



# Soveltavan liikunnan välinelainausta

Soveltavan liikunnan lainattavien välineiden kuvat ovat näkyvillä liikuntapalveluiden nettisivuilla osoitteessa:  
[ouka.fi/liikuntaryhmat/soveltavan-liikunnan-valinelainausta](https://ouka.fi/liikuntaryhmat/soveltavan-liikunnan-valinelainausta)

## Ympäri vuotiseen käyttöön tarkoitettut välineet

### Kangoo-monitoimirattaat

Kango-monitoimirattaat mahdollistavat monipuolisen liikkumisen monenlaisissa maastoissa ympäri vuoden. Mukana erillinen niskatuki- ja istuinkorotustyyny sekä polkupyörän vetoaisa. Painorajoitus 40 kg. Lainausta:  
Ouluhalli p. 044 703 8062, [tapani.tuomikoski@ouka.fi](mailto:tapani.tuomikoski@ouka.fi)

### Hippocampe-monitoimiratas

3-renkainen monitoimiratas erilaisiin maasto-olosuhteisiin, kesän hiekoille, talven lumille ja tielle. Istuinosassa vyöt. Kesäaikana (23.6.-10.8.2025) monitoimiratas on Nallikarin uimarannalla uimaan siirtymistä varten. Lainausta:  
Ouluhalli p. 044 703 8062, [tapani.tuomikoski@ouka.fi](mailto:tapani.tuomikoski@ouka.fi)

### Stabilo-asentotyyny

Asentotyyny tukevat istuma-asentoa ja tasaavat lantioon sekä selkärankaan kohdistuvaa painetta. Tyynyn voi muotoilla aina uudelleen, helposti ja nopeasti, jolloin yhdellä tyynyllä voi olla useampi eri käyttäjä. Tyyny ovat pestäviä. Kaksi eri mallia: Comfortable Plus Duo, koko L, max 80 kg ja Base -perusmalli. Tyyny lainataan



ensisijaisesti liikuntatunneille sekä muiden harrastevälineiden lainauksen yhteydessä.  
Lainaus:

Jatulin liikuntakeskus p. 050 390 0059, [virpi.markuksela@ouka.fi](mailto:virpi.markuksela@ouka.fi)

Ouluhalli p. 044 703 8062, [tapani.tuomikoski@ouka.fi](mailto:tapani.tuomikoski@ouka.fi)

### **Pelit**

Erilaisia pelejä ja mailasettejä mm. sisä- ja jääcurling, sisä- ja ulkoboccia, mölkky, tarrapallopelejä, frisbeegolf kiekkoja, 5 siirrettävää frisbeegolf –koria, vatsalaudat sekä salibandy-, maalipallo-, norsytopsymbailat.

Ouluhalli p. 044 703 8062, [tapani.tuomikoski@ouka.fi](mailto:tapani.tuomikoski@ouka.fi)

Jatulin liikuntakeskus p. 050 390 0059, [virpi.markuksela@ouka.fi](mailto:virpi.markuksela@ouka.fi)

Kiiminki p. 050 379 6711, [emilia.olsbo@ouka.fi](mailto:emilia.olsbo@ouka.fi)

## **Kesävälineet**

### **Polkupyörät**

Polkupyörien lainaus sulan maan aikaan. Varauksia otetaan vastaan maaliskuusta lähtien. Huom! Oma kypärä.

### **Lasten terapiapyörät**

2 kpl Sunny A polkupyörät (2–4-vuotiaille) ja 1 kpl Sunny B polkupyörä (4–10-vuotiaille)

Lainaus: Lasten ja nuorten kuntoutuksen palvelupiste, Kontinkankaan hyvinvointikeskus (Kajaanintie 46 G, Oulu) p. 050 316 6554.

### **Peräpyörä – lasten ja nuorison koko**

Aikuisten polkupyörän satulaputkeen liitettävä selkänöjallinen jalkakouruilla



varustettu peräpyörä.

Lainaus: Pohjois-Pohjanmaan sairaanhoitopiiri Sari Hissa p. 044 737 8455

### **Kolmipyörä Monark**

Matala runko, 20 tuuman renkaat, kolme vaihdetta sekä käsi- ja jalkajarrut.

