Ulkoilupaikan valinnan tekijät.....	11
3.6 Ulkoilupaikkojen saavutettavuus.....	11
4 KAJAANIN ULKOILUPAIKKAVERKOSTO.....	13
4.1 Ulkoilupaikkojen kokonaisarvosanat	13
4.2 Reittiverkosto.....	14
4.2.1 Jalankulkuväylät ja pyörätiet	14
4.2.2 Kajaanin ulkoilu- ja virkistysreitit	14
4.2.2.1 Kuntopolut ja -radat.....	14
4.2.2.2 Luontopolut ja retkeilyreitit.....	15
4.2.2.3 Hiihtoladut	16
4.2.2.4 Muut ulkoilureitit.....	16
4.3 Uimarannat ja avantouintipaikat	17
4.4 Ulkokentät ja muut ulkoliikuntapaikat	18
4.5 Erilaiset puistot, ulkoilu- ja virkistysalueet ja suojelukohteet	19
4.6 Veneily, melonta ja virkistyskalastus	21
4.7 Muut ulkoilupaikat ja -kohteet	21
4.8 Ulkoilupalvelut: viitoitukset, taukopaikat, karttamateriaalit ja viestintä.....	22
5 ULKOILUOLOSUHTEIDEN MUUTOS KAJAANISSA.....	24
6 SELVITYKSEN TOIMENPIDE-EHDOTUKSET.....	27
6.1 Pyöräteiden ja kevyen liikenteen väylien kehittäminen.....	27
6.2 Ulkoilureittien kokonaissuunnitelma.....	28
6.3 Ajankohtaisten ulkoiluolosuhteiden huomiointi ja luontomatkailun näkökulma.....	29
LIITTEET	31
Liite 1. Ulkoilupaikkojen käyttö selvityksen asukaskyselyn mukaan	31
Liite 2. Kajaanin ulkoilupaikat 2011.	32
Liite 3. Kajaanin ulkokentät kartalla.....	42
LÄHTEET	43

1 SELVITYKSEN LÄHTÖKOHDAT

Tämän selvityksen tavoitteena on tuottaa tietoa uuden Kajaanin ulkoiluolosuhteiden nykytilasta, viimeisen kymmenen vuoden aikana tapahtuneista muutoksista sekä tulevaisuuden ennusteista Kajaanin ulkoiluolosuhteiden kehittämistyön taustalle.

Suomen Latu aloitti syyskuussa 2009 valtakunnallisen Suomen ulkoilumahdollisuuksien katselmus (Sulka II) -hankkeen, jossa tavoitteena on selvittää 15 suomalaisessa kunnassa ulkoilu- ja virkistysmahdollisuuksien nykytila ja tulevaisuuden tarpeet. Vuosina 2009–2011 toteutettava hanke toimii myös 10 -vuotisseurantaselvityksenä vuosina 1998–2000 toteutetulle Sulka I -hankkeelle, jossa selvitettiin yli 400 kunnan ulkoilumahdollisuudet. Nykytilan analyysin lisäksi kerätään kunnissa tietoa viimeisen kymmenen vuoden aikana tapahtuneista muutoksista ja kuntien hyvistä käytännöistä liittyen ulkoilu- ja virkistysmahdollisuuksien kehittämiseen. Tavoitteena on levittää tieto hankkeen tuloksista ja kerätyistä hyvistä käytännöistä ja toimintamalleista myös kaikille Suomen kunnille hankkeen lopussa. Hanketta rahoittavat Opetus- ja kulttuuriministeriö ja Suomen Latu.

Kajaanin selvitys on osa Suomen ulkoilumahdollisuuksien katselmus (Sulka II) -hanketta. Syyskuussa 2010 työskentelynsä aloitti Kajaanin ulkoilutyöryhmä, jonka jäseninä ovat toimineet Kajaanin sivistysjohtaja Mikko Saari, ympäristöntarkastaja Paula Malinen, puistot ja liikunta-alueet tulosityksikön päällikkö, Jouko Hukkanen, liikuntalaitokset tulosityksikön päällikkö Heikki Ovaska, kunnallistekniikan suunnittelupäällikkö Jari Kauppinen sekä nuorisotyön päällikkö Jarmo Kinnunen. Suomen Ladusta työryhmän työskentelyyn ovat osallistuneet Sulka II -hankkeen projektikoordinaattori Eveliina Nygren ja projektipäällikkö Mika Asikainen. Selvityksen kirjoittamisesta on vastannut Suomen Ladun Sulka II -hankkeen projektikoordinaattori Eveliina Nygren.

Kajaanin osalta selvitys on edennyt siten, että aluksi ulkoilutyöryhmälle tehtiin asiantuntijakysely, jonka avulla kartoitettiin kunnan lähtötilanne ulkoilumahdollisuuksien näkökulmasta. Ulkoilutyöryhmän ensimmäisessä kokouksessa keskustelun ja asiantuntijakyselyn vastausten tarkastelun avulla haettiin yhtenäistä linjaa Kajaanin ulkoiluolosuhteiden nykytilasta, tapahtuneista muutoksista ja tulevaisuuden kehittämistarpeista.

Tämän jälkeen selvitettiin asukkaiden näkemyksiä. Sähköisen asukaskyselyn avulla kartoitettiin sekä kunnan ulkoiluolosuhteiden kysyntää, että kehittämistarpeita. Asukaskysely oli avoimena Kajaanin kaupungin verkkosivuilla 1.3.–31.3.2011 välisen ajan. Kyselyyn vastasi yhteensä 139 asukasta, mikä on noin 0,4 prosenttia Kajaanin asukkaista. Asukaskysely oli suunnattu kaikille yli 12 -vuotiaille kajaanilaisille. Asukaskyselystä tiedotettiin kaupungin verkkosivuilla sekä paikallisten lehdistötiedotteiden avulla. Lisäksi vastausten saamiseksi pyydettiin sähköpostitse paikallisia yhdistyksiä vastaamaan kyselyyn sekä tiedottamaan kyselystä jäsenistölleen. Asukaskyselyn yhteydessä myös arvottiin erilaisia ulkoiluun liittyviä tuotteita. Asukaskyselyn tuloksia, kuten muutakin aineistoa, on käytetty tämän selvityksen pohjana. Tulokset jäävät kunnan viranhaltijoiden käyttöön myös tulevaa kehittämistyötä silmälläpitäen. Asukaskyselyn päätyttyä järjestettiin 27.1.2011 kaupungin ulkoilutyöryhmän toinen kokous, jossa työryhmä kävi läpi sekä asukaskyselyn tuloksia, että selvityksen alustavia johtopäätöksiä. Samassa kokouksessa työryhmä linjasi myös toimenpide-ehdotuksia Kajaanin ulkoiluolosuhteiden kehittämiseen liittyen.

Hankeessa järjestettiin myös paikallisille asukkaille ja yhdistyksille asukastilaisuus. 27.1.2011 järjestetyssä tilaisuudessa asukkaille esiteltiin asukaskyselyn tuloksia sekä asukkaat pääsivät

keskustelemaan kunnan viranhaltijoiden kanssa asukaskyselyä nousseista aihe-alueista. Asukaspaneelin avulla haluttiin taata vaikutusmahdollisuus myös niille, jotka eivät pystyneet sähköiseen asukaskyselyyn vastaamaan. Asukaspaneeliin osallistui 12 asukasta. Asukaspaneelista koottu muistio on toimitettu kaupungin viranhaltijoiden käyttöön.

Tämä selvitys on laadittu luonteeltaan ohjaustyökaluksi Kajaanin ulkoilupaikkojen kehittämisessä. Kaupungin toivotaankin hyödyntävän selvityksen tietoja osana päätöksentekoaan sekä levittävän selvityksen tietoja päätöksentekojärjestelmässään.

2 MIKSI EDISTÄÄ ULKOILUOLOSUHTEITA?

Kunnat painivat kiristyvän taloustilanteen kanssa ja tehtävä on pohtia, miten kuntalaisten hyvinvointi taataan myös vastaisuudessa. Ulkoilu- ja virkistysmahdollisuuksien edistämiseen tehtävät panostukset ja olosuhteita ylläpitävät toimet ovat kustannustehokas tapa edistää kuntalaisten hyvinvointia, työikäisen väestön työkykyä, ennaltaehkäistä kunnan sairaanhoitokuluja kasvattavia elintapasairauksia ja ylläpitää kuntalaisten toimintakykyä. Tässä luvussa käydään läpi perusteluja ja tärkeitä näkökulmia liikunta- ja ulkoiluolosuhteiden kehittämiseksi.

2.1 Ulkoilun ja liikunnan hyvinvointivaikutukset

Asukkaille ulkoilu- ja virkistysmahdollisuudet ovat tärkeitä monesta syystä. Viheralueiden laatu ja määrä vaikuttavat asuinpaikan valintaan. Kaupungin luonnonläheisyys on vetovoimatekijä. Ihmisen hyvinvoinnissa viheralueilla on merkittävä rooli. Viheralueet tarjoavat keinon stressin ehkäisemiseen tai siitä palautumiseen. Asukkaat arvostavat väljää ja vihreää kaupunkirakennetta, jossa on mahdollisuus kokea luonnonrauhaa oman asuinpaikan lähistöllä. Viheralueet edistävät myös sosiaalisia suhteita ja vastuuta ympäristöstä.

Ulkoilumahdollisuuksilla on myös suuri merkitys fyysiselle hyvinvoinnille. Viheralueet ja virkistysreitit tarjoavat puitteet arkiliikkumiselle. Viheralueita käytetään eniten kävelyyn ja lenkkeilyyn, luonnosta ja maisemista nauttimiseen sekä pyöräilyyn. Metsäntutkimuslaitoksen (2002) valtakunnallisen virkistyskäytön tutkimuksen mukaan yli kaksi kolmasosaa suomalaisista ulkoilee viikoittain. Nimenomaan asutusta lähellä sijaitsevat virkistysalueet houkuttelevat ihmisiä liikkumaan. Asunnon lähialueiden viheralueet ovat erityisen tärkeitä lasten ja nuorten sekä vanhusten liikkumiselle ja ulkoilulle. Viheralueilla on keskeinen merkitys luonnon monimuotoisuuden säilymistä kannalta. Rakennetussa ympäristössä viheralueet toimivat merkkeinä elävästä luonnosta. Viheralueiden puustolla ja muulla kasvillisuudella on myös suuri merkitys suojavaikutuksen kannalta. Viheralueet parantavat ilmanlaatua sitoessaan pienhiukkasia, ja kasvillisuus vaimentaa tuulta. Viheralueet toimivat vesien imeytys- ja viivytyalueina pitäen yllä pohjavesiolosuhteita. Houkuttelevat ulkoilu- ja virkistysmahdollisuudet vaikuttavat tutkitusti myös kunnan imagoon, jonka avulla kunnat kilpailevat veronmaksajista.

Ulkoilulla, liikunnalla ja luonnossa oleskelulla on todettu olevan vaikutusta yksilön hyvinvointiin. Luontoympäristö tarjoaa esteettisiä ja emotionaalisia elämyksiä, hyvän olon ja elpymisen kokemuksia sekä antaa mahdollisuuden monipuoliseen liikuntaan. Luonto sinällään on myös tärkeä motivaatio liikuntaan. (Sievänen 2001.) Luonnossa oleskelu ja niin sanottu ”viheraltistus” on selvästi yhteydessä ihmisen psyykkiseen hyvinvointiin: luontoympäristössä oleskelu vähentää ihmisen negatiivisia tuntemuksia ja lisää myönteistä mielialaa. Lisäksi viheralueilla on merkitystä myös asukkaiden asumisviihtyvyyteen, joka on suoraan yhteydessä kunnan tai asuinalueen houkuttelevuuteen. (Tyrväinen et al. 2007.) Terveyttä edistävän liikunnan ja ulkoilun avulla pystytään myös ehkäisemään sairauksia ja ylläpitämään ikääntyvän väestön toimintakykyä. Esimerkiksi WHO:n mukaan 90 prosenttia tyyppin 2 diabeteksestä olisi ehkäistävissä riittävällä fyysisellä aktiivisuudella ja terveellisellä ravinnolla. Liian vähäisen liikunnan onkin arvioitu aiheuttavan Suomessa 300 - 400 miljoonan euron vuosittaiset kulut sairauspoissaolojen ja sosiaali- ja terveystalouden muodossa (Fogelholm et al. 2007). Tutkimusten mukaan liikunnan avulla voidaan edistää myös yksilön sosiaalista hyvinvointia (UKK -instituutti).

2.2 Liikunnallista elämäntapaa edistävä elinympäristö

Toiset ulkoilevat liikkuaan ja toiset haluavat ulkoillaan oleskella luonnossa. Tarkasteltaessa liikkumistavan valintaan ja liikkumispäätökseen vaikuttavia tekijöitä, jakaantuvat tekijät yksilöllisiin piirteisiin ja yhteiskuntarakenteellisiin tekijöihin. Yksilöllisestä näkökulmasta päätöksentekoon vaikuttavat muun muassa erilaiset demografiset tekijät, kuten ikä ja sukupuoli sekä erilaiset elämäntyyli ja valinnat. Moni valitsee ulkoilun erilaisilla ulkoilupaikoilla. Suomen Ladun vuonna 2008 TNS -gallupilta tilaaman liikuntapaikkatutkimuksen mukaan suomalainen aikuisväestö toivoisi eniten kehitettävän juuri lähiulkoilureittejä ja -polkuja. Yhteiskuntarakenteen näkökulmasta liikkumispäätökseen vaikuttavat yhdyskunnassa olemassa olevat laatutekijät, kuten kulkuyhteydet, maankäytön monipuolisuus, kodin sijainti (saavutettavuus) ja katuverkoston kunto. Merkittäviä ovat myös arkiolosuhteisiin liittyvät tekijät, kuten potentiaalisen liikuntapaikan saavutettavuus, määränpäiden määrä, laatu ja yhdisteltävyys sekä liikkumistavan laatu, miellyttävyys ja kustannukset. (Kytö & Kahila 2006.)

Saavutettavuus

Liikuntapaikkojen saavutettavuutta voidaan tarkastella maantieteellisestä, toiminnallisesta tai taloudellisesta näkökulmasta. Maantieteellisesti liikuntapaikan saavutettavuudessa tärkeitä ominaisuuksia ovat sen sijainti suhteessa väestöön, liikenneyhteydet, kotimatkan pituus sekä esimerkiksi reitin pituus. Jokaisella tulisi olla ulkoilupaikka enintään kilometrin päässä kotoa. Toiminnallisesta näkökulmasta tärkeitä ovat liikuntapaikan palvelutarjonta, esimerkiksi levähdyspaikkojen määrä reitin varrella tai esteettömyys. Taloudellisesta näkökulmasta tarkastellaan esimerkiksi mahdollisia pääsymaksuja. Saavutettavuutta tulisi tarkastella myös laajemmin. Yksi tärkeimmistä saavutettavuuden mittareista on, miten asukas kokee saavuttavansa liikuntapaikan? Lähiliikunnan merkitys on suuri ja kasvaa koko ajan väestön ikääntyessä.

Esteettömyys

Ulkoilupaikan esteettömyys on tärkeä tekijä sekä saavutettavuuden, että kaikille asukasryhmille soveltuvan elinympäristön luomisessa. Esteettömyys on tasa-arvoisen harrastamisen perusedellytys. Esteettömyyttä voidaan tarkastella fyysisestä, tiedonsaannin ja sosiaalisesta näkökulmasta. Esteettömällä ulkoilupaikalla asukas voi toimia yhdenvertaisesti riippumatta henkilökohtaisista ominaisuuksistaan, kuten fyysisistä liikuntaedellytyksistään, tiedonsaannillista rajoitteistaan tai sosiaalisista lähtökohdistaan.

Turvallisuuden kokemus

Turvallisuuden tunne on tärkeä tekijä ulkoilu- ja liikuntapäätöstä tehtäessä. Turvallisuus voi olla joko mitattavaa turvallisuutta, joka määritellään esimerkiksi onnettomuuksien määrällä, tai ihmisen omaa kokemusta turvallisuuden tunteesta. Kokemus turvallisuudesta riippuu esimerkiksi valaistuksen määrästä tai alueen viihtyvyydestä. Koettu turvattomuus on lisääntynyt. Suomalaisia tutkimuksia asukkaiden kokeman turvallisuuden määrittämisestä ja fyysisen ympäristön vaikutuksesta turvallisen elinympäristön syntymiseen on vähän. Elinympäristön vaarallisuutta kokemisen tiedetään kuitenkin rajoittavan arkiliikunnasta erityisesti naisilla. Pelot rajoittavat myös lasten liikkumista. (Liikunta ja elinympäristö 2011.)

Monipuolinen luontoympäristö

Monipuolinen luontoympäristö on tärkeä osa ulkoilua edistävää elinympäristöä. Viheralueet voidaan nähdä asukkaille tarjottavina palveluina. Virkistyksen kannalta on tärkeää, että viheralueita on riittävästi, ne sijaitsevat riittävän lähellä asutusta ja ne ovat turvallisten sekä sujuvien liikenneyhteyksien päässä. Viheralueiden riittävyyden kokemus on yksilöllinen ja siihen

vaikuttavat esim. viheralueiden yhtenäisyys tai pirstaleisuus. Lähes poikkeuksetta viheralueita pidetään asumisviihtyvyyden tärkeänä tekijänä. Tärkeimpiä laatutekijöitä viheralueisiin liittyen ovat kaunis maisema, rauha, hiljaisuus sekä metsäntuntu. (Pelkonen & Tyrväinen 2005.)

Lajitrendit

Elämäntyylien muutoksen ja erilaisten valintojen kautta syntyvät uudet lajit asettavat myös uusia vaatimuksia ulkoilu- ja virkistysmahdollisuuksille. Esimerkiksi rullalautailun, retkiluistelun ja lumikenkäilyn vaatimukseen on vastattu jo monessa kunnassa luomalla niille harrastamisolosuhteet. Kunnalla tulee olla tietoa kuntalaisten tarpeista, jotta niihin pystytään vastaamaan. Lajitrendien muutosten tarkastelu on tärkeää myös tutkittaessa liikuntapaikan elinkaarta. Monipuoliset mahdollisuudet takaavat, että liikuntapaikka mukautuu helposti myös uusien lajien vaatimuksiin.

Ilmastonmuutos ulkoiluolosuhteiden haastajana

Liikunta, urheilu ja ulkoilu vaikuttavat ympäristöön ja toisaalta ympäristöongelmat vaikuttavat liikunnan ja ulkoilun harrastamiseen. Ympäristöhaasteista yksi keskeisin on ilmastonmuutos, joka tulee vaikuttamaan myös ulkoilun olosuhteisiin ja ulkoilulajien valikoimaan tulevaisuudessa. Maapallon keskilämpötila on noussut viimeisen kahdenkymmenen vuoden aikana selvästi. Uusimpien laskelmien mukaan lämpötila tulee nousemaan seuraavan sadan vuoden aikana vähintään kahdesta kuuteen astetta. Tämä vaikuttaa suoraan sekä perinteisten, että uusien lumilajien harrastamiseen.

2.3 Lainsäädäntö ulkoiluolosuhteiden edistämisen taustalla

Kuntalain (1995) mukaan kuntien keskeinen tehtävä on asukkaiden hyvinvoinnin edistäminen. Tämä tehtävä kuuluu kaikille hallinnonaloille. Kansanterveyslaki (2004) määrittää kunnille vastuun asukkaidensa terveyden edistämisestä. Ulkoilulaissa (1973) määritellään kunta ulkoilureiteistä vastaavaksi tahoksi ja liikuntalaki (1998) määrittää kuntien roolia liikuntapalveluiden tuotannossa, joiden piiriin myös ulkoiluolosuhteiden ja -palveluiden voidaan laskea kuuluvan. Lain mukaan kunnan tulee luoda edellytyksiä kuntalaisten liikunnalle kehittämällä paikallista ja alueellista yhteistyötä sekä terveyttä edistävää liikuntaa, tukemalla kansalaistoimintaa, tarjoamalla liikuntapaikkoja sekä järjestämällä liikuntaa erityisryhmät huomioon ottaen.