Lainaus: Jatulin liikuntakeskus p. 050 3900 059, [virpi.markuksela@ouka.fi](mailto:virpi.markuksela@ouka.fi)

*Alla lueteltujen pyörien lainaus Ouluhalli (Ouluhallintie 20, Oulu) p. 044 703 8062, [tapani.tuomikoski@ouka.fi](mailto:tapani.tuomikoski@ouka.fi)*

### **Monark-sähköavusteinen pyörä**

Kolmirattainen, sähköavusteinen pyörä 20-tuuman renkaat, matala runko, kolme vaihdetta sekä käsi- ja jalkajarrut.

### **Helkama Trike -kolmipyörä**

Kolmirattainen, 24-tuuman renkaat, kolme vaihdetta sekä käsi- ja jalkajarrut.

### **Extreme -kolmipyörä**

Kolme vaihdetta sekä käsi- ja jalkajarrut.

### **Kolmipyörä Julia**

Tukeva ja kevyt kulkuinen kolmirattainen pyörä, matala runko, 3-vaihdetta sekä käsi- ja jalkajarrut.

### **Pinkkiunelma – nuorten pyörä**

Tukevilla apurattailla varustettu kolmirattainen polkupyörä. 24-tuuman renkaat, kolme vaihdetta sekä käsi- ja jalkajarrut.

### **Off Car Costa -käsipyörä**

Kiinteärunkoinen käsipyörä, istuin pyörätuolin istuimen korkeudella, 8-vaihdetta ja käsijarru. Tarkista lainausehdot.

### **Tandem-pyörä**

Perinteinen tandempyörä, 7-vaihdetta.

### **Rinnakkain ajettava, sähköavustettu Trident -kolmipyörä**

Tasapainoista pyöräilyä yksin tai kaksin sähköavusteisella pyörällä. 7 -vaihdetta,



Matala ja vakaa ajoasento pehmustetulla istuimella, jossa selkänoja ja nousevat käsinojat sekä seisona- ja rumpujarrut. Toisen polkijan polkimet on säädettävissä vapaalle, mikäli polkija ei pysty polkemaan koko aikaa. Painorajoitus 220 kg.

#### **Potkulaudat**

Kaksi mallia: Potkulauta kaksoistakapyörällä pienille lapsille ja Star Runner -potkulauta isommille lapsille.

Lainaus: Lasten ja nuorten kuntoutus, Kontinkankaan hyvinvointikeskus, Kajaanintie 46 A, p. 050 316 6554.

Huom! Oma kypärä.

#### **Ilmatäytteiset kajakit, yksikkö ja kaksikko**

Helppo kuljetettava, nopeasti kasattava, suhteellisen tukeva ja turvallinen, keveästi vedessä liikkuva. Huom! Omat pelastusliivit. Lainaus: Jatulin liikuntakeskus p. 050 390 0059 [virpi.markuksela@ouka.fi](mailto:virpi.markuksela@ouka.fi)

Ouluhalli p. 044 703 8062, [tapani.tuomikoski@ouka.fi](mailto:tapani.tuomikoski@ouka.fi)

#### **Kajakit (yksikkö, kaksikko) sekä sup-lauta**

Gopo -kajakki kaksikko ja yksikkö, vakaat peräsimellä varustetut merikajakit.

Soveltuvat järvi-, joki- ja merimelontaan hyvissä olosuhteissa. Sup-lauta max 80 kg.

Lainaus: Jatulin liikuntakeskus p. 050 390 0059 [virpi.markuksela@ouka.fi](mailto:virpi.markuksela@ouka.fi) Raatin uimahalli p. 044 703 8062, [tapani.tuomikoski@ouka.fi](mailto:tapani.tuomikoski@ouka.fi)

#### **Paragolfer**

ParaMotion eli tuttavallisemmin paragolfer on monipuolinen maastosähköpyörätuoli, joka antaa liikuntarajoitteiselle henkilölle mahdollisuuden pelata golfia ja liikkua kentällä vaivattomasti ja turvallisesti. Golflyönnissä ei tarvita jalkoja ja yksikin käsi riittää golflyöntiin. Kentällä liikutaan maastopyörätuolin omaisesti ja turvallisesti.