Palveluiden tuotantoa määrittelevän lainsäädännön rinnalla merkittävässä osassa ulkoiluolosuhteita kehitettäessä on yhdyskuntasuunnittelun perustana oleva maankäyttö- ja rakennuslaki (1999). MRL:n mukaan kunnan on huolehdittava alueiden käytön suunnittelusta sekä hyvän ja kestävä kehitystä edistävän elinympäristön syntymisestä alueellaan. Ulkoilu- ja virkistysalueiden riittävää määrää ja saavutettavuutta pidetään sekä yleisesti, että tutkimusten mukaan hyvän elinympäristön yhtenä tunnuspiirteenä. Lain mukaan tavoitteena tulee olla alueiden käytön järjestäminen niin, että siinä luodaan edellytykset hyvälle elinympäristölle sekä edistetään ekologisesti, taloudellisesti, sosiaalisesti ja kulttuurisesti kestävä kehitystä. Alueiden käytön suunnittelun tavoitteena on lain mukaan edistää turvallisen, terveellisen, viihtyisän, sosiaalisesti toimivan ja eri väestöryhmien tarpeet tyydyttävän elin- ja toimintaympäristön luomista, palvelujen saatavuutta sekä liikenteen tarkoituksenmukaista järjestämistä sekä erityisesti joukkoliikenteen ja kevyen liikenteen toimintaedellytyksiä.

Ulkoilu- ja virkistysmahdollisuuksia käsitellään myös liikunnan näkökulmasta monissa periaatepäätöksissä. Sosiaali- ja terveysministeriö julkaisi vuonna 2010 suositukset liikunnan edistämiseksi kunnissa. Suositukset julkaistiin viiden ministeriön sekä Kuntaliiton ja

liikuntajärjestöjen yhteistyöllä. Suositusten tavoitteena on kannustaa kuntia tekemään liikunnasta kunnan keskeinen strateginen valinta. Suosituksessa annettujen muistilistojen avulla tuetaan eri hallintokuntien johtoa liikunnan edistämistyössä ja tarjotaan ideoita edellytysten luomiseksi erityisesti terveyttä edistävän liikunnan kannalta. Valtioneuvosto antoi liikunnan edistämisen linjoista periaatepäätöksen vuonna 2008. Periaatepäätöksessä valtioneuvosto sitoutuu edistämään liikunnallista elämäntapaa lisäämällä arkiliikkumisen mahdollisuuksia elämänkulun eri vaiheissa. Vuonna 2009 Opetusministeriö antoi toimenpidesuunnitelman periaatepäätöksen toteuttamiseksi. Toimenpidesuunnitelmassa suositellaan helposti saavutettavien liikkumisympäristöjen luomista ja hallinnonalojen yhteistyötä liikunnan aseman edistämiseksi esimerkiksi kaavoituksessa. Opetusministeriö esittää myös ehdotuksessaan kansalliseksi liikuntaohjelmaksi (2008) vision Suomesta yhteiskuntana, jossa kaikilla on yhdenvertainen mahdollisuus harrastaa liikuntaa. Valtion liikuntaneuvosto linjasi myös vuonna 2008 Liikuntapaikkarakentamisen suunta 2011 asiakirjassaan liikuntaolosuhteiden tulevien vuosien arvopohjaa. Asiakirja nimeää liikuntaolosuhteiden keskeisiksi arvoiksi esteettömyyden, helpon saavutettavuuden, tasa-arvoisuuden ja turvallisuuden. Samalla liikkumisympäristöjä tulisi kehittää kestävä kehityksen periaatteet huomioiden. Asiakirjassa korostetaan myös liikuntaolosuhteiden kehittämistä hallinto- ja sektorirajat ylittävän yhteistyön voimin. Ulkoiluolosuhteiden kehittämisessä yhdistyvät kaikki nämä elementit.

Kuntalaisten hyvinvoinnin edistämisen rinnalla kunta on vastuussa palveluidensa ja esimerkiksi ulkoilupaikkojensa turvallisuudesta. Laki kulutustavaroiden ja kuluttajapalvelusten turvallisuudesta (2004) koskee myös kuntia ja sen merkitys kasvaa koko ajan. Mikäli kunta ei riittävästi huolehdi tarjoamiensa palveluiden turvallisuudesta, se voi joutua vahingonkorvausvastuuseen kuluttajille aiheutuneista vahingoista. Palvelun tarjoajan tulee kartoittaa tarjoamansa palvelun riskit sekä pyrkiä ennalta ehkäisemään vaarasta mahdollisesti aiheutuvat onnettomuudet hyvällä tiedottamisella kohteista ja kohteiden viitoittamisella sekä ryhtyä heti tarvittaviin toimenpiteisiin havaitun vaaran poistamiseksi. Laissa asetettu palvelun tarjoajan huolellisuusvelvollisuus on tiukka. Palvelun tarjoaja ei voi vedota siihen, että palvelua koskevia määräyksiä ja ohjeita ei ole olemassa, vaan palvelun tarjoajan velvollisuutena on hankkia tarvittavat tiedot jollain muulla tavalla ja ryhtyä toimenpiteisiin vaaran takia. Tämä koskee myös kunnan ostopalveluja, kuten esimerkiksi kunnossapito- ja yhteistyösopimuksia yhdistysten kanssa.

2.4 Yhteistyö ulkoiluolosuhteiden kehittämisen edellytyksenä

Kunnissa ulkoilu- ja virkistysmahdollisuuksista vastaavat tahot vaihtelevat ja vastuu jakaantuu monelle taholle. Poikkihallinnollinen yhteistyö on ensiarvoisen tärkeää ulkoiluolosuhteiden edistämisessä. Suunniteltaessa ja kehitettäessä ulkoilu- ja virkistysmahdollisuuksia korostuu kokonaisvaltaisen yhdyskuntasuunnittelun merkitys. Viheraluevaraukset tulisi huomioida jo yleiskaavatasolla, jotta ne kaavahierarkian myötä tulisivat esiin myös asemakaavoissa. Viheralueita tulisi varata kunnan yhdyskuntasuunnittelussa riittävästi ja samalla huomioida niiden saavutettavuus kunnan asuinalueiden näkökulmasta.

Moni kunta tekee yhteistyötä myös kolmannen sektorin kanssa ulkoiluolosuhteiden edistämisessä. Yhdistykset antavat kaavalausuntoja sekä rakentavat, kunnostavat ja ylläpitävät latuja, retkeily- ja ulkoilureittejä, luontopolkuja sekä levähdyspaikkoja. Kokonaisuudessaan selvää on, että kolmas sektori on merkittävä tuki kunnalle ulkoilupaikkojen ylläpidossa ja jonka roolia olosuhdetyössä on syytä vahvistaa kuntien voimavarojen kiristyessä.

3 KAJAANILAISTEN ULKOILUTOTTUMUKSET

3.1 Asukaskyselyn vastaajien taustatiedot

Asukaskyselyn vastaajista yhteensä 89,1 prosenttia oli 15–64 -vuotiaita ja 10,9 prosenttia yli 64 -vuotiaita. Vanhin vastaaja asukaskyselyssä oli 78 -vuotias. Suhteutettuna Kajaanin väestörakenteeseen korostuu vastauksissa työikäisen väestön mielipide. (Taulukko 1.) Myös eläkeläiset ovat hyvin edustettuna. Vastaajien työikäisyydestä kertoo vastaajien pääasiallinen toiminta. Vastaajista noin 71,7 prosenttia on työelämässä joko yrittäjänä, toimihenkilönä tai työntekijänä. Eläkkeellä vastaajista oli noin 13,8 prosenttia siinä missä Kajaanin väestössä eläkeikäisen väestön osuus oli toukokuun 2010 lopulla noin 17,5 prosenttia. Opiskelijoita tai koululaisia vastaajista on 10,1 prosenttia ja työttömiä tai lomautettuja 2,2 prosenttia. Asukaskyselyn vastaajien alaikärajaksi oli asetettu 12 -vuotta kyselyn pituuden vuoksi. Kajaanin työttömyysprosentti oli vuonna 2010 10,5 prosenttia.

Taulukko 1. Vastaajien ikäjakauma (N=137) suhteessa Kajaanin väestöön 31.12.2010.

	Asukaskyselyn vastaajien ikäjakauma %	Kajaanin väestö 2010 %
Alle 15 -vuotiaat	0,0	16,5
15-64 -vuotiaat	89,1	66,0
Yli 64 -vuotiaat	10,9	17,5

Asukkailta kysyttiin taustatietona myös heidän asumistilannettaan. Vastaajista noin 40,3 prosenttia on lapsiperheitä. Kahden aikuisen lapsettomia talouksia oli noin 41,7 prosenttia vastaajista. Sinkkuja eli yhden aikuisen talouksia oli noin 15,8 prosenttia vastaajista. Vastaajien sukupuolta tarkasteltaessa, olivat molemmat sukupuolet edustettuina asukaskyselyssä sekä suhteutettuna Kajaanin väestöön: vastaajista 45,8 prosenttia oli naisia ja 54,2 prosenttia miehiä (Taulukko 2). Vastaajat jakautuvat asukasluokkiin suhteutettuna tasaisesti Kajaanin asuinalueille.

Taulukko 1. Vastaajien sukupuoli (N=131) suhteessa Kajaanin väestöön 31.12.2010.

	Vastaajien sukupuoli %	Kajaanin väestön sukupuoli %
Nainen	45,8	48,9
Mies	54,2	51,0

Tarkasteltaessa vastaajien yhdistysaktiivisuutta, voidaan sanoa kyselyyn vastanneen sekä itsenäisesti liikuntaseuran kuulumatta liikkuvia ja ulkoilevia sekä vastaajia, jotka kuuluvat liikuntaseuraan, liikkuvat seuran vuoroilla tai liikkuvat seuran toiminnan ulkopuolella, mutta kuuluvat seuraan. Kokonaisuudessaan vastaajista liikuntaseuraan kuului 33 prosenttia vastaajista ja liikuntaseuraan kuulumattomia itsenäisesti ulkoilevia ja liikkuvia oli 67 prosenttia vastaajista.

3.2 Ulkoilu- ja liikunta-aktiivisuus

Sulka II -hankkeen yhteydessä toteutetussa sähköisessä, kaikille avoimessa asukaskyselyssä kartoitettiin kajaanilaisten ulkoilutottumuksia. Ulkoilu määriteltiin kodin pihapiirin ulkopuolella vapaa-ajalla omin lihasvoimin tapahtuvaksi vähintään 15 minuuttia kestäväksi liikkumiseksi ja oleskeluksi. UKK -instituutin terveystieteiden tutkimuskeskuksen mukaan ihmisen tulisi harrastaa perusliikuntaa yhteensä 3-4 tuntia viikossa jaettuna kaikille viikonpäiville.

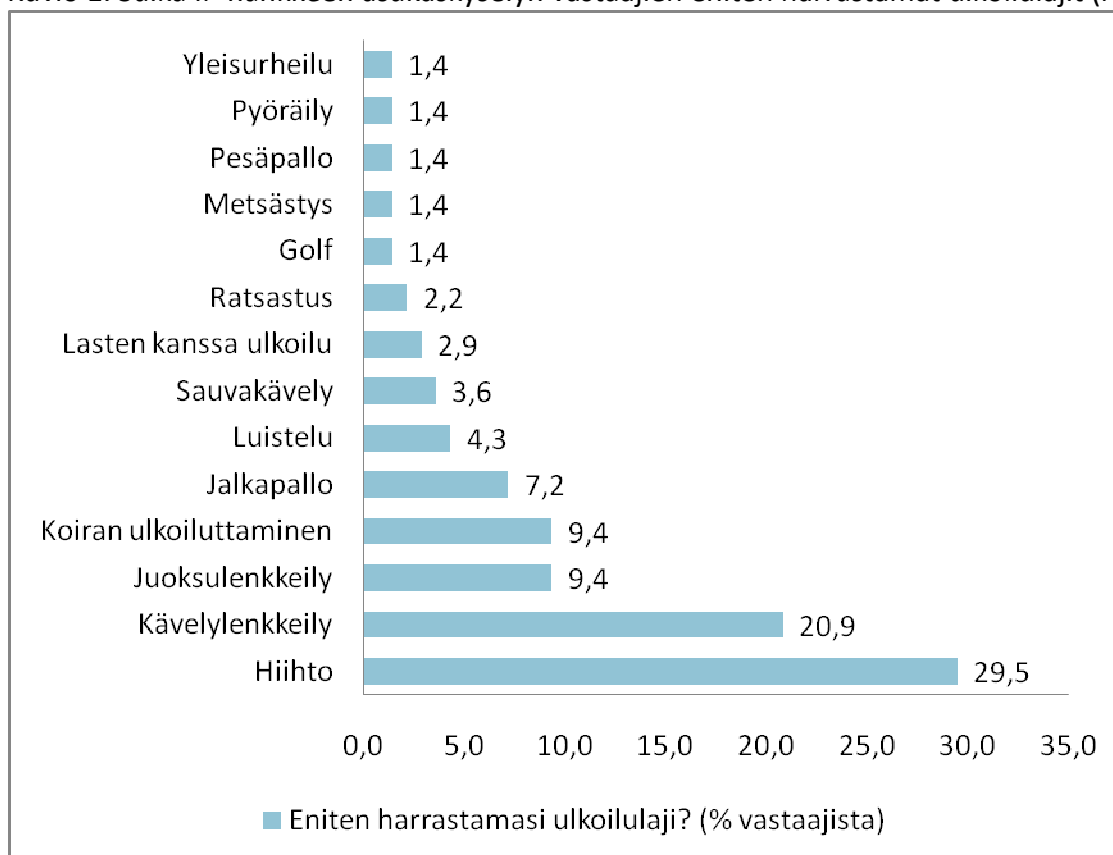
Asukaskyselyn vastaajat ulkoilevat ja liikkuvat verrattain paljon: 41 prosenttia vastaajista ulkoilee päivittäin ja 51 prosenttia useammin kuin kerran viikossa. Liikuntaa vastaajista harrastaa päivittäin 38 prosenttia ja useamman kerran viikossa 55 prosenttia. 8 prosenttia vastaajista sanoo ulkoilevansa kerran viikossa tai harvemmin. Liikuntaa sanoo harrastavansa kerran viikossa tai harvemmin hieman alle 7 prosenttia vastaajista. Nyt tehdyn asukaskyselyn vastaajissa painottuvat aktiiviset ulkoilijat ja liikkujat. Tämä on odotettu tulos: paljon ulkoilupaikkoja käyttävillä on myös suurempi halu kehittää olosuhteita ja osallistua asukaskyselyyn. Toisaalta heillä on myös hyvät tiedot kehitettävistä kohteista.

Yhteensä siis noin 7 prosenttia vastaajista ulkoilee terveytensä kannalta vähän ja 6 prosenttia sanoo liikkuvansa vain kerran viikossa tai harvemmin. Kansallisen liikuntatutkimuksen mukaan (2009–2010) ”harvemmin” tai ”ei koskaan” -liikkuvien osuus on noin 10 prosenttia suomalaisesta aikuisväestöstä (19–65 -vuotiaat). Tämä on ryhmä, joka tulee huomioida tulevaisuuden yhdyskunta- ja liikuntasuunnittelussa. Samalla kunnalla on kasvava osuus ikääntyvää väestöä, jonka liikkumisen ja ulkoilun tukemiseksi tarvitaan toimia.

3.3 Suosituimmat ulkoilulajit

Ulkoiluolosuhteiden selvityksen asukaskyselyssä kysyttiin myös eniten harrastettuja ulkoilulajeja (Kuvio 1). Suosituimpia lajeja vastaajien keskuudessa olivat hiihto kävely- ja juoksulenkkeily, koiran ulkoiluttaminen ja pyöräily. Paljon muitakin lajeja mainittiin, mutta lajit eivät nousseet yli prosentin vastausosuuden.

Kuvio 1. Sulka II -hankkeen asukaskyselyn vastaajien eniten harrastamat ulkoilulajit (N=139).



3.4 Ulkoilupaikkojen käyttö

Ulkoiluolosuhteiden selvityksen asukaskyselyssä vastaajat arvioivat yleisellä tasolla ulkoiluun erilaisilla ulkoilupaikoilla. Erilaisia ulkoilupaikkoja oli listattu 36 kappaletta. Kysymys kuului, käytätkö kohdetta ulkoiluun? Noin 88 prosenttia vastaajista käyttää pyöräteitä ja kevyen liikenteen väyliä ulkoiluun. Kuntopolut ja radat (80 %), hiihtoladut (71 %), lähipuistot (64 %), metsät (64 %) sekä uimarannat (64 %) ovat myös suosittuja ulkoilupaikkoja. (Liite 1.)

Asukaskyselyssä kysyttiin myös eniten lumisella ja eniten sulan maan kaudella käytettyä ulkoilupaikkaa. Samalla asukkaat saivat esittää kehittämisehdotuksia kyseistä ulkoilupaikkaa koskien. Yhteensä 95 prosenttia vastaajista nimesi eniten käyttämänsä ulkoilupaikan lumisella kaudella ja 92 prosenttia sulan maan kaudella.

Lumiseen aikaan eniten käytetty ulkoilupaikka oli Pöllyvaara ja sen hiihtoladut. Yhteensä vastaajista 16,5 prosenttia nimeää Pöllyvaaran eniten käytetyksi ulkoilupaikaksi talvella. Muutenkin hiihtoladut ympäri kaupunkia ovat talvella suosittuja. Jonkin verran mainintoja keräävät myös koulujen kentät ja muitakin kenttiä esiintyy sekä vastauksissa. Myös kaupungin kevyen liikenteen väylät nousevat esiin, vaikka onkin kyse talvesta. Lenkkeilykausi jatkuu talvella kevyen liikenteen väylillä.

Sulan maan kaudella suosituimmaksi yksittäiseksi kohteeksi nimettiin erilaiset kotoa lähellä olevat kevyen liikenteen väylät, ulkoilureitit, kuntoradat sekä luontopolut erona lumisen kauden eniten käytettyyn, kauempana sijaitsevaan hiihtolatuun. Yksittäisistä kohteista suosituin oli Vimpelivaara ja jälleen esiin nousi myös Pöllyvaara. Myös eripuolilla kaupunkia sijaitsevat ulkokentät ovat suosittuja.

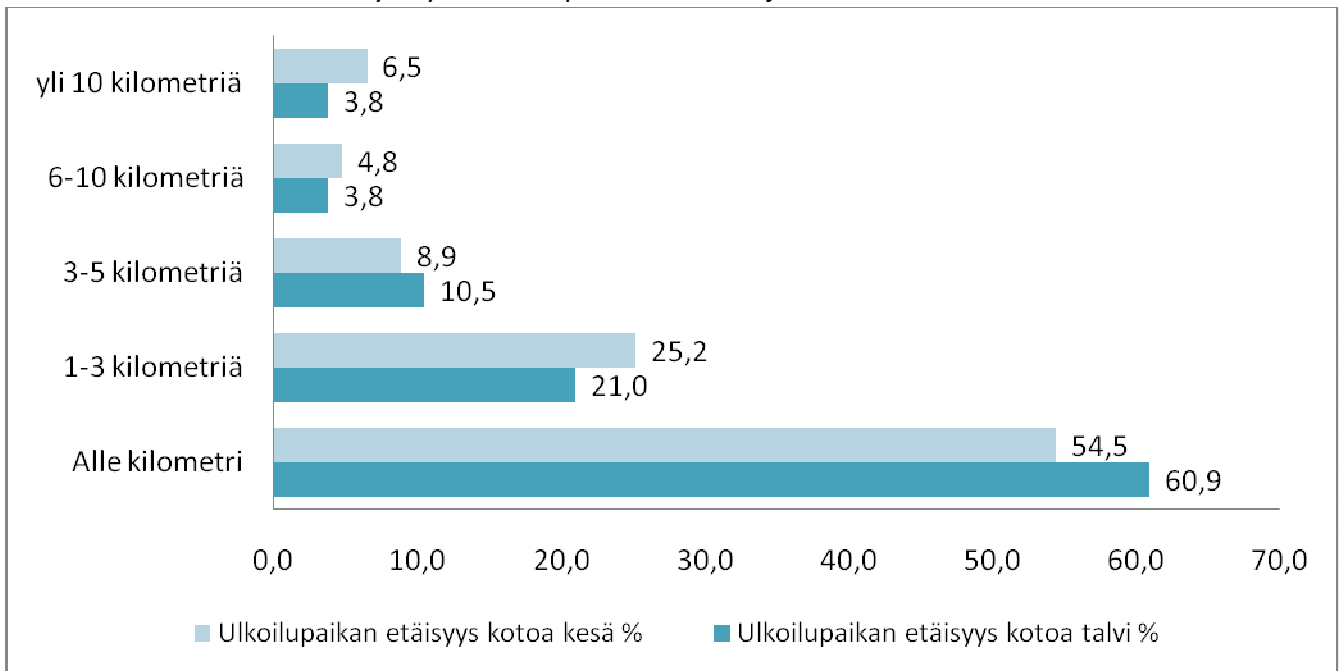
3.5 Ulkoilupaikan valinnan tekijät

Ulkoiluolosuhteiden selvityksen asukaskyselyssä vastaajat arvioivat ulkoilupaikan valintaan vaikuttavia tekijöitä asteikolla 1–4 (1 erittäin tärkeä, 2 melko tärkeä, 3 ei kovin tärkeä, 4 ei lainkaan tärkeä). Tärkeimmiksi tekijöiksi ulkoilupaikan valinnassa nousivat ulkoilupaikan hyvä kunto, jonka erittäin tärkeäksi tai melko tärkeäksi tekijäksi näki 95 prosenttia vastaajista. Muita merkittäviä valintaan vaikuttavia tekijöitä olivat ulkoilupaikan turvallisuus, hyvä valaistus sekä tiedon saaminen ulkoilupaikan kunnosta ja sijainnista verkkosivujen kautta. Vähäinen merkitys sen sijaan oli palveluiden sijaitsemisella lähellä ulkoilupaikkaa, jota iso osa vastaajista ei pitänyt kovin tärkeänä tai lainkaan tärkeänä tekijänä ulkoilupaikkaa valitessaan.

3.6 Ulkoilupaikkojen saavutettavuus

Ulkoiluolosuhteiden selvityksen asukaskyselyssä vastaajat arvioivat eniten käytettyjen ulkoilupaikkojensa etäisyyttä kotoa (Kuvio 2). Isolla osalla vastaajista eniten käytetty ulkoilupaikka sijaitsee alle 3 kilometrin päässä kotoa. Eniten käytetty ulkoilupaikka sijaitsee keskimäärin kauempana kotoa talvella kuin kesällä: alle kilometrin kotoa sijaitsevien ulkoilupaikkojen käyttö lisääntyy kesällä jonkin verran. Kesällä 60,9 prosenttia vastaajista sanoo ulkoilupaikan sijaitsevan alle kilometrin päässä kotoa ja talvella 54,5 prosenttia. Lähiulkoilu ja -virkistysmahdollisuuksien, kuten lähimetsien ja kevyen liikenteen väylien käyttö siis luonnollisesti lisääntyy kesällä.

Kuvio 2. Välimatka eniten käytetylle ulkoilupaikalle kesällä ja talvella.



Ulkolupaikalle kuljettiin useammin yksityisellä moottoriajoneuvolla talvella kuin kesällä. Sekä talvi-, että kesäkaudella ulkolupaikalle kuljettiin useimmiten kävellen tai juosten. Kesällä ulkolupaikalle liikutaan myös paljon pyörällä. Talvella pyörällä kulkee eniten käyttämälleen ulkolupaikalle vain muutama vastaaja. Talvella jalan tai pyörällä kulun rinnalla tärkein kulkuväline ulkolupaikalle on moottoriajoneuvo. Yksikään vastaaja ei sano kulkevänsä Kajaanissa eniten käyttämälleen ulkolupaikalle julkisella kulkuvälineellä. (Taulukko 3.)

Taulukko 3. Kulutapa eniten käytetylle ulkolupaikalle kesällä ja talvella.

	Kulutapa ulkolupaikalle talvella/ % vastaajista	Kulutapa ulkolupaikalle kesällä / % vastaajista
Kävellen/juosten	60	56
Pyöräillen	1	19
Rullaluistimilla/-laudalla	1	2
Yksityisellä moottoriajoneuvolla	38	24
Julkisella kulkuvälineellä	0	0

Asukkailta kysyttiin avoimena kysymyksenä mitä ulkolupaikkoja he toivoisivat lähemmäksi kotiaan. Noin 50 prosenttia vastaajista esitti toivomuksen ulkolupaikasta lähempänä kotiaan. Eniten lähemmäs kotia toivottiin hiihtolatuja, lähiliikuntapaikkaa ja uimarantaa.

4 KAJAANIN ULKOILUPAIKKAVERKOSTO

Kajaanin ulkoilupaikkaverkko koostuu erilaisista talvi- ja kesäkauden kuntoradoista ja -poluista, ulkoilureiteistä, luontopoluista lajikohtaisten reittien ja olosuhteiden sekä kaupungin alueella sijaitsevien metsien, kevyen liikenteen väylien, pyöräteiden ja erilaisten puistojen ja viheralueiden lisäksi (Liite 2).

Tässä luvussa tarkastellaan 1) Kajaanin ulkoilupaikkojen arvosanaa selvityksen asukaskyselyn perusteella, 2) Kajaanin ulkoilupaikkojen valikoimaa lähteenä Kajaanin kaupungin tiedonannot ja Kajaanin ulkoilukartta sekä 3) ulkoilupaikkojen nykytilaa ja 4) kehittämisehdotuksia Kajaanin aikaisempien ulkoilu- ja liikuntaolosuhteiden selvitysten ja suunnitelmien, ulkoilutyöryhmän keskustelujen ja ulkoiluolosuhteiden asukaskyselyssä saatujen vastausten näkökulmasta. Asukaskyselyssä vastaajat saivat arvioida tyytyväisyyttään kunnassa olevien ulkoilupaikkojen nykytilaan asteikoilla *erittäin tyytyväinen – tyytyväinen – tyytymätön – erittäin tyytymätön*. Käyttämiensä ulkoilupaikkojen kehittämistarvetta vastaajat arvioivat tarkemmin asteikolla *nykytila hyvä – jonkin verran kehittämistarvetta – paljon kehittämistarvetta*. Varsinaiset toimenpideehdotukset on kirjattu tämän selvityksen loppuun.

4.1 Ulkoilupaikkojen kokonaisarvosanat

Ulkoiluolosuhteiden selvityksen asukaskyselyssä asukkaat antoivat arvosanan Kajaanin ulkoiluolosuhteille. Vastaajat arvioivat kysymyksessä tyytyväisyyttään kutakin ulkoiluolosuhteiden kokonaisuutta kohtaan (Taulukko 4). Parhaimman arvosanan saivat hiihtoladut (keskiarvo 3), kuntoreitit (keskiarvo 2,9), ulkokentät (keskiarvo 2,9), lähiliikuntapaikat (keskiarvo 2,9) ja puistot (keskiarvo 2,9). Huonoimman arvosanan saivat luontopolut (keskiarvo 2,6), retkeilyreitit (keskiarvo 2,6) sekä uimarannat (keskiarvo 2,6). Kokonaisuudessaan kaikkiin kohteisiin ollaan tyytyväisiä. Analysointivaiheessa vastauksista poistettiin ”ei tyytyväinen eikä tyytymätön” -vastausvaihtoehto.

Taulukko 4. Kajaanin ulkoilupaikkojen arvosana Sulka II -hankkeen asukaskyselyn perusteella.

	4 erittäin tyytyväinen	3 tyytyväinen	2 tyytymätön	1 erittäin tyytymätön	Yhteensä	ka.
Hiihtoladut	20	65	13	3	101	3
Kuntoreitit	8	62	9	2	81	2,9
Ulkokentät	6	51	13	0	70	2,9
Lähiliikuntapaikat	4	59	11	1	75	2,9
Puistot	3	79	14	2	98	2,9
Pyörätiet/kevyen liikenteen väylät	6	80	27	3	116	2,8
Uimarannat	2	37	26	2	67	2,6
Retkeilyreitit	6	29	20	6	61	2,6
Luontopolut	6	32	24	6	68	2,6

4.2 Reittiverkosto

Kajaanin ulkoilu- ja virkistysreittiverkosto on yhdistelmä kevyen liikenteen väyliä, erilaisia ulkoilureittejä ja kuntoratoja, valaistuja ja valaisemattomia hiihtolatuja sekä pelkästään talvisin ylläpidettäviä latuja esimerkiksi vesistöjen jäillä.

4.2.1 Jalankulkuväylät ja pyörätiet

Kajaanissa on kevyen liikenteen väyliä ja pyöräteitä yhteensä noin 137 kilometriä. Näistä 135 kilometriä on yhdistettyjä jalankulku- ja pyörätietä. Pyöräkaistaa on kaupungissa kilometri ja kävely- ja pyöräteitä rinnakkain rakenteella tai viivalla erotettuna kilometrin verran. Elinkeino-, liikenne ja ympäristökeskus hallinnoi 20 kilometriä väylistä ja kaupunki 117 kilometriä.

Pyörätiet ja kevyen liikenteen väylät ovat yksi suosituimmista ulkoilupaikoista. Käytön määrä heijastuu myös Kajaanin ulkoiluolosuhteiden asukaskyselyn ulkoilupaikkojen kuntoon liittyviin tuloksiin. Vastaajista 45,3 prosenttia sanoo Kajaanin pyöräteillä olevan jonkin verran kehittämistarvetta ja 18,7 prosenttia vastaajista on sitä mieltä, että pyöräteillä on paljon kehittämistarvetta. Nykytilaa pitää hyvänä 25,2 prosenttia vastaajista. Kuitenkin erittäin tyytyväinen tai tyytyväinen pyöräteihin ja kevyen liikenteen väyliin on 74,1 prosenttia vastaajista ja tyytymätön tai erittäin tyytymätön 25,9 prosenttia vastaajista. Pyöräteihin ja kevyen liikenteen väyliin ollaan siis Kajaanissa kohtuullisen tyytyväisiä, mutta koska kyseessä on yksi suosituimmista liikuntapaikoista, on sille myös paljon kehittämistoiveita ja potentiaalia asukkaiden liikuttamisen näkökulmasta. Tämä antaa selkeän viestin pyöräteiden jatkuvien kehittämistoimenpiteiden tarpeesta muistattaessa, että ulkoiluolosuhteiden selvityksen asukaskyselyssä 88 prosenttia vastaajista sanoi käyttävänsä pyöräteitä ulkoiluun. Myös kansallisen liikuntatutkimuksen mukaan väylät ovat yksi suomalaisen aikuisväestön suosituimmista liikuntapaikoista.

Varsinaisia kehittämissuhteita tarkasteltaessa kohdistuvat ne eniten kevyen liikenteen väylien verkoston kehittämiseen ja olemassa olevien väylien kunnon parantamiseen. Ylipäätään Kajaanin kevyen liikenteen väylien pintojen kuntoa moitittiin paikoittain huonoksi. Lisäksi Kajaaniin toivottiin sellaista kevyen liikenteen verkkoa, joka olisi jatkuva sekä kiertäisi kaupunkia ja mahdollistaisi työmatkapyöräilyä. 5 -tien varsi etelään, Vuokatin tie Lehtovaaraan, Hannusrannan suunta, Jormua, Vuorislahti asukaskyselyssä mainittuja kohteita. Kevyen liikenteen verkon talvikunnossapitoa moitittiin ja siihen toivottiin kehittämistoimia. Pyöräteiden merkintää kartalle toivottiin myös. Lisäksi kevyen liikenteen väylillä kulkevat rullasuksi- ja rullaluistelu saivat mainintoja: 33,8 prosenttia kaikista vastaajista sanoi niillä olevan jonkin verran tai paljon kehittämistarvetta. Rullasuksi- ja rullaluistelu onnistuu vain hyväkuntoisilla reiteillä.

4.2.2 Kajaanin ulkoilu- ja virkistysreitit

4.2.2.1 Kuntopolut ja -radat

Erilaisia kuntopolkuja ja -ratoja Kajaanissa on yli 26,3 kilometriä. Asukaskyselyssä 79,9 prosenttia ilmoitti käyttävänsä kuntopolkuja ja -ratoja ulkoilemiseen. Kaikista ulkoilumahdollisuuksista tämä oli toiseksi suosituin, vain pyöräteiden yltäessä suurempaan suosioon (88 prosenttia). Vastaajista 30,2 prosenttia piti kuntopolkujen ja -ratojen nykytilaa hyvänä. 4,9 prosenttia vastaajista katsoi niiden vaativan jonkin verran ja 9,4 prosenttia paljon kehittämistä. Kun kuntalaisilta kysyttiin, kuinka tyytyväisiä he kokonaisuudessaan olivat kuntoreittien nykytilaan, oli erittäin tyytyväisten ja

tyytyväisten osuus 86,4 prosenttia vastaajista. Tyytymättömiä oli 12,3 prosenttia ja erittäin tyytymättömiä prosentti vastaajista. (Taulukko 4.)

Kajaanin kuntopolut ja -radat:

- Jormuan pururata 1,5 km
- Kuurnan pururata 4,2 km
- Laajakankaan pururata 2,8 km
- Lohtajan pururata 2,5 km
- Pöllyvaara-Kirkkoaho 3,4 km
- Pöllyvaara-Kirkkoaho 6,6 km
- Saarijärven pururata 1,3 km
- Vimpelin pururata 4 km

Kuntoreittien kehittämisehdotuksista osa liittyi opasteiden ja viitoituksen parempaan sijoitteluun, määrän lisäämiseen sekä huonokuntoisten opasteiden uusimiseen. Reittejä on paljon mutta ne on huonosti merkitty. Myös esimerkiksi talvikautena tärkeää valaistusta toivottiin esimerkiksi Vimpelilammen ympärille. Ratojen kuntoon toivottiin kiinnitettävän huomioita Pöllyvaaran ja Laajakankaan pururadoilla. Vimpelin pururadalla esiin nousi liikenteen paikoituksen järjestelytarve sekä asukaskyselyssä että ulkoilutyöryhmässä.

4.2.2.2 Luontopolut ja retkeilyreitit

Kajaanissa on 4 luontopolkua ja 4 retkeilyreittiä. Luontopoluilla liikkuvista selvityksen asukaskyselyn vastaajista 23,7 prosenttia näki luontopoluissa jonkin verran ja 24,5 prosenttia paljon kehittämistarvetta. Ulkoiluolosuhteiden selvityksen asukaskyselyyn vastanneista 48,9 prosenttia sanoi käyttävänsä luontopolkuja ulkoiluun. Vastaajista 55,8 prosenttia oli luontopolkujen nykytilaan joko erittäin tyytyväisiä tai tyytyväisiä. 45 prosenttia vastanneista oli tyytymättömiä tai erittäin tyytymättömiä luontopolkujen nykytilaan. Retkeilyreiteissä selvityksen asukaskyselyn vastaajista yhteensä 36,7 näki jonkin verran tai paljon kehittämistarvetta siinä missä nykytilaa piti hyvänä 9,4 prosenttia. Myös tyytyväisyys retkeilyreitteihin oli luontopolkujen luokkaa. Yhteensä 57,3 prosenttia oli tyytyväinen tai erittäin tyytyväinen retkeilyreitteihin siinä missä 18,7 oli tyytymätön. Retkeilyreittejä käytti ulkoiluun 30,2 prosenttia vastaajista. Retkeilyreitit saivat yhdessä luontopolkujen kanssa Kajaanin ulkoilupaikoista huonoimman arvosanan. (Taulukko 4.)

Kajaanin luontopolut:

- Arppenmuistometsän polku 1,9 km
- Nakertaja-Hetteenmäki-Lukkarinnurmi 7,5 km
- Renforsin lenkki 9 km
- Pöllyvaaran luontopolku x

Kajaanin retkeilyreitit:

- Kyliäisen ulkoilureitti 32 km
- Otanmäen retkeilypolku x
- Talaskankaan retkeilypolku 12 km
- UKK -reitti: Sotkamon Maanselkä-Puolanka-Siikavaara x

Ulkoiluolosuhteiden selvityksen asukaskyselyn vastaajat jättivät myös kehittämisehdotuksia luontopolkuihin ja retkeilyreitteihin liittyen. Varsinkin taukopaikkojen kehittämistä toivottiin ja osa

liittyi opasteiden ja viitoituksen parantamiseen. Yksittäisistä luontopoluista vastauksissa nousi esiin Pöllyvaaran luontopolku, jonka kunnostamista toivottiin. Tämä onkin kunnan yksi kesän 2011 kehittämiskohde ja reitille on tulossa myös taukopaikka. Retkeilyreittien osalta kehitettävää nähtiin varsinkin retkeilyreittien tiedottamisessa. Kehittämistarpeet suuntautuvatkin ennen kaikkea tietoon reittien olemassaolosta ja sijainnista: osa asukaskyselyn vastaajista ei edes tiennyt Kajaanissa olevan retkeilyreittejä. Myös retkeilyreittien opasteisiin ja viittoihin sekä taukopaikkoihin toivottiin parannusta kaikkien ulkoilureittien tapaan.

4.2.2.3 Hiihtoladut

Ulkoiluolosuhteiden selvityksen asukaskyselyyn vastanneista 71 prosenttia ilmoitti käyttävänsä hiihtolatuja ulkoiluun ja liikkumiseen. Vastaajista 38,8 prosenttia näki laduissa jonkin verran ja 7,9 prosenttia paljon kehittämistarpeita. Hiihtolajien käyttäjistä 32,4 prosenttia piti nykytilaa hyvänä. Ulkoilupaikkojen arvosanoja (Taulukko 4) tarkasteltaessa erittäin tyytyväisiä ja tyytyväisiä hiihtolatuihin oli 84,2 vastaajista ja tyytymättömiä tai erittäin tyytymättömiä 15,8 prosenttia vastaajista. Kajaanissa hiihtolatuja on yhteensä noin 190,8 kilometriä kunnostettavaa latua. Näistä valaistuja reittejä on 40 kilometriä, pohjattuja yhdysreittejä 130 kilometriä. Jäälatuja Kajaanissa on noin 20 kilometriä. Lisäksi koulujen ja päiväkotien ympärille ajetaan talvisin väli- ja liikuntatunteja varten helppoja latuja. Näitä latuja on noin 15 koulun yhteydessä ja latujen pituus vaihtelee 500 1500 metriin. Usein ladut liittyvät viralliseen latuverkostoon.

Kokonaisuudessaan hiihtolajien nykytilaan tyytyväisiä oli valtaosa vastaajista. Hiihtoladut keräsivätkin kiitosta ja esimerkiksi ensilumenlatuun oltiin tyytyväisiä. Avoimissa vastauksissa esiin nousi myös kehittämistarpeita ja -ideoita, koska kyseessä on suosittu ulkoiluolosuhde. Eniten toivottiin latujen parempaa kunnossapitoa ja valaistusta esimerkiksi Vimpelin suositulle ladulle. Kaupungin hiihtolajien ylläpitoon kohdennettujen resurssien kaventuminen oli myös huomattu ja verkoston laajentamista toivottiin. Ennen Kajaanissa oli 320 kilometriä latua, nyt noin 100 kilometriä. Liikuntakulttuurissa tapahtunut lajivalikoiman monipuolistuminen näkyi Kajaanin asukaskyselyssä ja myös hiihtoladuilla siten, että esimerkiksi koirahiihtoreiteillä ja talvisella osoitetuilla metsässä sijaitsevalla kävelyreitillä olisi nykyisin kysyntää. Selkeä kehittämiskohde, joka nousi esiin, oli kelkkojen, koiran ulkoiluttajien ja kävelijöiden ulkoilu laduilla. Konfliktit saattaisivat vähentyä jos näille ulkoilijoille osoitettaisiin oma ulkoilupaikka ja informoimalla kohteesta hyvin.