Laitteen käytöstä vastaa Oulun Golf, jonka kautta myös varaukset p. 0300 870 670 tai [caddiemaster@oulugolf.fi](mailto:caddiemaster@oulugolf.fi). Lainaus on maksutonta.



## Talvivälineet

### Hiihto-/luistelukelkka, nuoret/aikuiset, 6 kpl

*Huomioithan, että helmi-maaliskuussa luistelu- ja hiihtokelkat ovat ensisijaisesti koulujen käytössä.*

Lapsille, nuorille ja aikuisille sopivia kelkkoja hiihtoon ja luisteluun. Kelkkojen käyttö vaatii käsien toimintakykyä (osassa kelkoista), kohtuullista ylävartalon hallintaa ja tasapainoa. Kelkasta riippuen, avustaja voi avustaa työntämällä kelkan takana olevista kahvoista.

Hiihtäessä kelkkaan kiinnitetään sukset, eteenpäin meno tapahtuu itsenäisesti tasatyönnoilla tai valjaita käyttämällä avustaja avustaa kelkkahiihtäjää vetämällä.

Luistellessa kelkkaan kiinnitetään retkiluistimien terät ja eteenpäin meno tapahtuu joko suksisauvoilla tai erityisillä kiekkomailoilla työntäen. Lainausta: Ouluhalli p. 044 703 8062, [tapani.tuomikoski@ouka.fi](mailto:tapani.tuomikoski@ouka.fi)

### Biski -laskettelukelkka, Pikku-Syöte

Pikku-Syötteelle on sijoitettuna kaksisuksinen Biski -laskettelukelkka, joka on tarkoitettu aloittelijalle, vaikeasti vammaisille henkilöille lasketteluun harjoitteluun. Kooltaan kelkka sopii nuorelle/kevytrakenteiselle aikuiselle. Kelkan käyttö vaatii avustajan sekä alkuun pääsemiseksi hiihdonopettajan opastuksen.

Hiihtokoulu Sytyke ry huolehtii kelkasta ja lainaa sitä Pikku- ja Isosyötteen rinteisiin. Kelkan varaukset ja tiedustelut:

Pikkusyöte, Hiihtokoulu Sytyke ry p. 040 725 1502

### Laskettelukelkat Ruskotunturilla

Monoski, lapset / nuoret, Istun leveys 34 cm

Biski, 2 kpl, medium ja adult

Tukisukset, 1 pari

Varaus ja lainaus:

Ruskotunturin vuokraamo p. 040 178 1341.

Huomioithan, että kelkkojen käyttö vain Ruskotunturilla, vienti muille tuntureille ei ole mahdollista.



### **Lasketteluvälineet**

3-settiä lasketteluvälineitä. Setti sisältää laskettelusukset, sauvat, monot ja kypärän.

Varaus ja lainaus:

Ruskotunturi/vuokraamo p. 040 178 1341

Huomioithan, että suksien käyttö vain Ruskotunturilla, vienti muille tuntureille ei ole mahdollista.

### **Snow Comfort -pulkka, lapset/nuoret**

Vedettävä tai työnnettävä pulkka lapsille/nuorille. Oiva väline jäällä ja lumella liikkumiseen, soveltuu myös mäenlaskuun. Pulkka on suhteellisen tukeva, siinä on metalliset tukikaaret, niskatuki, vyöt ja takana on erillinen jalusta ohjastajalle jalkajarruineen. Lisätyynyillä ja vöillä tukien pulkka mahdollistaa vaikeavammaistenkin talviriennot.

Lainaus:

Kiiminki p. 050 379 6711, [emilia.olsbo@ouka.fi](mailto:emilia.olsbo@ouka.fi)

Jatulin liikuntakeskus p. 050 390 0059, [virpi.markuksela@ouka.fi](mailto:virpi.markuksela@ouka.fi)

Ouluhalli p. 044 703 8062, [tapani.tuomikoski@ouka.fi](mailto:tapani.tuomikoski@ouka.fi)

### **Liukurimatot**

Mäenlaskuun. Maton pituus on 120 cm ja leveys 60 cm. Huomioithan, että näillä matoilla vauhti yltyy melkoiseksi. Lainaus: Ouluhalli p. 044 703 8062, [tapani.tuomikoski@ouka.fi](mailto:tapani.tuomikoski@ouka.fi)

### **Lumikengät**

Aikuisten ja lasten lumikenkiä.