4.2.2.4 Muut ulkoilureitit

Esteetön luontoliikunta

Kajaanissa ei ole yhtään esteetöntä ulkoilureittiä. Lähin reitti on Puolangan kunnassa sijaitsevalla Hepokönkään Natura -alueella. Erityisreitin puute maastossa kulkevien pyörätuolireittien osalta tunnustettiin ulkoilutyöryhmässä. Pyörätuoleille soveltuva reitti soveltuisi moneen tarkoitukseen esteettömän ulkoilun rinnalla: lapsiperheiden rattailla tehtäviin lenkkeihin ja rollaattorilla liikkuvien ulkoiluun. Väestön ikääntyessä myös sen tarve tulee kasvamaan. Asukaskyselyn vastaajista 3,6 prosenttia piti pyörätuolireittien nykytilaa hyvänä. Jonkin verran tai paljon kehittämistarvetta näki 19,4 prosenttia vastaajista. Osa vastaajista ihmettelikin kysymyksenasettelua, sillä Kajaanissa ei tiedetty olevan pyörätuolireittiä.

Matkaluistelurata

Kajaanissa matkaluistelurata on ollut keskustan tuntumassa sijaitsevalla Kaupunginlammella talvena 2009–2010. Myös Vuokatissa Katinkullan rannassa, Nuasjärven jäällä on retkiluistelurata. Iso haaste ylläpidossa kuitenkin oli veden nousu jään ja lumen väliin, joka pilasi radan. Selvityksen asukaskyselyn vastaajista 29,5 prosenttia oli sitä mieltä, että matkaluistelureitillä on jonkin verran tai paljon kehittämistarvetta. Tarkasteltaessa kehittämissuunnitelmia kehittäminen liittyy toiveeseen reitin olemassaolosta. Ulkoilutyöryhmä näki olosuhteen parhaiten toimivan yrittäjävetoisesti. Kohteeksi ideoitin Ämmänpuron puistoa kaupunginlammen alueella.

Talvikävelyreitit

Haasteena Kajaanissa on asukaskyselyn mukaan talviaikaisen kävelyn ja hiihdon olosuhdetarpeiden yhdistäminen, joka nousi esiin myös hiihtolajien yhteydessä. Ulkoiluolosuhteiden selvityksen asukaskyselyssä ilmeni selvästi tarve erilliselle talvikävelyreitille. Kävelyenkeijä ja koiranulkoiluttajat halusivat talvella kevyen liikenteen väylien lisäksi päästä ulkoilemaan myös luontoon ja metsään. Osa vastaajista toivoi, että tällaisella reitillä voisi ulkoiluttaa myös koiraa. Hiihtäjien ja kävelijöiden sekä koiran ulkoiluttajien väliset konfliktit ovat olleet Kajaanissa jokatalvinen ongelma. Talvisten luonnossa kulkevien kävelyreittien toteuttaminen vastaisi niin hiihtäjien kuin kävelijöidenkin toiveisiin ja lisäisi molempien osapuolten turvallisuutta. Erkin polku on Kajaanin talvikävelyreitti, joka on suosittu myös koiranulkoiluttajien keskuudessa. Kunnassa on muutama kohde, joissa saa ulkoiluttaa koiraa ulkoilureitillä, mutta lähinnä tämä on arki-iltana kello 19.00 jälkeen. Toivomuksia tulee myös suoraan aikaisemmasta ajankohdasta tai omasta reitistä.

Ratsastusreitit

Kajaanissa ei ole virallista ratsastusreittiä, mutta ratsastusta harrastetaan Matinmäellä ja Kuluntalahdella. Nämä reitit ovat kuitenkin yksityisten ylläpidossa. Haasteita reiteillä on: samoilla reiteillä harrastetaan kelkkailua ja hevonen saattaa pelätä autoja.

Maastopyöräily

Maastopyöräireittejä Kajaanissa on useita: lähes kaikkia kuntoratoja, latupohjia, polkuja ja metsäteitä pitkin voi pyöräillä. Reittejä pitkin voi ajaa jokamiehenoikeuksiin nojaten. Ulkoilutyöryhmässä esiin nousi maastopyöräilyreittien kehittäminen reittien merkitsemisen näkökulmasta. Maastopyöräily on yksi niistä lajeista, joilla voi myös olla tulevaisuudessa merkitystä alueen luontomatkailua kehitettäessä. Selvityksen asukaskyselyssä kyseltiin merkittävien maastopyöräilyreittien perään. Omatoimista maastopyöräilyä harrasti osa vastaajista. Vastaajista 28,1 prosenttia näki reiteissä jonkin verran tai paljon kehittämistarvetta. Reittien luontoon merkitsemisen lisäksi toivottiin niiden lisäämistä ulkoilukarttaan. Kunnassa on muutama hieno pidempi reitti, jotka sopisivat myös matkailuun.

Suunnistusalueet

Suunnistusalueita ilmoitti käyttävänsä 9,4 prosenttia asukaskyselyyn vastanneista. Kyselyn avoimissa vastauksissa suunnistus ei noussut merkittävästi esiin. Kaupungissa suunnistuskarttoja pitää yllä Kajaanin suunnistajat ry kaupungin tuella ja kartat löytyvätkin yhteensä 28 suunnistusalueesta.

4.3 Uimarannat ja avantouintipaikat

Kajaanissa on tällä hetkellä 3 uimarantaa: Paltaniemi, Kuluntalahti ja Kesäniemi. Kyläyhdistykset pitävät myös yllä rantoja (Mainuanjärvi ja Jormuanlahti). Suunnitteilla myös Pöyhylänniemeen uusi

ranta. Paltaniemen rannan kehittäminen oli käynnissä mutta prosessi on kesken. Lisäksi Kajaanissa on kesäisin suosittu maauimala.

Selvityksen asukaskyselyn vastaajista 62,6 prosenttia käytti uimarantoja ulkoilupaikkana. Asukaskyselyssä asukkaista 58,3 prosenttia näki uimarannoilla olevan jonkin verran tai paljon kehittämistarvetta. Enimmäkseen asukkaat näkivät kehittämistarvetta olevan jonkin verran. Selvityksen asukaskyselyn vastaajista 58,2 prosenttia oli joko erittäin tyytyväisiä tai tyytyväisiä uimarantoihin siinä missä 41,8 prosenttia sanoi olevansa tyytymättömiä tai erittäin tyytymättömiä (Taulukko 4). Kehittämisehdotuksia tarkasteltaessa koskivat ne rantojen ja niillä sijaitsevien pukukoppien siisteyttä ja koirien ulkoilutuskieltoa rannoilla. Varsinkin Paltaniemen uimaranta vaatisi kunnostamista.

Avantouintipaikat

Kajaanissa on yksi avantouintipaikka Onnelan rannassa, jossa myös kesällä kylmäallas. Kajaanin Kylmäkaraisukeskus nimellä kulkeva avantouintipaikka on hyvässä kunnossa. Avantouinnista Kajaanissa vastaa Kajaanin avantouimarit ry ja he myös ylläpitävät uintipaikkaa talvella kaupungin tuella.

4.4 Ulkokentät ja muut ulkoliikuntapaikat

Kajaanissa on yhteensä 4 nurmikenttää ja 33 hiekkakenttää, joista 26 jäädytetään luistelukäyttöön. Määrä ei sisällä puistoja. Selvityksen asukaskyselyssä ulkokenttiin oltiin kokonaisuudessaan tyytyväisiä (yleisarvosana tyytyväinen). Selvityksen asukaskyselyn vastaajista 81,4 prosenttia oli joko erittäin tyytyväisiä tai tyytyväisiä uimarantoihin siinä missä 25,8 prosenttia sanoi olevansa tyytymättömiä tai erittäin tyytymättömiä (Taulukko 4). Asukkaat näkivät ulkokentillä myös kehittämistarpeita.

Luistelukentät

Kunnassa 27 luistelukenttää. Kuntien luistelukenttien ylläpitoa on supistettu resurssien pienennyttyä ja osaa pitää yllä asukasyhdistykset. Ulkokenttiä koskevassa kohdassa eniten kehittämisehdotuksia tulikin luistelukenttiin liittyen. Tarvetta olisi tekojäädalle varsinkin koska kunnassa ei ole harjoitusjäähallia. Vimpelin suunnalle on ideoitu kohdetta ja sama kenttä voisi toimia kesällä tenniskenttänä. Kohde on investointisuunnitelmissa nostettu esiin, mutta ei ole vielä päässyt toteutuvien listalle. Ulkoiluolosuhteiden selvityksen asukaskyselyyn vastanneista 36 prosenttia ilmoitti käyttävänsä luistelukenttiä ja kaukaloita liikuntaan ja ulkoiluun. Kaikista vastaajista 32,4 prosenttia näki luistelukentillä ja 13,7 prosenttia tekojäällä jonkin verran tai paljon kehittämistarvetta. Vastaajista nykytilaa piti hyvänä luistelukenttien ja kaukaloiden osalta 11,5 prosenttia ja tekojäiden 4,3 prosenttia osalta.

Yleisurheilukentät

Ulkoiluolosuhteiden selvityksen asukaskyselyyn vastanneista noin 21,6 prosenttia ilmoitti käyttävänsä yleisurheilukenttiä liikkumiseen ja ulkoiluun. Kaikista vastaajista 10,8 prosenttia näki yleisurheilukentillä jonkin verran tai paljon kehittämistarvetta. Nykytilaa piti hyvänä 26,6 prosenttia vastaajista.

Palloilukentät

Ulkoiluolosuhteiden selvityksen asukaskyselyyn vastanneista 19,4 prosenttia ilmoitti käyttävänsä eri kokoisia hiekka- ja nurmipalloilukenttiä, 12,2 prosenttia beachvolleykenttiä, 8,6 prosenttia tenniskenttiä, 2,9 prosenttia koripallokenttää, 5,0 prosenttia pesäpallokenttiä ja 3,6 prosenttia

lentopallokenttiä ulkoiluun ja liikkumiseen. Vastaajista 20,1 prosenttia näki eri kokoisissa hiekka- ja nurmipalloilukentissä, 17,3 beachvolleykentissä, 11,5 tenniskentissä, 11,5 koripallokentissä, 4,3 pesäpallokentissä ja 12,9 lentopallokentissä jonkin verran tai paljon kehittämistarvetta. Kyselyn avoimissa vastauksissa erilaiset palloilukentät eivät nousseet merkittävästi esiin. Nurmikenttien kunnossapitoon toivottiin panostuksia.

4.5 Erilaiset puistot, ulkoilu- ja virkistysalueet ja suojelukohteet

Puistot ja viheralueet

Rakennettua viheraluetta Kajaanin pinta-alasta on noin x hehtaaria. Kajaanissa on 87 puistoa. Näitä ovat muun muassa Rantapuisto, Suvantopuisto, Kirkkopuisto, Toripuisto, Urho Kekkonen puisto, Ämmänpuronpuisto, Vimpelinlahden puisto, Tullikallion puisto, Rostinhovinpuisto, Sammonpuisto, Pyykänpuronpuisto ja Nuotiopuisto. Ulkoilutyöryhmässä nähtiin Kajaanin puistojen ylläpidon huonontuneen viimeisen kymmenen vuoden aikana. Rantapuistoa on jonkun verran kunnostettu lähinnä raivauksen muodossa. Kohteessa olisi kuitenkin potentiaalia vaikka kansalliseksi kaupunkipuistoksi. Raatosuonpuistossa on tehty kunnostusta. Ämmänpuronpuisto sen sijaan on huonossa kunnossa, mutta siinä on potentiaalia hyväksi kohteeksi.

Ulkoiluolosuhteiden selvityksen asukaskyselyyn vastanneista 64 prosenttia ilmoitti käyttävänsä lähipuistoja ulkoiluun tai liikuntaan. Asukaskyselyssä vastaajilta kysyttiin lähipuistojen kehittämistarvetta: 46,8 prosenttia vastaajista näki lähipuistoilla jonkin verran tai paljon kehittämistarvetta. Lähipuistojen nykytilaa piti hyvänä 22,3 prosenttia vastaajista. Vastaajista puistoihin yleensä on erittäin tyytyväisiä tai tyytyväisiä 52 prosenttia. Puistojen kehittämistarpeita tarkasteltaessa ei kuitenkaan nouse esiin merkittäviä kehittämissuhteita. Kehittämissuhteita tarkasteltaessa huomataan tämän johtuvan kehittämissuhteiden kohdistumisesta tarkempiin kohteisiin: puistoista lähteviin ulkoilureitteihin, ulkoilupalveluihin tai ulkokenttiin.

Lähiliikuntapaikat

Kajaanissa on yhteensä 3 lähiliikuntapaikkaa. Lohtajan lähiliikunta-alue oli kunnan ensimmäinen ja valmistui vuonna 2006. Alueella Lohtajan koulun ympäristössä on muun muassa monitoimiareena, skeittialue, katukoripallokenttä, pallokentät, leikkivälialueet, seikkailualue ja hiihdon harjoittelupaikat. Lisäksi Lehtikangankaalla ja Hetteenmäellä on lähiliikuntapaikat. Tällä hetkellä kaupungin uusien lähiliikuntapaikkojen rakentamisvauhti on keskimäärin 1 lähiliikuntapaikka/2 vuotta. Vuonna 2013 vuorossa on Kuurna.

Ulkoiluolosuhteiden selvityksen asukaskyselyyn vastanneista 30,9 prosenttia ilmoitti käyttävän lähiliikuntapaikkoja ulkoiluun tai liikuntaan (lasten ja nuorten liikuntaan sekä terveysliikuntaan tarkoitettu liikuntapaikka, joka sijaitsee asuinalueella tai välittömässä läheisyydessä). Asukaskyselyssä vastaajilta kysyttiin lähiliikuntapaikkojen kehittämistarvetta: 27,3 prosenttia näki lähiliikuntapaikoilla jonkin verran tai paljon kehittämistarvetta. Lähiliikuntapaikkojen nykytilaa piti hyvänä 12,9 prosenttia vastaajista. Vastaajista lähiliikuntapaikkoihin yleensä on erittäin tyytyväisiä tai tyytyväisiä 44 prosenttia.

Oulujärven retkeilyalue

Suomen ainoa sisävesillä sijaitseva valtion retkeilyalue löytyy Oulujärveltä ja Manamansalon leirintäalue toimii sen opastuskeskuksena. Retkeilyalueen saarille pääsee vuokraamalla veneen. Osa retkeilyalueesta sijaitsee myös leirintäalueen ympärillä. Manamansalon saaren hiekkarannoilla sijaitsevassa lomakylä Kultahiekoilla on majoitusta 17 mökissä. Alueella on myös

teltta- ja vaunupaikkoja, rantasauna, elintarvikekioski, keskiolutterassi rannalla sekä kahvio, josta saa kotiruokaa.

Oulujärven lomakylä

Upealla, luonnonkauniilla Oulujärven länsirannalla, Vaalasta n. 9 km Säräisniemelle päin sijaitsevalla leirintäalueella on 12 kpl 2-6 hengen leirintämökkiä sekä asuntovaunu- ja telttapaikkoja. Alueella on lisäksi kahvio-kioski, grillikatos, rantasauna, soutuveneitä ja lapsiystävällinen uimaranta. Alueen nurmikentillä tai hiekkarannalla voi pelata rantalentopalloa, sulkapalloa, pöytätennistä, krokettia, petanquetta tai mölkkyä.

Kaupungin taajamametsät

Kaupungin taajamametsien ensisijaisena hoidon tavoitteena on saada metsäalueet säilymään ja kehittymään metsinä. Hoidon periaatteena on ekologisen kestävyys ja jatkuvuuden säilyttäminen, viihtyisän asumis- ja virkistysympäristön kehittäminen, monipuolisen kaupunkikuvan säilyttäminen, suojavaikutusten lisääminen ja mahdollisten kulttuuriarvojen säilyttäminen. Taajamametsät toimivat myös merkittävänä ulkoilupaikkana. Esimerkiksi selvityksen asukaskyselyyn vastanneista 64 prosenttia ilmoitti käyttävän metsää ulkoiluun tai liikuntaan. Kajaanin kaupungin metsien hoito kuuluu Ympäristöteknisen toimialan maankäyttö ja metsät tulosityksikölle. Metsiin kohdistuu puuntuotannollisten eli taloudellisten odotusten ohessa monenlaisia virkistyskäytön ja suojelun tarpeita. Yhteensä metsää on 7000 hehtaaria, josta 6000 hehtaaria on talousmetsää ja 1000 hehtaaria taajamametsää.

Suojelualueet ja luontokohteet

Kajaanin kaupunki on hakenut luonnonsuojelulain mukaisen rauhoitus päätöksen Jauhokallion alueelle Kajaaninjoen pohjoisrannalla, Arppen muistometsäalueelle Kivimäessä ja Kuluntajärven kaakkoisrannalla sijaitsevalle Viidanrannan alueelle. Kaupungin mailla on siis luonnonsuojelulain, metsälain ja maankäyttö- ja rakennuslain keinoin varattu luonnonsuojelutarkoituksiin maa-alaa yhteensä noin 21,5 hehtaaria. Suojelualueista pinta-alallisesti laajimpia ja siten usein muun muassa retkeilynomaiseen virkistyskäyttöön soveltuvia ovat Suomen Natura 2000 -verkostoon kuuluvaa kohteet. (Liite 2.) Niitä kaupungissa on yhteensä 10 kpl sekä yksityisellä että valtion maalla:

- | | |
|-------------------------------------|---|
| • Kiiskinen ja Varissuo | noin 360 ha |
| • Lehmivaaran ja Torakankaan lehdot | Lehmivaara myös lehtojensuojeluohjelmassa |
| • Ärjänsaari | 300 ha, säännöllinen veneliikenne kesä 2010 |
| • Pekonkangas-Salmijärvi | Harjunsuojeluohjelman kohde |
| • Kuluntajärvi | noin 100 ha, Lintujensuojeluohjelma |
| • Karppisensuo-Salinsuo-Joutensuo | Soidensuojeluohjelma- ja Natura-kohde |
| • Oulujärven lintusaaret | osa saarista Oulujärven retkeilyaluetta |
| • Patjamäki-Pöntönsuo | noin 300 ha, myös vanhojen metsien suojelukohde |
| • Otanneva | Myös soidensuojeluohjelman kohde |
| • Rimpineva-Matilanneva | Vetinen aapasuo, Kainuun paras lintusuo, myös soidensuojeluohjelman kohde |

Lisäksi Talaskankaan alue on yksityisellä maalla sijaitseva metsä- ja suoalue Kajaanin, Sonkajärven ja Vieremän kuntien rajalla, joka on suojeltu luonnonsuojelulla. Alueella on myös helppokulkuinen retkeilyreitti.

4.6 Veneily, melonta ja virkistyskalastus

Veneily ja melonta

Kaupungin läpi Nuasjärvestä Oulujärveen laskeva Kajaaninjoki tarjoaa hyvät puitteet veneilylle. Kajaanin seudulla on 8 veneilyyn tarkoitettua ja hyvin varusteltua kaupunkilaisten ja vierasvenesatamakäytössä olevaa satamaa. Näitä ovat Koutalahti, Kuluntalahti, Paltaniemi, Petäisenniska, Suvantoranta, Tehtaanranta ja Kalkkisilta (Liite 2). Melontaan merkittviä ja taukopaikkojen osalta ylläpidettyjä melontareittejä Kajaanissa on Vuolijoen 22,5 kolometrin pituinen kanoottireitti. Oulujärvellä melominen on haastavaa saarien vähyyden ja suurilta järvenseliltä puhaltavien tuulien vuoksi. Melominen tyynellä säällä rantoja myötäillen on mahdollista lähes joka puolella järveä.

Ulkoiluolosuhteiden selvityksen asukaskyselyssä noin 19,4 prosenttia vastaajista näki melontareiteillä, 17,3 prosenttia veneilyreiteillä ja 24,5 prosenttia veneilyn, soudun ja melonnan rantautumispaikoilla joko jonkin verran tai paljon kehittämistarvetta. Selvityksen asukaskyselyssä keskeisimmäksi ongelmaksi nousee suunniteltujen, kunnollisten ja hyvin markkinoitujen melontareittien. Varsinkin tietoa rantautumispaikoista kaivattiin.

Virkistyskalastus

Virkistyskalastuksen mahdollisuudet ovat vesistörikkaalla seudulla hyvät. Kajaanin kosket on valjastettu, mutta Kajaaninjoki ja Iso-Ruuhijärvi ovat suosittuja kalastuskohteita. Linnanvirralla on lähes ympäri vuoden kalastajia. Linnasaarella, rantapuistoissa ja tervalaiturilla on helppo liikkua. Myös Ämmäkosken alapuoli kuuluu kalastusalueeseen. Aivan padon alapuoli on rauhoitettu, mutta pohjoisrannalla on satoja metrejä kalastettavaa virtaa. Kalkkisillan laiturista Renfors-talon luota pääsee veneellä Oulujärven kalavesille. Iso-Ruuhijärvi on metsäjärvi, jonka lohikaloja pyydetään kesällä veneestä ja talvella pilkkien. Järvelle on rakennettu kalastajien tarvitsemat palvelut. Ruuhijärvi on suosittu kaupungin lähellä sijaitseva kalavesi, jonka tunnelma on erämainen. Hyviä rannalta kalastuspaikkoja ovat lukuisat niemet. Kalastuslupia voi hakea muun muassa Kajaani Infosta.

4.7 Muut ulkoilupaikat ja -kohteet

Golfkentät ja frisbeegolfradat

Golfin harrastuspaikka Kajaanissa on Kajaanin Golf (KaG). Kajaanin Golf kenttä on valmistunut vuonna 1991. Se on rakennettu kumpuilevaan maastoon. Alueen läpi virtaava Syväoja vaikuttaa lähes jokaisella väylällä. Kentällä on 9 väylää. Frisbeegolfrata Kajaanissa sijaitsee Lehtikankaan lähiliikunta-alueella. Rata on nimeltään Lehtikangas DiscGolfPark ja se on kaupungin omistuksessa. Ulkoiluolosuhteiden selvityksen asukaskyselyssä frisbeegolfrata saikin kiitosta ja kehuja asukkailta ja sen rakentamista pidettiin onnistuneena ratkaisuna.

Hevos- ja raviurheilu

Hevos- ja raviurheilun toiminnat ovat keskittyneet Kajaanin Ravirata Oy:n hallinnoimalle Kainuun raviradan alueelle, josta on muodostunut maakunnallinen keskus.

Koiraurheilu

Kajaanissa on yhteensä neljä aidattua koirapuistoa. Nämä sijaitsevat keskustassa lähellä Puistolaa, Lohtajalla, Kötässä ja Laajankankaalla. Puistoja ylläpidetään kaupungin toimesta. Koirien ja muiden lemmikkieläinten määrä lisääntyy koko ajan ja samalla myös niiden parissa tapahtuva liikunta ja ulkoilu. Kuten hiihtolajien ja uimarantojen yhteydessä jo todettiin, koiran ulkoiluttajat toivoisivat

varsinkin koirahiihtolatua, jossa tietynä aikana saisi hiihtää koiran kanssa, talvikävelyreittiä metsässä sekä uimarantaa, jossa koiran uittaminen olisi sallittua.

4.8 Ulkoilupalvelut: viitoitukset, taukopaikat, karttamateriaalit ja viestintä

Kajaanin ulkoiluolosuhteiden asukaskyselyssä ulkoilua tukevia palveluita pyydettiin arvioimaan viisiportaisella *erittäin hyvä – hyvä – ei hyvä eikä huono – huono – erittäin huono* -asteikolla. Analysointivaiheessa keskimäinen vastaus (ei hyvä eikä huono) poistettiin vastauksista. Avoimissa vastauksissa vastaajat saivat myös tuoda esiin havaitsemiaan puutteita ja esittää omia kehittämissuhteita. Kokonaisuudessaan suhteutettuna ulkoilupaikkojen arvosanoihin, on ulkoiluolosuhteisiin liittyvissä palveluissa enemmän kehittämistä. (Taulukko 5.)

Taulukko 5. Ulkoiluolosuhteisiin liittyvien palvelujen arvosanat.

	4 Erittäin hyvä	3 Hyvä	2 Huono	1 Erittäin huono	Yhteensä	ka.
Ruoanlaitto-, tauko- ja yöpymispaikat	3	19	31	11	64	2,22
Opastustaulut ja viitat	1	58	21	5	85	2,65
Yrittäjien tuottamat palvelut (esim. kahvilat ja ohjelmapalvelut)	3	13	52	9	77	2,13
Välineiden vuokraus- ja huoltopalvelut	2	10	41	9	62	2,08
Kunnan sähköiset ja paperiset ulkoilukarttamateriaalit	4	46	22	3	75	2,68
Esitteet ja tiedotteet internetin, lehtien, radion ja television kautta	2	30	38	6	76	2,37

Opastustaulut ja viitat

Opastustaulujen ja viittojen nykytilaa piti hyvänä tai erittäin hyvänä 69,4 prosenttia vastaajista. Tyytymättömien tai erittäin tyytymättömien osuus oli 30,6 prosenttia vastaajista. (Taulukko 5.) Tyytyväisyyden rinnalla vastaajat toivoivat viittojen kunnostamista ja yhtenäistämistä edelleen varsinkin luontopolkujen ja retkeilyreittien osalta. Yleinen toive oli saada reittien pituudet ja etäisyydet reittien varrelle. Ulkoilutyöryhmä totesi kaupungin ulkoilureittien opastuksen ja viitoitusten kehittyneen paljon: tuoteturvallisuuslain myötä kehittäminen on ollut systemaattista ja jokaisella lähtöpaikalla on esimerkiksi kohteen tiedot hätätilannetta varten. Kunnossapitoa myös tehdään koko ajan. Kunnalla on myös omat laitteet viittojen tekemiseksi, joka helpottaa niiden tekemistä sekä säästää kustannuksissa.

Kunnan sähköiset ja paperiset ulkoilukarttamateriaalit

Lähes yhtä tyytyväisiä asukaskyselyyn vastanneet olivat kaupungin sähköisiin ja paperisiin ulkoilukarttamateriaaleihin. Yhteensä 66,7 prosenttia vastaajista piti niiden nykytilaa erittäin hyvänä tai hyvänä. Tyytymättömien tai erittäin tyytymättömiä vastaajia oli 33,3 prosenttia vastaajista. (Taulukko 5.) Kunnassa on hyvä paikkatietojärjestelmä, Kainuun ulkoilukartta, joka toimii infona asukkaille ja työkaluna viranhaltijoille. Kartta on seudullinen ja syntyi hankkeen voimin. Tarvetta kuitenkin sekä asukaskyselyn kehittämissuhteiden että Kajaanin ulkoilutyöryhmän mukaan olisi latu- ja ulkoilualueiden kunnossapito -infolle, josta asukas saisi reaaliaikaista tietoa latujen, luistelukenttien sekä muiden ulkoilupaikkojen kunnossapitotilanteesta. Myös Kainuun ulkoilukartan tietojen päivittämistä toivottiin.

Ruoanlaitto-, tauko- ja yöpymispaikat

Kajaanissa on yhteensä 41 erilaista tauko-, ruoanlaitto- ja yöpymispaikkaan. Ulkoiluolosuhteiden selvityksen asukaskyselyyn vastaajista 65,6 prosenttia arvioi nykytilan huonoksi tai erittäin huonoksi. Nykytilaa piti hyvänä 34,4 prosenttia vastaajista. (Taulukko 5.) Laavujen sijainnista toivottiin tiedotettavan kaupungin verkkosivuilla. Taukopaikkojen määrä suhteutettuna niiden asukaskyselyssä saamaan arvosanaan nimenomaan antaa ymmärtää että niiden markkinointiin tulisi panostaa. Taukopaikkojen parempaa kunnossapitoa toivottiin myös. Vuohijoelle ja Töllivaaraan on tulossa vuonna 2011 uusi laavu. Myös kyläyhdistykset pitävät paikkoja yllä.

5 ULKOILUOLOSUHTEIDEN MUUTOS KAJAANISSA

Ulkoiluolosuhteiden toimintaympäristö on muuttunut ajan myötä. Liikuntakulttuuri on laajentunut urheilusta kuntoilun kautta terveys- ja arkiliikuntaan. Ulkoilun ja liikunnan merkitys terveyden, hyvinvoinnin ja elämänlaadun lähteenä on vahvistunut. Liikunnalla ja ulkoilulla on todettu saavutettavan yksilötason terveyttä edistävien fyysisten, psyykkisten ja sosiaalisten vaikutusten lisäksi merkittäviä kansantaloudellisia ja yhteiskunnallisia vaikutuksia. Liikunnalla on keskeinen merkitys sosiaalisen ja psyykkisen hyvinvoinnin lisäämisessä, sillä liikunnan harrastamiseen liittyviä motiiveja ja vaikutuksia terveyden ja hyvinvoinnin lisäksi ovat ilo, virkistys, sosiaalinen vuorovaikutus, rentoutuminen ja luonnosta nauttiminen. Liikunnan ja ulkoilun avulla vaikutetaan myönteisesti yhteisöllisyyden ja suvaitsevaisuuden lisääntymiseen, syrjäytymisen ehkäisyyn sekä tasa-arvoisemman yhteiskunnan rakentumiseen.

Viimeisen kymmenen vuoden aikana ulkoiluolosuhteissa laajivalikoimassa on tapahtunut muutoksia. Toisaalta ulkoilupaikkojen valikoima on laajentunut ja muuttuneeseen kysyntään on pystytty vastaamaan esimerkiksi frisbeegolfratojen, lähiliikuntapaikkojen, ensilumenladun ja matkaluisteluradan muodossa. Samalla myös resurssit ovat kaventuneet ja karsintaa on jouduttu tekemään resurssien puuttuessa. Kohteita on keskitetty ja näin myös kunnossapito on helpompaa resurssien puitteissa. Uimarantoja on lakkautettu sekä leikkipuistoja ja ulkoilureittien hoitoa priorisoitu ja niille tehty hoitoluokitus. Toisaalta lähiliikuntapaikkoihin on voitu kohdentaa investointeja. Olennainen muutos on tapahtunut lähiöissä, joissa puistoja on lakkautettu ja toisten tilalle on rakennettu lähiliikuntapaikkoja ja uusittu välineitä. Euroopan unioni ja tuoteturvallisuuslaki ovat myös vauhdittaneet kehitystä. Kuntaan on myös viimeisten kymmenen vuoden aikana syntynyt uusia asuinalueita, joille rakennettu ulkoilumahdollisuuksia.

Kajaanissa vuonna 1998 tehdyn ulkoilukatselmuksen raportin (Suomen Latu, SULKA I -projekti) mukaan Kajaanissa oli yleisesti ottaen monipuolisen ulkoilun harrastamiseen hyvät mahdollisuudet. Raportissa myös todettiin entistä tehokkaamman tiedottamisen varmasti tuovan vielä lisää myös ulkopaikkakuntalaisia käyttäjiä.

Kohdekohtaiset muutokset

Kevyen liikenteen väylien osalta nähtiin jo tuolloin yhteyspuutteiden täydentämis- ja väylien kunnostamistarvetta. Pyöräilijöille ehdotettiin omia väyliä varsinkin keskustassa ja myös viitoituksen tarkentaminen oli kehittämisehdotuksena nostettu esiin. Kauppatua ehdotettiin kehitettäväksi kävelypainotteiseksi ja Raatihuoneen torin rauhoittamista kävelijöille. Myös tämän selvityksen asukaskyselyssä esiin noussut risteysalueiden reunakivien lasku oli jo tuolloin aiheena. Kylmän ja Nuasjärven alueen kehittäminen ja Oulujärven pyöräilyhanke olivat myös kehittämisehdotusten listalla. Pyöräteiden ja kevyen liikenteen väylien suhteen merkittävää parannusta ei siis kymmenessä vuodessa ole tapahtunut.

Ulkoilureittien osalta latuja oli Kajaanissa vuonna 1998 yhteensä n. 320 km siinä missä niiden määrä on supistunut noin 190 kilometriin. Samalla kuitenkin valaistujen latujen ja kuntoratojen määrä on kasvanut 32 kilometristä 40 kilometriin. Vuonna 1998 jääladut olivat erittäin suosittuja mutta nykyisellään niitä ylläpidetään vain vähän (noin 20 kilometriä). Kehittämislistalla vuonna 1998 oli myös maastohiihtomaakunta -projektin mukaisen yhtenäisen opastus- ja merkintäjärjestelmän loppuun saattaminen ja ylläpito. Tässä kehitystä onkin tapahtunut kymmenen vuoden aikana.

Pölyvaara ja Vimpelin valaistut reitit olivat jo tuolloin suosituimmat ulkoilureitit. Ulkoilureittien osalta ulkoilutyöryhmässäkin todettu varuste- ja hoitotason huonontuminen on ollut konkreettinen muutos. Luontopolkujen kunnossapito nousi esiin myös kymmenen vuotta sitten. Vuonna 1998 kehittämiskohteeksi oli nimetty myös retkeilyreittien tiedotuksen ja markkinoinnin kehittäminen niiden alhaisen käyttöasteen vuoksi. Kajaani-Vuokatti ulkoilureitti-hanke oli tuolloin jäissä, kuten on edelleen maanomistajasopimusten puuttumisen vuoksi. Veneilyreittien ja rantautumispaikkojen kunnostus oli myös kehittämiskohteena vuonna 1998. Koirareittien suhteen kehitteillä oli reitti jo vuonna 2011. Maastopyöräilyreittien osalta ehdotettiin niiden kartoittamista yhdistyksen toimesta.

Yhteistyön lisääntyminen

2000-luvulla Kajaanin ulkoiluolosuhteisiin kohdistuvia muutoksia ovat olleet yhteistyön lisääntyminen ja paraneminen eri tahojen kesken. Eri hallintokuntien ja toimijoiden välinen avoin ja ennakkoluuloton yhteistyö sekä hallintokulttuurin muuttaminen yhä osallistuvampaan suuntaan avaavat uusia, synergiaetuja tuottavia toimintatapoja vastata eri käyttäjäryhmien asettamiin palvelutarpeisiin. Kaupunki on pieni, joten yhteistyö on helppoa ja toimii. Yhteistyötä tehdään myös kolmannen sektorin, varuskunnan ja koko seutukunnan kanssa. Kainuun liikunnan rooli on kasvanut viime vuosina (seurojen edunvalvoja). Niukkenevien varojen tilanteessa yhteistyö entistä tärkeämpää. Vapaaehtoisuus myös kolmannella sektorilla on vähentynyt ja tätä kautta kolmannen sektorin tekemä ylläpito on kallistunut. Yhteistyö kolmannen sektorin ja asukkaiden suuntaan vaatii kaupungilta aktiivisuutta ja herkkää korvaa sekä tasapuolisuutta. Liikunnallisuuden lisäämiseksi tarvitaan eri toimijoiden sitoutumista liikunnan edistämiseen, yhteistyön tehostamista liikunta- ja urheiluseurojen, eri järjestöjen kanssa sekä kansalaisten liikunnallisen omavastuun lisäämistä. Kattavalla ja monipuolisella liikuntapalveluverkolla voidaan vaikuttaa myönteisesti alueen vetovoimaisuuteen ja liikuntapalvelujen saavutettavuuteen.

Väestön ikääntyminen Kajaanissa

Tapahtuva väestön ikärakenteen muutos vaikuttaa ulkoilupalvelujen kysyntään ja sen tulisi vaikuttaa myös niiden tarjontaan. Vuonna 2010 Kajaanin 38 157 asukkaasta 17,4 prosenttia oli yli 64-vuotiaita. Tilastokeskuksen mukaan yli 65-vuotiaiden osuus Suomen väestöstä nousee nykyisestä 17 prosentista 27 prosenttiin vuoteen 2040 ja 29 prosenttiin vuoteen 2060 mennessä. Esteettömyys-, turvallisuus- ja saavutettavuus -vaatimukset kasvavat. Nämä laatutekijät ovat samalla kaikkien väestöryhmien edun mukaisia.

Väestön muuttoliike

Väestön muuttoliike kohti kasvukeskuksia aiheuttaa painetta kuntien toimintaympäristössä. Kokonaisuudessaan väestön muuttoliike edellyttää kunnilta yhä enemmän tietoa ja ennakointia myös ulkoiluolosuhteiden näkökulmasta. Tämä merkitsee lapsiperheille soveltuvia ulkoilupaikkoja uusilla asuinalueilla (lähimetsät ja lähiliikuntapaikat) siinä missä keskustassa on panostettava esteettömyyteen, saavutettavuuteen ja pyöräteiden hyvään kuntoon. Kaupungin vuosille 2011–2013 sijoittuvan maankäyttöpoliittisen ohjelman mukaan asemakaava-alueilla (keskustaajama, Otanmäki ja Vuolijoki) on 31.100 asukasta, mikä on 81,5 % kaupungin väestöstä. Keskustaajamassa ja sen välittömällä vaikutusalueella asuu 33.625 asukasta, mikä on 88,1 % väestöstä. Vuolijoen kunta liitettiin Kajaaniin kaupunkiin 1.1.2007.

Liikuntakäyttäjien eriytyminen

Liikuntakäyttäjien eriytyminen on toinen haaste, joka näkyy selvimmin lasten ja nuorten kohdalla mutta myös ikääntyvän väestön parissa. Liikunnallisesti hyvin aktiivisten kuin liikkumattomien määrät ovat kasvaneet. Lasten ja nuorten liikunnan harrastamisen tukemisella

monipuolisten mahdollisuuksien avulla ja liikunnallisen elämäntavan omaksumisella voidaan vaikuttaa positiivisesti pitkälle tulevaisuuteen. Myös ikääntyvän väestön toimintakyvyn ylläpitämiseksi eriytymistrendin ennaltaehkäisy on terveydenhuoltokustannusten näkökulmasta erityisen tärkeää.

Uudet olosuhteet

Liikuntakäyttäytymisessä, elämäntavoissa ja lajitarjonnassa tapahtuvat muutokset luovat paineita myös liikuntapaikkarakentamiselle. Liikuntapaikoissa painopiste suuntautuu perus- ja lähiliikuntapaikkoihin ja monikäyttöisiin liikuntatiloihin. Vapaa-ajalle asetettavat toiveet ja odotukset kasvavat edelleen, jolloin asiakkaiden laatutietoisuus ja odotusarvot liikunnan palvelutarjontaa kohtaan lisääntyvät. Uusien lajien nouseminen näkyy myös ulkoilupaikkojen ja virkistysalueiden vaatimuksissa. Matkaluistelu, maastopyöräily, talvikävely, lumikenkäily, ratsastusreittien tarve ja reittien esteettömyysvaatimukset väestön ikääntyessä ovat muuttaneet ulkoilupaikkojen vaatimuksia. Uusien lajien nousemiseen liittyy myös nuorten näkökulma, joka tulisi huomioida suunnittelussa.

6 SELVITYKSEN TOIMENPIDE-EHDOTUKSET

Kajaani on monipuolinen liikunta- ja urheilukaupunki. Ulkoilupaikkoja kehitetään vuodelle 2025 ulottuvan Kajaanin liikunnan olosuhdestrategian (2010) mukaisesti. Parhailaan Kajaanissa on käynnissä Kajaanin kaupunkikeskusta -hanke, jossa on luotu ydinkeskustan osalta tavoitteen sen yleissuunnittelulle. Toteutuessaan suunnitelma tulee linjaamaan myös Kajaanin ulkoliikuntapaikkojen, kevyen liikenteen väylien ja kaupunkipuistojen, kehittämistä. Suunnittelutyöllä kaupunki luo edellytykset ja suuntaviivat monipuoliselle liikunnalle ja liikunta- ja ulkoiluolosuhteiden kehittämiseksi yhteistyössä kunnan eri toimialojen ja kansalaistoimijoiden kanssa.