Jatulin liikuntakeskus p. 050 390 0059, [virpi.markuksela@ouka.fi](mailto:virpi.markuksela@ouka.fi)

Kiiminki p. 050 379 6711, [emilia.olsbo@ouka.fi](mailto:emilia.olsbo@ouka.fi)



Ouluhalli p. 044 703 8062, [tapani.tuomikoski@ouka.fi](mailto:tapani.tuomikoski@ouka.fi)

### **Oiva -luistelutuki**

Käsikahvalliset luistelutuet (korkeus säädettävissä) ovat oiva apu luistelun harjoitteluun. Vastaavia tukia löytyy useilta kaupungin isoilta kentiltä.

Lainaus:

Kiiminki p. 050 379 6711, [emilia.olsbo@ouka.fi](mailto:emilia.olsbo@ouka.fi)

Jatulin liikuntakeskus p. 050 390 0059, [virpi.markuksela@ouka.fi](mailto:virpi.markuksela@ouka.fi)

Ouluhalli p. 044 703 8062, [tapani.tuomikoski@ouka.fi](mailto:tapani.tuomikoski@ouka.fi)

### **Pulkat**

Perinteiset korkeareunaiset pilkkipulkat. Osassa lisätty kiinteä selkätuki vöillä, jolloin enemmän vartalon hallintaa tarvitsevatkin pystyvät nauttimaan hangilla menosta.

Lainaus:

Jatulin liikuntakeskus p. 050 390 0059, [virpi.markuksela@ouka.fi](mailto:virpi.markuksela@ouka.fi)

Ouluhalli p. 044 703 8062, [tapani.tuomikoski@ouka.fi](mailto:tapani.tuomikoski@ouka.fi)

### **Suksee-pyörätuolisukset kelattavaan pyörätuoliin**

Sukset mahdollistavat pyörätuolilla avustetusti liikkumisen esim. jäällä ja kovalla hangella. Sukset asetetaan pyörätuolin pyörien alle ja kiinnitetään remmeillä pyörätuolin runkoon.

Lainaus:

Ouluhalli p. 044 703 8062, [tapani.tuomikoski@ouka.fi](mailto:tapani.tuomikoski@ouka.fi)

Jatulin liikuntakeskus p. 050 390 0059, [virpi.markuksela@ouka.fi](mailto:virpi.markuksela@ouka.fi)

Kiiminki p. 050 379 6711, [emilia.olsbo@ouka.fi](mailto:emilia.olsbo@ouka.fi)



## Lainausohjeet

Välineitä lainataan Ouluun ja ympäristökuntiin henkilöille, joilla on pitkäaikaissairaus tai toimintarajoite. Lainaus on maksutonta. Katso välineen kohdalta, mistä välinettä lainataan.

### Lainausehdot

- Lainaaaja käyttää liikuntavälineitä omalla vastuullaan.
- Välineitä ei ole vakuutettu lainauksen ajaksi. Lainaaaja vastaa sattuneista välineen rikkoutumisista, lukuun ottamatta normaalikäytöstä johtuneita rikkoutumisia.
- Välineen rikkoutumisesta tulee ilmoittaa lainaajalle, jotta korjaustoimet saadaan heti käyntiin ennen seuraavaa lainausta.
- Lainaaaja noutaa välineet itse lainauspisteestä.
- Lainaaaja palauttaa välineet puhdistettuina, kaikki osat tallessa ja siististi pakattuna.
- Lainausaika sovitaan lainaajan kanssa erikseen sopimuksessa, lainausaika enintään kolme viikkoa.
- Palauttamatta jääneestä, kadonneesta välineestä tai työkalusta lainaaja sitoutuu korvaamaan tarvikkeen jälleen hankintahinnan.

Lisää lainattavia välineitä löydät [ouka.fi/soveltavaliikunta](https://www.ouka.fi/soveltavaliikunta) -sivuilta, joka on toimintavälineitä sekä vammaisurheilun ja -liikunnan apuvälineitä vuokraavien tahojen yhteinen valtakunnallinen verkkopalvelu.