Keskeisenä strategisena tavoitteena Kajaanissa on terveyden ja hyvinvoinnin edistäminen elämänkaaren molemmissa päissä. Kansalaiset suhtautuvat liikuntaan myönteisesti, mutta myönteisestä ilmapiiristä ja tehdyistä toimenpiteistä huolimatta liikkumisen kokonaismäärä väestötasolla on kuitenkin vähentynyt ja polarisoitunut. Eri väestöryhmin väliset terveyserot ovat Kainuussa suuret. Liikunnan harrastaminen on väestötasolla yleisesti ottaen nousussa, mutta arkiliikunnan osuus laskussa.

Tämän raportin perusteella aktiiviset ulkoilijat Kajaanissa ovat kohtuullisen tyytyväisiä kaupungin ulkoilupaikkoihin. Suurimmat haasteet nykypäivän Kajaanin ulkoiluolosuhteissa liittyvät Kajaanin kevyen liikenteen väylien verkon kehittämiseen, olemassa olevien mahdollisuuksien kunnossapitoon (varsinkin luontopolut ja retkeilyreitit) ja uusien ulkoiluharrastusten huomioimiseen. Esteettömiin reitteihin, maastopyöräilyreitteihin, talvisiin kävelyreitteihin ja ratsastusreitteihin tulee panostaa jatkossa. Kajaanijokea ja Oulu- sekä Nuasjärveä toivottaisiin hyödynnettävän enemmän sekä kesä- että talviaikana: ulkoiluolosuhteiden selvityksen asukaskyselyssä moni vastaaja kaipasi jäälatuja, luistelureittejä sekä kävelyreittejä jäälle, joka näkyy myös nykyisten kohteiden suosiossa. Kesäajan käytössä esiin nousivat varsinkin melontareittien rantautumispaikat, joita tulisi markkinoida ja kehittää. Suhteutettuna ulkoilupaikkojen kehittämistarpeeseen vaikuttaisi ulkoilupalveluissa olevan enemmän kehittämistä: taukopaikkojen kunnossapito ja esimerkiksi reaaliaikainen kunnan seuranta nousevat esiin. Kokonaisuudessaan tarkasteltaessa Kajaanin ulkoilureittien ja kuntoratojen valikoimaa, se on monipuolinen. Markkinointia ja viestintää parantamalla voidaan ulkoilupaikkojen käyttäöstä parantaa ja arkiliikuntaa tukea laadukkaiden olosuhteiden kautta.

Tämän selvityksen perusteella Kajaanin ulkoilutyöryhmä ehdottaa seuraavia toimenpiteitä:

- Pyöräilyn ja kävelyn verkoston kehittämissuunnitelma
- Ulkoilureittien kokonaissuunnitelma sisältäen matkailun, viitoittamisen ja taukopaikkojen sekä tiedottamisen kehittämisen näkökulmat
- Uusien tai matkailullisesti tärkeiden olosuhteiden huomiointi: esteetön ulkoilureitti, retkeilyreittien kehittäminen, maastopyöräilyreitti ja talvikävelyreitin kokeilu

6.1 Pyöräteiden ja kevyen liikenteen väylien kehittäminen

Pyörätiet ja kevyen liikenteen väylät ovat yksi suosituimmista ulkoilupaikoista. Kajaanin ulkoiluolosuhteiden selvityksen asukaskyselyn vastaajista 88 prosenttia sanoi käyttävänsä pyöräteitä ja kevyen liikenteen väyliä ulkoiluun. Pyöräilyn ja jalankulun olosuhteisiin panostaminen lisää sekä työmatka, että vapaa-ajan pyöräilyä, jolla on suora yhteys fyysisen aktiivisuuteen.

Fyysinen aktiivisuus todistetusti vähentää terveydenhuollon tarvetta sekä lyhyellä, että pitkällä aikavälillä. Pyöräilyn olosuhteiden kehittäminen on myös tasa-arvoista: lähes jokainen liikkuu pyöräteillä tai jalankulkuväylillä. Pyöräteiden kehittämisellä on suora yhteys asukkaan kokemukseen pyöräilyn turvallisuudesta. Pyöräilyn edistämistoimet vähentävät kevyen liikenteen väylillä tapahtuvia onnettomuuksia. Pyöräilyn ja kävelyn olosuhteiden kehittäminen on myös linjassa Kajaanin liikunnan olosuhdestrategian ikääntyvän väestön liikuntaolosuhteiden kanssa. Yleensä esteettömät, hyvin saavutettavat kevyen liikenteen väylät ovat arkiliikunnan tärkeimpiä olosuhteita nimenomaan ikääntyvälle väestölle.

Pyöräilyn ja jalankulun verkoston kehittämiseen, ylläpitoon ja hoitoon on tarvetta panostaa Kajaanissa nykyistä enemmän yhteistyössä eri tahojen kanssa. Pyöräilyn ja jalankulun olosuhteiden kehittämistä ja rakentamista tulisi edistää entistä enemmän yhteistyössä liikennesuunnittelun, maankäytön, kaupungin nuoriso- ja liikuntapalveluiden, liikuntalaitosten ja -alueitten sekä ELY -keskuksen kesken. Tämän selvityksen perusteella Kajaanissa on tarvetta luoda pyöräilyn ja jalankulun erillinen kehittämissuunnitelma, jossa luodaan askelmerkit niiden tulevalle kehittämiselle. Samalla olemassa olevien kevyen liikenteen väylien vuosittaiseen kunnossapitoon, erityisesti pinnoitteiden hyvään kuntoon tulee kiinnittää erityistä huomiota kehittämissuunnitelmassa. Tarve uusille reiteille kaupungin laidoilta keskustaan vaatisi myös kartoittamista.

Kajaanissa käynnissä olevan Kajaanin kaupunkikeskusta -hankkeen suunnitteluvaiheessa on linjattu keskusta-alueen kevyen liikenteen verkon kehittämistä. Kajaanin ulkoilutyöryhmä toivoo kaupunkikeskustan kehittämishankkeen ulkoilua ja liikuntaa tukevien olosuhteiden koskevien kehittämissuunnitelmien toteutumista. Samalla työryhmä ehdottaa Kajaanin kevyen liikenteen väylien ja pyöräteiden verkoston kehittämistarpeiden listaamista yhteistyössä edellä mainittujen tahojen kanssa.

6.2 Ulkoilureittien kokonaissuunnitelma

Kajaanin liikunnan olosuhdestrategian (2010) mukaan ”ulkoilureiteistä laaditaan strategiakauden ensimmäisinä vuosina 2010 – 2011 kokonaissuunnitelma, missä huomioidaan laaja-alaisesti polkureitit laavuineen, ladut ja virkistysalueet.”

Kajaanin ulkoiluolosuhteiden selvityksen mukaan Kajaanin ulkoilureittien kokonaistilanne on hyvä, mutta samalla kehittämistarpeita voidaan tunnistaa. Selvityksessä ulkoilureittien osalta esiin nousevat varsinkin Kajaanin luontopolut ja retkeilyreitit, joita on kehitetty vuosien varrella erilaisin hankkein. Haasteena onkin ollut ylläpidon siirtyminen kunnalle ilman selkeää työnjakoa. Ulkoilureittien osalta erittäin tärkeää olisikin resurssien kohdentaminen investointien sijaan kunnostamiseen ja ylläpitoon. Kajaanin ulkoilureittien kokonaissuunnitelmassa luontopolkujen ja retkeilyreittien kartoittaminen osana kunnan kuntopolkujen ja -ratojen, puistoteiden sekä kevyen liikenteen väylien verkostoa antaisi kuvan Kajaanin ulkoilureittien verkoston jatkuvuudesta ja monipuolisuudesta. Samalla suunnitelmassa voitaisiin pohtia eri reittien käyttöastetta, saavutettavuutta ja kohderyhmiä, jolloin reittien kehittämistä ja vuosittaista kunnossapitoa olisi helpompi toteuttaa systemaattisesti, yhteistyössä verkoston osia ylläpitävän kolmannen sektorin toimijoiden kanssa. Kajaanin ulkoilureittien hoito- ja laatuluokittelun avulla voidaan myös määrittää Kajaanin ulkoilureittien verkko suhteessa resursseihin, jolloin ylläpitoa määrittää määrän sijaan laatu.

Kaikilla reiteillä opasteiden ja viitoitusten yhtenäistäminen ja taukopaikat vaativat systemaattista kartoittamista ja kehittämistä. Varsinkin taukopaikkojen ylläpito hajaantuu monelle eri taholle ja ilman yleissuunnitelmaa niiden tilannetta on haastava seurata. Hyvän ulkoilureittiverkoston tunnuspiirteisiin kuuluu kohteiden viitoittamisen lisäksi monipuolinen tiedottaminen ja reittien markkinointi. Matkailullisestikin tärkeää tiedottamista tulisi kehittää ja työryhmä ehdottaa kaiken ulkoliikunnan sijoittamista yhteen, laajasti markkinoitavaan, sähköiseen kohteeseen. Tiedottamisen tulee myös olla luotettavaa ja ajantasaista sekä kohdetta ylläpitävästä hallintokunnasta riippumatonta.

Kajaanin ulkoilutyöryhmä ehdottaa ulkoiluolosuhteiden selvityksen perusteella liikunnan olosuhdestrategian mukaisen ulkoilureittien kehittämissuunnitelman toteuttamista huomioon ottaen tämän selvityksen asukaskyselyssä ja muussa aineistonkeruussa nousseet näkökulmat. Kartoittamisen ja verkostoon kuuluvien reittien ja palvelujen määrittelyn rinnalla Kainuun ulkoilukartta vaatii päivittämistä ja työryhmä ehdottaa myös ulkoiluolosuhteiden tiedottamisen keskittämistä uuteen kovalinkkiin osoitteella www.kajaani.fi/liikunta sivustojen päivittämisen ja tietojen keräämisen jälkeen.

6.3 Ajankohtaisten ulkoiluolosuhteiden huomiointi ja luontomatkailun näkökulma

Uusina reitteinä selvityksen asukaskyselyn vastaajat toivovat **esteetöntä ulkoilureittiä**. Esteetön ulkoilureitti soveltuu moneen tarkoitukseen esteettömän ulkoilun rinnalla: lapsiperheiden rattailla tehtäviin lenkkeihin ja rollaattorilla liikkuvien ulkoiluun Kajaanin liikunnan olosuhdestrategian (2010) kohderyhmien mukaisesti. Esteettömien reittien osalta tilanne on Kajaanissa niiden saavutettavuuden suhteen erittäin huono. Lähin reitti löytyy Puolangan kunnassa sijaitsevalta Hepokönkään Natura -alueelta. Ulkoilureittien esteettömyyteen liittyen ulkoilureiteille toivottiin lisää istuinpenkkejä, jotta etenkin vanhempi ulkoileva väestö voisi välillä levähtää niillä. Kajaanin ulkoilutyöryhmä ehdottaa Kajaanin ulkoilureittien kokonaissuunnitelman yhteydessä ulkoilureittien tarkastelua esteettömyyden näkökulmasta potentiaalisen esteettömäksi muutettavan, hyvin saavutettavan kohteen, löytämiseksi.

Kajaanin ulkoliikuntapaikkoja kehitettäessä kohteita voidaan tarkastella vakituisten asukkaiden lisäksi matkailijoiden näkökulmasta. Luonto-, kulttuuri- ja elämysmatkailu sekä seikkailumatkailu ovat nousussa. Luontomatkailun näkökulmasta ulkoilureittien kehittäminen on mielekästä, sillä luontomatkailu käyttää muuta matkailua enemmän ulkoilureittejä. Reitien taloudelliset vaikutukset eivät kohdistu ainoastaan reitin varrella sijaitseviin yrityksiin, vaan niistä hyötyy laaja joukko. Tutkimusten mukaan hieman yli 60 prosenttia kuntaan tulevista matkailutuloista hyödyttää muuta kuin varsinaista matkailuyrittäjää. Kun reitistöt ja niihin kytkeytyneet palvelut sekä markkinointi ovat kunnossa, ovat alueet luontomatkailun kannalta vetovoimaisia. Matkailun hyötyjä on myös kunnan imagon rakentuminen.

Ulkoilureittien kehittämisen näkökulmasta **matkailullisesti tärkeiden reittien tunnistamisen** avulla myös niiden markkinointiin voitaisiin panostaa aikaisempaa keskitetymmin. Kajaanissa on neljä retkeilyreittiä ja neljä luontopolkua, joiden kehittämistä toivottiin myös asukkaiden suunnalta selvityksen asukaskyselyssä. Varsinkin taukopaikkojen kehittämistä toivottiin ja osa toiveista liittyi opasteiden ja viitoituksen parantamiseen. Yksittäisistä luontopoluista vastauksissa nousi esiin Pöllyvaaran luontopolku, jonka kunnostamista toivottiin. Kohde onkin kunnan yksi kesän 2011 kehittämiskohde ja reitille on tulossa myös taukopaikka. Retkeilyreittien osalta kehitettävää nähtiin myös retkeilyreittien tiedottamisessa. Kehittämistarpeet suuntautuvatkin ennen kaikkea tietoon reittien olemassaolosta ja sijainnista: osa asukaskyselyn vastaajista ei edes tiennyt

Kajaanissa olevan retkeilyreittejä. Myös retkeilyreittien opasteisiin ja viittoihin sekä taukopaikkoihin toivottiin parannusta kaikkien ulkoilureittien tapaan. Kajaanin ulkoilutyöryhmä ehdottaa Kajaanin retkeilyreittien ja luontopolkujen ylläpidon selkiyttämistä ja viitoitusten sekä taukopaikkojen kunnostamistarpeen huomioimista osana Kajaanin ulkoilureittien kokonaissuunnitelmaa.

Uusien ulkoilulajien esiinmarssi muuttaa myös luontomatkailijan mielenkiinnon kohteita. **Retki- ja maastopyöräily** ovat kehittyviä ulkoilulajeja, joiden elämysarvo on suuri. Reitistöt vaativat rakenteita, maastotöitä ja vuosittaista ylläpitoa, vaikka kunnan olemassa olevia ulkoilureittejä voidaankin käyttää maastopyöräilyyn jo nykyisellään. Tulevaisuudessa kuitenkin palvelujen merkitys korostuu ja myös matkailijat vaativat merkittyjä reittejä. Ulkoilureittien käytön yhdistämismahdollisuuksien huomiointi onkin reittien kehittämisessä tärkeää. Vaelluksen ja maastopyöräilyn tarpeet voidaan kohdistaa samalle reitille oikeanlaisen opastuksen ja turvallisuusmääräysten avulla. Kajaanin ulkoilutyöryhmä ehdottaa potentiaalisten merkittyjen maastopyöräilyreittien kartoittamista osana Kajaanin ulkoilureittien kokonaissuunnitelmaa yhteistyössä paikallisten maastopyöräilijöiden kanssa.

Kajaanissa on myös luonnon tarjoamat upeat mahdollisuudet melontaan ja virkistyskalastukseen. Jotta näitä mahdollisuuksia voitaisiin täysimääräisesti hyödyntää, tulisi varsinkin Oulujoen osalta huomioida melonnan ja kalastuksen vaatimat rantautumispaikat. Varsinkin niiden markkinointiin osana laajempaa tiedottamista tulisi panostaa.

Paikallisten asukkaiden näkökulmasta talvella harrastettavien ulkoilulajien kirjo on laajentunut hiihdosta kävelyyn, lumikenkäilyyn ja juoksulenkkeilyyn. Muutoksen myötä muuttuvat vaatimukset olosuhteille. Suurin uuden olosuhteen tarve kohdistuu **talvisiin kävelyreitteihin**, joiden puute ajaa kävelijät ja koirien ulkoiluttajat hiihtoladuille. Tästä syntyy konflikteja osapuolten välille. Selvityksen yhteydessä toteutetussa asukaskyselyssä kävelijöiden ohella myös moni hiihtäjä esitti, että kaupungissa alettaisiin kunnostaa luonnossa kulkevia kävelyreittejä lumiseen aikaan. Yksi tämän selvityksen ulkoilupaikkoja koskevan asukaskyselyn toiveista oli talvella metsässä kulkeva kävelyreitti. Kokeiluluontoisen reitin avulla pystyttäisiin selvittämään onko reitille oikeaa tarvetta. Samalla myös paine hiihtoladuilla ulkoiluun vähenee ja ristiriitoja hiihtäjien ja muiden ulkoilijoiden välillä pystytään välttämään. Kajaanin ulkoilutyöryhmä ehdottaa metsässä kulkevan talvikävelyreitin toteuttamista ja markkinointia kokeiluluontoisesti talvella 2011–2012.

Erilaisten matkailullisesti tärkeiden tai uusien olosuhteiden tarpeisiin suunnattujen reittien kartoittamisen ja reittien merkitsemisen jälkeen tulee myös reittien markkinoinnista ja tiedottamisesta huolehtia yhteistyössä eri toimijoiden ja kohteita käyttävien tahojen kanssa.

LIITTEET

Liite 1. Ulkoilu- ja vapaa-ajan paikkojen käyttö selvityksen asukaskyselyn mukaan

	Käytän kohdetta ulkoiluun N	Käytän kohdetta ulkoiluun %
Pyörätiet	122	87,8
Kuntopolut ja radat	111	79,9
Hiihtoladut	99	71,2
Lähipuistot	89	64,0
Metsät	89	64,0
Uimarannat	87	62,6
Luontopolut	68	48,9
Maastohiihtokeskukset	60	43,2
Luistelukentät ja kaukalot	50	36,0
Lähiliikuntapaikat (lasten ja nuorten liikuntaan sekä terveysliikuntaan tarkoitettu liikuntapaikka, joka sijaitsee asuinalueella tai välittömässä läheisyydessä)	43	30,9
Retkeilyreitit	42	30,2
Yleisurheilukentät	30	21,6
Frisbeegolf radat	29	20,9
Rullasuksi- / rullaluistelureitit	28	20,1
Palloilukentät (eri kokoiset hiekka- ja nurmikentät)	27	19,4
Veneilyn, soudun ja melonnan rantautumispaikat	26	18,7
Laskettelurinteet ja rinnehiihtokeskukset	24	17,3
Maastopyöräilyreitit	18	12,9
Leiri- ja retkeilykeskukset	18	12,9
Beachvolleykentät	17	12,2
Matkaluistelureitit / Luonnonjääradat	14	10,1
Veneilyreitit	14	10,1
Luonnonsuojelualueet	14	10,1
Suunnistusalueet	13	9,4
Tenniskentät	12	8,6
Avantouintipaikat	11	7,9
Golfkentät	9	6,5
Tekojäät	8	5,8
Ratsastusreitit	7	5,0
Pesäpallokentät	7	5,0
Pyörätuolireitit	5	3,6
Melontareitit	5	3,6
Lentopallokentät	5	3,6
Koripallokentät	4	2,9
Ulkokiipeilypaikat	3	2,2
BMX- sekä rullalautailu- ja rullaluistelupaikat	1	0,7

Liite 2. Kajaanin ulkoilupaikat 2011.

MAASTOLIIKUNTAPAIKAT	LISÄTIETOJA NYKYTILASTA	KEHITTÄMISEHDOTUS	PITUUS/KPL	OMISTAJA JA YLLÄPITÄJÄ
Kuntopolut ja radat (valaistut ja valaisemattomat, kesä sekä kesä-talvi-käytössä olevat)			26,3	
Jormuan pururata	Keskivaikea		1,5	
Kuurnan pururata	Keskivaikea		4,2	
Laajankankaan pururata	Keskivaikea		2,8	
Lohtajan pururata	Helppo		2,5	
Pöllövaara-Kirkkoaho	Keskivaikea		3,4	
Pöllövaara-Kirkkoaho	Keskivaikea		6,6	
Saarijärven pururata	Keskivaikea		1,3	
Vimpelin pururata	Keskivaikea		4	
Luontopolut ja retkeilyreitit			62,4	
Kylkiäisen ulkoilureitti	Retkeilyreitti		32	
Otanmäen retkeilypolku	Retkeilyreitti			
Talaskankaan retkeilypolku	Retkeilyreitti		12	
UKK -reitti: Sotkamon Maanselkä-Puolanka-Siikavaara	Retkeilyreitti			Reitin varrella olevat kunnat
Arppenmuistometsän polku	Luontopolku, kunto vaihtelee reitin varrella		1,9	Kaupunki
Nakertaja-Hetteenmäki-Lukkarinnurmi	Luontopolku		7,5	Nakertaja-Hetteenmäen kyläyhdistys
Renforsin lenkki	Kaupunkiluontopolku		9	Kaupunki
Pöllövaaran luontopolku	Luontopolku			
Hiihtoladut / latureitit (v=vapaa, p=perinteinen)			190,8	
Kieronmäentie	Ladulle pääsee Vimpelin ulkoilukeskuksesta.		22	Kaupunki/Vimpelinlaakson urh. Keskus
Kaupunginlampi	Latu kiertää lampea, avoinna koko talven.		2,2	Kaupunki
Ampumarata v/p	Keskivaikea		2,5	Kaupunki
Jormuan latu p	Keskivaikea		6	Kaupunki
Jormuan valaistu v/p	Keskivaikea		1,5	Kaupunki
Kirkkoaho-Saarijärvi-Kirkkoaho	Keskivaikea		20	Kaupunki
Koutaniemen lenkki p	Keskivaikea		9,1	Kaupunki
Kuurnan valaistu v/p	Keskivaikea		4,2	Kaupunki/Vimpelinlaakson urh. Keskus
Laajankankaan valaistu v/p	Helppo		2,8	Kaupunki/Vimpelinlaakson urh. Keskus
Lohtaja-Kainuun Portti-Lohtaja v/p	Helppo		8	Kaupunki/Vimpelinlaakson urh. Keskus
Lohtajan valaistu v/p	Helppo		2,5	Kaupunki/Vimpelinlaakson urh. Keskus
Mainuan koulun lenkki			2,2	Kaupunki

Murtomäki-Koivukylä-Murtomäki p	Helppo		16,2	Kaupunki
Pölyvaara-Kirkkoaho v/p	Keskivaikea		13,6	Kaupunki/Vimpelinlaakson urh. Keskus
Pölyvaara-Kirkkoaho v/p	Keskivaikea		3,4	Kaupunki/Vimpelinlaakson urh. Keskus
Pölyvaara-Kirkkoahol v/p	Keskivaikea		6,6	Kaupunki/Vimpelinlaakson urh. Keskus
Rehjan lenkki p	Helppo, latuja kaksi, ja ne lähtevät Siikalahdesta ja Takkarannasta. Hiihto omalla vastuulla. Saassa mm. tulipaikkoja sekä majoitustiloja, joiden vuokraus on myös mahdollista.		10,5	Kaupunki/Vimpelinlaakson urh. Keskus
Saarijärven valaistu v/p	keskivaikea		1,3	Kaupunki/Vimpelinlaakson urh. Keskus
Teppana-Kuurnan valaistu				
Vimpeli-Kainuun Portti-Vimpeli v/p	Keskivaikea		8	Kaupunki/Vimpelinlaakson urh. Keskus
Vimpeli-Kieronmäki-Vimpeli v/p	Helppo		21	Kaupunki/Vimpelinlaakson urh. Keskus
Vimpelin kilpalatu	Vaikea		10	Kaupunki/Vimpelinlaakson urh. Keskus
Vimpelin kilpalatu	Keskivaikea		3	Kaupunki/Vimpelinlaakson urh. Keskus
Vimpelin kilpalatu	Vaikea		5	Kaupunki/Vimpelinlaakson urh. Keskus
Vimpelin kilpalatu	Keskivaikea		4	Kaupunki/Vimpelinlaakson urh. Keskus
Vuolijoen latu			2	
Vuoreslahden lenkki p	Keskivaikea		3,2	Yksityinen henkilö
Äkälänniemen jäälatu				
Rimpilänniemen jäälatu	Keskivaikea			Yksityinen henkilö
Koulujen ja päiväkotien ladut 500-1500 m	Helppo		15 kpl	Kaupunki
Merkityt matkaluistelureitit, Luistelutiet / -polut				
onko Vuokatti??				
Merkityt rullasuksi- / rullaluisteluradat	Ei			
Merkityt pyörätuolireitit/esteettömät reitit	Ei			
Merkityt maastopyöräilyreitit	Ei			
Merkityt melontareitit				
Vuolijoen kanoottireitti			22,5	
Merkityt veneilyreitit	Ei			
Merkityt ratsastusreitit	Ei			
Merkitys pyöräilyreitit (esim. matkailu)				
ympäri kaupunkia				

Suunnistusalueet				
Ketunvaara				Kajaanin suunnistajat ry.
Huuhkajanvaara-Musta				Kajaanin suunnistajat ry.
Vimpeli-Hoikankangas				Kajaanin suunnistajat ry.
Joutenlampi-Matinmäki				Kajaanin suunnistajat ry.
Pölyvaara-Kirkkoaho				Kajaanin suunnistajat ry.
Hiukka-Pölyvaara				Kajaanin suunnistajat ry.
Koutaniemi				Kajaanin suunnistajat ry.
Venäänniemi				Kajaanin suunnistajat ry.
Karankalahti				Kajaanin suunnistajat ry.
Puotimäki				Kajaanin suunnistajat ry.
Kontinkoki				Kajaanin suunnistajat ry.
Laajankangas				Kajaanin suunnistajat ry.
Joutenlampi				Kajaanin suunnistajat ry.
Sivoslampi				Kajaanin suunnistajat ry.
Valkealampi				Kajaanin suunnistajat ry.
Mainua				Kajaanin suunnistajat ry.
Heinimäki				Kajaanin suunnistajat ry.
Pölyvaara				Kajaanin suunnistajat ry.
Kirkkoaho				Kajaanin suunnistajat ry.
Kaupunginlampi				Kajaanin suunnistajat ry.
Lehtikangas				Kajaanin suunnistajat ry.
Vimpelinlaakso				Kajaanin suunnistajat ry.
Teppana				Kajaanin suunnistajat ry.
Lohtaja				Kajaanin suunnistajat ry.
Vimpelinlaakso				Kajaanin suunnistajat ry.
Kaukametsä				Kajaanin suunnistajat ry.
Vimpelinvaara				Kajaanin suunnistajat ry.
Kuluntalahden koulu				Kajaanin suunnistajat ry.
Ulkoilu- ja retkeilyalueet				
Talaskankaan retkeilypolku				
Otanmäen lintuvesiallas				
Maastohiitokeskukset (ampumahiihtoalueet, kilpahiitokeskukset, hiihtomaat)				
Vimpelin ulkoilu- ja urheilukeskus	ks. kohdekohtaiset arviot			
Laskettelurinteet ja rinnehiitokeskukset				
Vimpelivaaran laskettelukeskus	2 rinnettä, pulkkamäki, kahvio, välinevuokrausta sekä hiihtokoulu			Kajaanin Kuohu ry

Hyppymäet				
Tösämäki - K27				
Putkimäki - K38				
Isomäki - K60				
Kiipeilypaikat	Ei			
Ampumaurheilupaikat (ampuma- ja jousiammuntaradat)				
Vimpelin ampumahiihtokeskus				
Pyöräilyradat, rullalautailu- ja luistelupaistot				
Onko?				
Golfkentät				
Kajaanin Golf				Yksityinen yritys
Frisbeegolfradat				
Lehtikangas DiscGolfPark	Kartta ja tulokortti kaupungin sivuilla			Kaupunki
MAAUIMALAT JA UIMARANNAT	LISÄTIETOJA NYKYTILASTA	KEHITTÄMISEHDOTUS	PITUUS/KPL	OMISTAJA JA YLLÄPITÄJÄ
Maaumalat				
Kajaanin maaumala	Puku ja pesutilat saneerattu 2010, nykytila hyvä	Uimavalvojan kopin rak.2011	25x10 ja10x10 lastenallas	Kajaanin kaupunki/Liikuntalaitokset
Uimarannat				
Kesäniemen uimaranta	Pukusuojat, WC, Hyppytorni 5m, beach volley kenttä			Kaupunki
Paltaniemen uimaranta	Pukusuojat, WC, beach volley kenttä			Kaupunki
Kuluntalahti				Kaupunki
Uimapaikat				
Lukkarinurmi	nuotiopaikka, taukokatos, pöytä, penkit, polttopuukatos, pukukoppi, käymälä, uimaranta			
Nuottijärvi				
Vimpelinlampi	Pukusuoja, WC			
Saaresjärvi	kota, uimaranta			
Ryynänen	katettu tulentekopaikka, nuotiopaikka, polttopuukatos, penkit, pöytä, uimaranta, käymälä			
Rauhanniemi	kota, uimaranta, polttopuukatos			
Paltaniemi	Pukusuojat, WC, beach volley kenttä			
Avantouintipaikat				
Kajaanin Kylmäkaraisukeskus				Kajaanin avantouimarit ry

KEVYEN LIIKENTEEN VÄYLÄT JA PYÖRÄTIET		LISÄTIETOJA NYKYTILASTA	KEHITTÄMISEHDOTUS	PITUUS/KPL	OMISTAJA JA YLLÄPITÄJÄ
Yhdistettyjä kävely- ja pyöräteitä		Nykytila hyvä		135 km	Kaupunki/ELY -keskus
Kävely- ja pyöräteitä rinnakkain jollain rakenteella tai viivalla erotettuna		Nykytila hyvä		1 km	Kaupunki/ELY -keskus
Erillisiä pyöräteitä		Ei		-	-
Pyöräkaistoja (ilmoita kilometrit kadun molemmilta puolilta erikseen)		Nykytila hyvä		1 km	Kaupunki/ELY -keskus
Pyörätieverkostoa, jossa mopolla ajo sallittu		Ei		-	-
VIRKISTYSKOHTEET		LISÄTIETOJA NYKYTILASTA	KEHITTÄMISEHDOTUS	PITUUS/KPL	OMISTAJA JA YLLÄPITÄJÄ
Lähipuistot					
Suvantoranta					
Rantapuisto					
87 puistoa, 55 kilometriä puistonkäytäviä					
Luonnonsuojelualueet					
Kiiskinen ja Varissuo		Natura-kohde, noin 360 ha			Yksityinen
Kuluntajärvi		Natura-kohde, noin 100 ha, Lintujensuojeluohjelma, Lintutorni, jonne polku noin 0,5 km			Valtio
Karppisensuo-Salinsuo-Joutensuo		Soidensuojeluohjelma- ja Natura-kohde			Valtio
Lehmivaaran ja Torakankaan lehdot		Naturakohde, Lehmivaara myös lehtojensuojeluohjelmassa			Yksityinen
Oulujärven lintusaaret		Natura-kohde, osa saarista kuuluu Oulujärven retkeilyalueeseen joka perustettu 1993			Metsähallitus
Ärjänsaari		Natura-kohde, 300 ha, säännöllinen veneliikenne kesällä 2010	veneliikenteen jatkuminen		Yksityinen
Pekonkangas-Salmijärvi		Harjunsuojeluohjelman kohde, suunnistuskarttoja alueesta, Kuntorasteja, rastiviikko 2012			Yksityinen
Talaskankaan alue		Metsä- ja suoalue, sijaitsee Kajaanin, Sonkajärven ja Vieremän kuntien rajalla. Luonnonsuojelulla suojeltu. Alueella retkeilyreitti, helppokulkuinen			Yksityinen
Patjamäki-Pöntönsuo		Natura- ja vanhojen metsien suojelukohde, noin 300 ha			Valtio
Otanneva		Natura- ja soidensuojeluohjelman kohde			Valtio/Metsähallitus

Rimpineva-Matilanneva	Vetinen aapasuo, Kainuun paras lintusuo, Natura- ja soidensuojeluohjelman kohde			Valtio/Metsähallitus
Jauhokallion luonnonsuojelualue	Rauhoitettu v.1994 luonnonsuojelulain nojalla, 0,2 ha. Maisemallinen ja luonnonsuojelullinen merkitys (uhanalaisia kasvilajeja)			Kaupunki
Arppen muistometsä	Luonnonsuojelulain mukainen suojelualue, pinta-ala 16 ha, vanhan metsän alue			Kaupunki
Kuluntajärven eteläranta	Viitarannan ja Helteenlahden luonnonsuojelualue			Kaupunki
Kansallispuistot	Ei			
Erämaa-alueet	Ei			
Valtion retkeilyalueet	Ei			
Virkistysmetsät				
Vesakon tila			109 ha	Kaupunki
Seppälän koulutilan metsät				Kaupunki
Muut taajamametsät	500 ha			Kaupunki
Kalastusalueet ja -paikat				
Valkealampi1	Kalastuslupa Kajaani-Info			
Valkealampi2	Kalastuslupa Kajaani-Info			
Iso-Ruuhijärvi	Kalastuslupa Kajaani-Info			
Leiri- ja retkeilykeskukset				
Veneilyn, soudun ja melonnan tukikohdat				
Koutalahti	Venesatama, laituripaikkoja 118 kpl, luiskapaikkoja 34 kpl, veneiden laskupaikka, sekajätekontti, ongelmajätekoppi, sepitankin tyhjennyslaite, vesipiste, WC			ketä vastaa?
Kuluntalahti	Venesatama, laituripaikkoja yhteensä 5 kpl, luiskapaikkoja 31 kpl, veneiden laskupaikka, sekajäteastia			ketä vastaa?
Kätönlahden venevalkama	Venesatama			ketä vastaa?
Paltaniemi	Venesatama, laituripaikkoja 126 kpl, luiskapaikkoja 65 kpl, veneiden laskupaikka, seka- ja biojäteastiat, ongelmajätekoppi, sepitankin tyhjennyslaite, vesipiste, WC			ketä vastaa?
Petäisenniska	Venesatama, laituripaikkoja yhteensä 246 kpl, luiskapaikkoja 181 kpl, veneiden laskupaikka, seka- ja biojäteastiat, ongelmajätekoppi, sepitankin tyhjennyslaite, vesipiste, WC			ketä vastaa?

Suvantoranta	Venesatama, laituripaikkoja yhteensä 38 kpl, vierasvenepaikkoja 4 kpl			ketä vastaa?
Tehtaanranta	Venesatama, laituripaikkoja yhteensä 28 kpl, vierasvenepaikkoja 13 kpl, veneiden laskupaikka, seka- ja biojäteastiat, WC			ketä vastaa?
Kalkkisilta	Vierasvenesatama, laituripaikkoja 20 kpl, laivalaituri, laskupaikka, septitankin tyhjennyslaite, vesipiste, WC			ketä vastaa?
Rantautumispaikat	Ei			
Tauko-, yöpymis- ja ruuanlaittopaikat				
Rehjan saari, vuokramäkit 11 kpl	n.24m2(+terassi 10m2) perhemökkiä, mökkien läheisyydessä käytettävissä 2 kpl vuokrattavia saunoja, 14 nuotiopaikkaa, polttopuut,			
Vimpelin hiihtomaja	30 hengelle, 2 saunaa			
Toukansaari	2 laavua, polttopuut			
Eemelinniemi				
Iso-Syvälampi	nuotiopaikka, polttopuukatos			
Iso-Ruuhijärvi etelä	Kaksoislaavu, kota, nuotiopaikka.	Rapistuneet kaksoislaavu ja kota.		
Iso-Ruuhijärvi pohjoinen				
Kallioniemi	nuotiopaikka, puukatos			
Lukkarinnurmi	nuotiopaikka, taukokatos, pöytä, penkit, polttopuukatos, pukukoppi, käymälä, uimaranta			
Mustanmaja	nuotiopaikka, kevättalvella kahvila			
Pellonpää	nuotiopaikka			
Puolukkarinne	Nuotiopaikka, puukatos			
Valkealampi1	laavu			
Valkealampi2	nuotiopaikka			
Kirpunniemi	kota, nuotiopaikka, polttopuukatos, käymälä, infotaulu, veneluiska			
Kouluniemi	kota, nuotiopaikka, polttopuukatos, käymälä			
Lintukoto	kota, nuotiopaikka, polttopuukatos, käymälä			
Rauhanniemi	kota, uimaranta, polttopuukatos			
Saaresjärvi	kota, uimaranta			
Vuolijoki venesatama	kota, nuotiopaikka, polttopuukatos, käymälä, infotaulu, venesatama			

Vähä-Vuottojärvi	kota, polttopuukatos			
Elias	laavu, nuotiopaikka			
Hannusranta	laavu, nuotiopaikka			
Haukilampi	laavu, nuotiopaikka			
Hetteenmäki				
Hevossaari	laavu, nuotiopaikka			
Honkakallio	laavu, nuotiopaikka			
Iso-Pihlainen	laavu, nuotiopaikka			
Iso-Ruuhijärvi	huoltorakennus, keittokatos, kota, laavu, vene, sauna, pysäköintipaikka			
Iso-Ruuhijärvi loude				
Kaleva	laavu, nuotiopaikka			
Kellovaaran laavu	laavu			
Kummeli	laavu, nuotiopaikka			
Kylkiäinen				
Lieranpää, Toukka	laavu, nuotiopaikka, puuhuolto			
Partosenkangas	laavu, nuotiopaikka, polttopuukatos, käymälä, lähde			
Patalampi	laavu, nuotiopaikka, polttopuukatos, käymälä			
Pikku-Talas	laavu, nuotiopaikka, pöytä, penkit, polttopuukatos, käymälä			
Pikku-Talas, puolikota	puolikota, nuotiopaikka, polttopuukatos, käymälä			
Pöllänpää, Toukka	laavu, nuotiopaikka			
Tuovila	laavu, nuotiopaikka			
Muut				
4 koirapuistoa, nimet?				

ULKOKENTÄT JA LÄHILIIKUNTAPAIKAT	LISÄTIETOJA NYKYTILASTA	KEHITTÄMISEHDOTUS	PITUUS/KPL	OMISTAJA JA YLLÄPITÄJÄ
Lähiliikuntapaikat				
Lohtajan lähiliikunta-alue				Kaupunki
Nakertajan lähiliikunta-alue				Kaupunki
Soidinsuon lähiliikunta-alue				Kaupunki
Kuurnan lähiliikunta-alue	toteutus vuonna 2012			Kaupunki
Kaikille avoimet urheilukentät				
Vimpelin ulkoilu- ja urheilukeskus	8-ratainen urheilukenttä			
Koripallokentät	ks. Yhdistelmäkentät			
Lentopallokentät				
4 kappaletta				
Beachvolleykentät				
6 kappaletta uimarannoilla				
Eri kokoiset pallokentät	ks. Yhdistelmäkentät			
Liikuntapuiston jalkapallokenttä	68 x 105m, iltavalaistus			
Pesäpallkentät	ks. Yhdistelmäkentät			
Tenniskentät				
Vimpelin ulkoilu- ja urheilukeskus, 6 kenttää	4 asfaltti- ja 2 massakenttää.			
Jääkiekkokaukalot	ks. Yhdistelmäkentät			
Luistelukentät	ks. Yhdistelmäkentät			
Iso jääkenttä / jääpallkenttä	Ei			
Korttelikaukalot	ks. Yhdistelmäkentät			
Tekojäät	Ei			
Yhdistelmäkentät				
Jormuan koulu	Hiekkakenttä, yleisurheilu, talvijäädytys			Kaupunki
Kuluntalahden koulu	Hiekkakenttä, yleisurheilu, talvijäädytys			Kaupunki
Kirkkoahon koulu	Hiekkakenttä, yleisurheilu, talvijäädytys			Kaupunki
Pärsänsuon kenttä	Hiekkakenttä, talvijäädytys			Kaupunki
Paltaniemen koulu	Hiekkakenttä, yleisurheilu, talvijäädytys			Kaupunki
Nakertajan jalkapallokenttä	Hiekkakenttä, talvijäädytys			Kaupunki
Nakertajan koulu	Hiekkakenttä, yleisurheilu, talvijäädytys			Kaupunki
Marjatanpolun kenttä	Hiekkakenttä, yleisurheilu, talvijäädytys			Kaupunki
Teppanan koulu	Hiekkakenttä, yleisurheilu, talvijäädytys, kaukalo			Kaupunki
Linnantaustien kenttä	Hiekkakenttä, talvijäädytys			Kaupunki
Kuurna yläaste'	Hiekkakenttä, yleisurheilu, talvijäädytys,			Kaupunki

	kaukalo			
Kuurna ala-aste	Hiekkakenttä, yleisurheilu, talvijäädytys			Kaupunki
Lamminkenttä	Hiekkakenttä, talvijäädytys			Kaupunki
Keskuskoulun kenttä	Hiekkakenttä, yleisurheilu, talvijäädytys			Kaupunki
Rostovinkenttä	Hiekkakenttä, yleisurheilu, talvijäädytys			Kaupunki
Keskuskentän	Hiekkakenttä, yleisurheilu, talvijäädytys, tekonurmi			Kaupunki
Rinnekoulun kenttä	Hiekkakenttä, talvijäädytys			Kaupunki
Honkirämeen kenttä	Hiekkakenttä, talvijäädytys			Kaupunki
Soidinsuon kenttä	Hiekkakenttä, yleisurheilu, talvijäädytys			Kaupunki
Juolavehnäntien kenttä	Hiekkakenttä, talvijäädytys			Kaupunki
Hauholankenttä	Hiekkakenttä, yleisurheilu, talvijäädytys, kaukalo			Kaupunki
Lehtikankaan koulu	Hiekkakenttä, yleisurheilu, talvijäädytys			Kaupunki
Mäntykenttä	Hiekkakenttä, talvijäädytys			Kaupunki
Raatosuon kenttä	Hiekkakenttä, talvijäädytys			Kaupunki
Lohtajan kenttä	Hiekkakenttä, yleisurheilu, talvijäädytys			Kaupunki
Lohtajan koulun kenttä	Hiekkakenttä, talvijäädytys			Kaupunki
Kotipolun kenttä	Hiekkakenttä, talvijäädytys			Kaupunki
Huuhkajavaaran koulu	Hiekkakenttä, yleisurheilu, talvijäädytys			Kaupunki
Hevossuon kenttä	Hiekkakenttä, talvijäädytys			Kaupunki
Vuoreslahden koulu	Hiekkakenttä, yleisurheilu, talvijäädytys			Kaupunki
Mainuan koulu	Hiekkakenttä, yleisurheilu, talvijäädytys			Kaupunki
Pallohallin hiekkakenttä	Hiekkakenttä, talvijäädytys			Kaupunki
Purolan kenttä	Hiekkakenttä, yleisurheilu, talvijäädytys			Kaupunki
Vimpelin pääkenttä 2 kpl	Nurmikenttä, 2 kpl kaukaloita			Kaupunki
Vimpelin harjoitusnurmi	Nurmikenttä, pesäpallokenttä, talvijäädytys			Kaupunki
Teppanan kenttä	Nurmikenttä			Kaupunki
Keskuskenttä	Nurmikenttä (tekonurmi)			Kaupunki

Liite 3. Kajaanin ulkokentät kartalla.

KAJAANIN KAUPUNGIN ULKOKENTÄT

Kentän käyttö kesällä:

● Hiekkakenttä Hk, ● Nurmikenttä Nk

Kentän käyttö talvella:

▲ Yleisluistelu Yl, ■ Kaukalo Ka

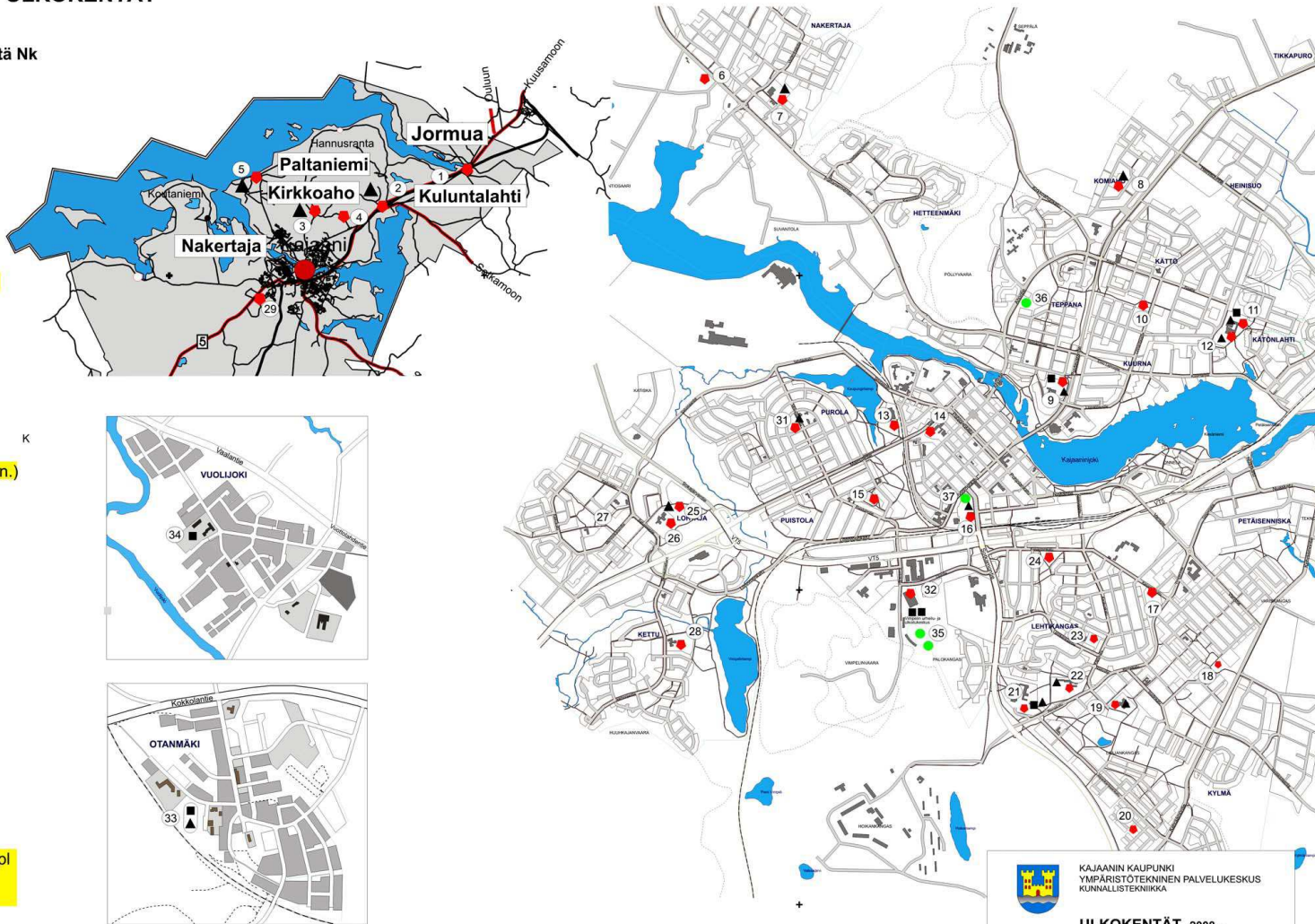
Kesäaikainen kunnossapito

HIEKKAKENTÄT, talvijäädytys:

1. Jormuan koulu, Hk, Yl
2. Kuluntalahden koulu Hk, Yl
3. Kirkkoahon koulu Hk, Yl
4. Päräsnuon kenttä Hk
5. Paltaniemen koulu Hk, Yl
6. Nakertajan jalkapallokenttä Hk,
7. Nakertajan koulu Hk, Yl
8. Marjatanpolun kenttä Hk, Yl
9. Teppanan koulu Hk, Yl, Ka
10. Linnantaustien kenttä Hk
11. Kuurna yläaste Hk, Yl
12. Kuurna ala-aste Hk, Yl
13. Lamminkenttä Hk
14. Keskuskoulun kenttä Hk, Yl
15. Rostovinkenttä Hk
16. Keskuskentän Hk, Yl, Nk (tekon.)
17. Rinnekoulun kenttä Hk
18. Honkirämeen kenttä Hk
19. Soidinsuon kenttä Hk, Yl
20. Juolavehännäntien kenttä Hk
21. Hauholankenttä Hk, Yl, Ka
22. Lehtikankaan koulu Hk, Yl
23. Mäntykenttä Hk
24. Raatosuon kenttä Hk
25. Lohtajan kenttä Yl, Hk
26. Lohtajan koulun kenttä Hk
27. Kotipolun kenttä Hk
28. Huuhkajavaaran koulu Yl, Hk
29. Hevosuon kenttä Hk
31. Purotan kenttä Hk, Yl
32. Pallohallin hiekkakenttä Hk
33. Otanmäen kenttä Yl, Ka
34. Vuolijoen koulun kenttä Ka

NURMIKENTÄT

35. Vimpelin pääkenttä Nk, Ka 2 kpl
Vimpelin harjoitusnurmi Nk
36. Teppanan kenttä Nk
37. Keskuskenttä (tekonurmi) Nk



LÄHTEET

Kirjalliset lähteet

Fogelholm, M., Paronen, O. & Miettinen, M. (2007), Liikunta -Hyvinvointipoliittinen mahdollisuus. Suomalaisen terveystieteiden tutkimuskeskuksen ja terveysministeriön selvityksiä 2007:1. Helsinki.

Hallikainen, V. (1990), Luonnon virkistyskäytön perusteet. VAPK-kustannus. Helsinki.

Hemmi, J. (2005), Matkailu, ympäristö, luonto. Osa 2. Gummerus kirjapaino Oy. Kajaani.

Hentilä, H-L. & Joki-Korpela, L. (2004), Liikunnan olosuhteet yhdyskuntasuunnittelussa ja kaavoitusprosessissa. Esiselvitys. Oulun yliopisto. Arkkitehtuurin osasto. Yhdyskuntasuunnittelun laboratorio. Julkaisu AO B 25.

Hentilä, H-L. & Joki-Korpela, L. (2005), Liikunta osaksi yhdyskuntasuunnittelua. Projektiraportti. Oulun yliopisto. Arkkitehtuurin osasto. Yhdyskuntasuunnittelu.

Hentilä, H-L. & Luoma, S. (2007), Arkiliikunta murroksessa -nousevat lajit Oulussa. Arkiliikuntaa edistävä elinympäristö. Oulun yliopisto. Arkkitehtuurin osasto. Julkaisu AO C127.

Järviluoma, J. (2006), Turistin luonto. Tutkimus luonnon merkityksestä matkailun vetovoimatekijänä neljässä Lapin matkailukeskuksessa. Lapin yliopisto. Matkailututkimuksen väitöskirja.

Kansallinen liikuntatutkimus (2005-2006), Aikuisliikunta. SLU:n julkaisusarja 2006:6. Helsinki.

Kansallinen kestävän kehityksen strategia. (2006), Kohti kestäviä valintoja. Kansallisesti ja globaalisti kestävä Suomi. Valtioneuvoston kanslian julkaisusarja 2006:5. Helsinki.

Karjalainen, E. (1995), Ulkoilureitti: Opas ulkoilureittien suunnittelijoille, rakentajille ja hoitajille. Rakennusalan kustantajat. Helsinki.

Kinnunen, A. & Riekkinen, L. (toim.) (1985), Liikunta ja ympäristö. Käsikirja ulkoilualan päättäjille, suunnittelijoille ja toteuttajille. Suomen Latu ry. Helsinki.

Luoto, K. (2007), Liikuntaharrastusten luonnonvarojen kulutuksen arviointi MIPS -menetelmällä. Helsingin yliopisto. Pro gradu -tutkielma.

Nuori Suomi ry. (2007), Lähiliikuntapaikkojen arviointitutkimus. Nuori Suomi ry:n julkaisusarja. Helsinki.

Opetus- ja kulttuuriministeriö. (2007), Kansallista liikuntaohjelmaa valmisteleva toimikunta. Liikunta valintojen virrassa. Opetusministeriön työryhmämuistioita ja selvityksiä 2007:13. Helsinki.

Opetus- ja kulttuuriministeriö. (2008), Liikuntapaikkarakentamisen suunta 2011. Opetusministeriö. Opetusministeriön julkaisuja 2008:45. Helsinki.

Opetus- ja kulttuuriministeriö. (2007), Liikkuva ja hyvinvoiva Suomi 2010-luvulla. Ehdotus kansalliseksi liikuntaohjelmaksi julkisen ohjauksen näkökulmasta. Opetusministeriön työryhmämuistioita ja selvityksiä 2007:17. Helsinki.

Opetus- ja kulttuuriministeriö. (2009), Liikuntatoimi tilastojen valossa. Perustilastot vuodelta 2007. Opetusministeriön julkaisuja 2009:6. Helsinki.

Paronen, O. (2001), Ulkoilun hyvinvointi-kokemukset ja esteet. Teoksessa T. Sievänen (toim.) Luonnon virkistyskäyttö 2000. Metsäntutkimuslaitoksen tiedonantoja 802, 100–111.

Pelkonen, J. & Tyrväinen, L. (2005), Kaupunkiviheralueiden koetut arvot ja merkitys asukkaille Länsi-Vantaalla. Helsingin yliopisto. Metsäekologian laitos.

Pouta, E. & Sievänen, T. (2001), Luonnon virkistyskäytön kysyntätutkimuksen tulokset -Kuinka suomalaiset ulkoilevat? Teoksessa T. Sievänen (toim.) Luonnon virkistyskäyttö 2000. Metsäntutkimuslaitoksen tiedonantoja 802, 32–76.

Rajaniemi, V. (2005), Liikuntapaikkarakentaminen ja maankäytön suunnittelu: tutkimus eri väestöryhmät tasapuolisesti huomioon ottavasta liikuntapaikkasuunnittelusta ja sen kytkemisestä maankäyttö- ja rakennuslain mukaiseen kaavoitukseen. Jyväskylän yliopisto. Liikuntatieteiden laitos. Väitöskirja.

Sosiaali- ja terveysministeriö. (2008), Valtioneuvoston periaatepäätös terveyttä edistävän liikunnan ja ravinnon kehittämislinoista. Sosiaali- ja terveysministeriö. Sosiaali- ja terveysministeriön esitteitä 2008:10. Helsinki.

Suomen Latu ry. (2011), Kajaanin ulkoiluolosuhteiden asukaskysely.

Suomen Latu ry. (1998), Kajaanin ulkoilumahdollisuuksien katselmus 29.9.1998.

Suomen Latu ry. (2000), Ulkoilumahdollisuudet Suomen kunnissa. SULKA I -projektin loppuraportti 2002. Helsinki.

Telama, R. (1986), Mikä liikunnassa kiinnostaa – liikuntamotivaatio. Teoksessa P. Vuolle, R. Telama & L. Laakso (toim.) Näin suomalaiset liikkuvat. Liikunnan ja kansanterveyden julkaisuja 50. Valtion painatuskeskus, 149–176. Helsinki.

Virtanen, V., Pouta, E. Sievänen, T. & Laaksonen, S. (2001), Luonnon virkistyskäytön kysyntätutkimuksen aineistot ja menetelmät. Teoksessa T. Sievänen (toim.) Luonnon virkistyskäyttö 2000. Metsäntutkimuslaitoksen tiedonantoja 802, 19–31.

Sähköiset lähteet

Kajaanin maankäyttöpoliittinen ohjelma 2010–2013. (2009), Kajaanin kaupunginvaltuusto. <http://www.kainuu.fi/ka_paatokset/kokous/2009735-12-5596.PDF>

Kajaanin kaupunki. (2008), Katsaus Kajaanin kaupungin liikuntapaikkoihin, käyttömaksuihin, vuokriin ja seuratukeen. Työryhmän raportti.

<http://www.kajaani.fi/Tiedostot/G3_tiedostot/Liikunta/Katsaus%20kajaanin%20kaupungin%20liikuntapaikkoihin,raportti.pdf>

Kajaanin liikunnan olosuhdestrategia 2010–2025.

<http://www.kajaani.fi/Tiedostot/G3_tiedostot/Liikunta/olosuhdestrategia%2017052010.pdf>

Kansallinen liikuntatutkimus. (2009–2010), Aikuisliikunta. Suomen Liikunta ja Urheilu ry.

<<http://www.slu.fi/@Bin/119400/>

Kansallinen_liikuntatutkimus_2005_2006_Aikuiset_taitettu.pdf>

Kansanterveyslaki. (2004). <<http://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/1972/19720066>>

Kuntalaki. 17.3.1995/365 <<http://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/1995/19950365>>

Laki kulutustavaroiden ja kuluttajapalvelusten turvallisuudesta 30.1.2004/75.

<<http://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/2004/20040075>>

Liikuntalaki 18.12.1998/1054. < <http://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/1998/19981054>>

Suomalaisten liikuntapaikkojen tietopankki -sivusto. (2011), Kajaanin tiedot.

<www.liikuntapaikat.fi>

Liikunta ja elinympäristö -sivusto. <<http://www.oulu.fi/liikunnanolosuhteet/taustaa.html>>

Liikuntalaki 18.12.1998/1054 <<http://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/1998/19981054>>

Liikuntapaikkatutkimus. (2008), Suomen Ladun TNS -gallupilta tilaama tutkimus. Suomen Latu ry.

Helsinki. <http://www.suomenlatu.fi/pdf/jarjesto/liikuntapaikat_tutkimus_01-2008.pdf>

Maankäyttö- ja rakennuslaki 5.2.1999/132 <<http://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/1999/19990132>>

Metsätutkimuslaitos. (2010), Metsästä hyvinvointia -tutkimusohjelma.

<<http://www.metla.fi/ohjelma/hyv/>>

Suomen Kuntaliitto. (2001), Kestävän kehityksen linjaukset kunnissa ja Suomen Kuntaliitossa.

Kuntaliiton hallitus 12.12.2001.

<http://www.kunnat.net/k_perussivu.asp?path=1;29;356;1987;67816>

Suomen Latu ry. (2009), SULKA II Suomen ulkoilumahdollisuuksien katselmus 2009-2011.

Hankesuunnitelma. <[http://suomenlatu-fi-](http://suomenlatu-fi-bin.directo.fi/@Bin/c431f9dfa20cca135df449bb0ce90cf8/1283933685/application/pdf/149176/Hankesuunnitelman%20versio%20kotisivuille.pdf)

[bin.directo.fi/@Bin/c431f9dfa20cca135df449bb0ce90cf8/1283933685/application/pdf/149176/Hankesuunnitelman%20versio%20kotisivuille.pdf](http://suomenlatu-fi-bin.directo.fi/@Bin/c431f9dfa20cca135df449bb0ce90cf8/1283933685/application/pdf/149176/Hankesuunnitelman%20versio%20kotisivuille.pdf)>

Tyrväinen L., Silvennoinen H., Korpela K. & Ylen M. (2007), Luonnon merkitys kaupunkilaisille ja vaikutus psyykkiseen hyvinvointiin. Metlan työraportteja 52:57–77.

<<http://www.metla.fi/julkaisut/workingpapers/2007/mwp052.htm>>

Ulkoilufoorumi. (2005), Ulkoilufoorumin kannanotto 19.5.2005. <<http://suomenlatu.fi/?S0108>>

Ulkoilulaki 13.7.1973/606 <<http://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/1973/19730606>>

Valtioneuvosto. (2008), Valtioneuvoston periaatepäätös liikunnan edistämisen linjoista. Liite 2.
<<http://www.minedu.fi>>

Väestökisterikeskus. (2008), Kuntien asukasluvut 31.12.2008.
<[http://www.vaestokisterikeskus.fi/vrk/files.nsf/files/C0BF2954BE9BDCD4C225753E001F07D2/\\$file/081231.htm](http://www.vaestokisterikeskus.fi/vrk/files.nsf/files/C0BF2954BE9BDCD4C225753E001F07D2/$file/081231.htm)>