

Leppävaara-viikot 2010

16.8.2010

Leppävaara-viikot 2010 - kansainvälinen kaupunkikeskus Espoon suurin kaupunkikeskustapahtuma

Leppävaara-viikot ovat jokavuotinen tapahtumakokonaisuus Espoon Leppävaarassa. Vuonna 2010 toteutettavat tapahtumaviikot tarjoavat elo-syyskuun vaihteessa paljon erilaista toimintaa Leppävaaran ja sen lähialueiden asukkaille, yrityksille ja yhteisöille. Tarjolla on mm. kulttuuria, urheilua, seminaareja ja erilaisia kilpailuja.

Leppävaara-viikkojen tarkoitus on kehittää alueen yhteisöllisyyttä, edistää sen imagoa kehittyvänä kaupunkikeskuksena sekä tehdä Leppävaaraa ja sen palveluita tunnetuiksi.

Vuoden 2010 Leppävaara-viikot toteutetaan elo-syyskuun vaihteessa ma 30.8.- su 12.9.2010.

Leppävaara-viikkojen tapahtumat ovat nyt varmistuneet. Tapahtumia on tänä vuonna ennätysmäärä. Leppävaara-viikot tapahtuma kokonaisuus ideana on saanut alleen uutta virtaa. Tapahtumista löytyy ohjelmaa **kaikenikäisille leppävaaralaisille**. Liitteenä löydät ohjelmatiedot. Jokaisen yksittäisen tapahtuman järjestämisestä vastaa kukin toimija itse. Tapahtumat tullaan esittelemään Leppävaara-viikot-tapahtumalehdessä, joka ilmestyy 21.8.2010 jaettavan Länsiväylän välissä Suur-Leppävaaran alueella.

Leppävaara-viikkojen nettisivut ovat auenneet. Sivuilta löydät aina ajankohtaista tietoa viikoista sekä esittelyt tapahtumista (kts. liite1). Mikäli sinulla ei mahdollisuus saada painettua lehteä posti kautta, nettisivuilla julkaistaan 21.8.2010 viikkojen tapahtumalehti PDF-muodossa. Lehti tarjoaa laajan paketin Leppävaaran alueen ajankohtaisia artikkeleita. Leppävaara-viikot -tapahtumalehti on saatavilla viikkojen aikana myös jokaisen tapahtumaa järjestävän yhteistyökumppanin, organisaation taikka muun mukana olevan toimipisteestä Leppävaaran alueella.

<http://leppavaaraviikot.net/>



FACEBOOK - KILPAILU

Kaikkien Leppävaara-viikot Facebook -sivun jäsenten kesken jaetaan palkintona YKSITYISELOKUVANÄYTÖS BioRex Sellon ylellisessä Rex-salissa. 28 hengen sali on varustettu mekanismituoleilla, joissa voi katsella elokuvaa rennosti vaikka makuullaan. Elokuvan voit valita BioRex Sellon meneillään olevasta ohjelmistosta. Elokuvanäytöspalkinto on voimassa vuoden 2010 loppuun. Kilpailuun voit osallistua myös lähettämällä kilpailukupongin, jonka saat Länsiväylän välissä jaetavasta Leppävaara-viikot -tapahtumalehdestä elokuun puolivälissä. Palkinto jaetaan lokakuussa 2010 ja voittajaan otetaan yhteyttä henkilökohtaisesti.

Tervetuloa mukaan Leppävaara-viikoille!

Ystävällisin terveisin

Meri Kajas
Projektipäällikkö
0451286994
meri.kajas@laurea.fi

TAPAHTUMAT



Maanantai 30.8.2010

TORI ZUMBA

Kelonaika: katso www.fressi.fi

Lätkkitorilla tanssitaan huippusuositusta ja kaloreita polttavaa tanssia Leppävaaran Fressin huippuohjelmien kannustamana. Ei ennakkoi- moitautumista. Varusteiksi sopivat ulkoivaatteet. Tapahtuma on ilmainen.

Paiikka: Lätkkitori

Tiistai 31.8.2010

KAUPUNKITANSSIT: HIDAS VALSSI

Kelonaika: 17.30 – 18.15

Ilmaista paritanssiopeutusta. Ennakkoiltoja tai ilmoittautumista ei tarvita. Tule parin kanssa tai ilman! Opetuksesta vastaa Hikka Toivonen-Alastalo

Info: www.kaupunkitanssit.fi

Paiikka: Selosalin edusta

KEISARIN VIERAILUSTA JATKO-SOTAAN –LUENTO + LEPPÄVAARAN KOTISEUTUKÄVELY

Kelonaika: 17.00

Museo-opas Nina Tahvela Espoon kaupunginmuseosta luennoi Selon kirjaston Akseli-salissa aiheesta ”Keisarin vierailusta jatkosotaan. Aili-lolan fiktiivinen elämäntarina”. Luennon jälkeen klo 18.00 vie jo eläkkeelle jäänyt maakuntakirjastonhoitaja ja asuinseutunsa perinnehoidaja ja asuinseutunsa perinnehoidaja Heidi Helme kuulijat kotiseutukävelyille. Tutustutaan Leppävaaran historiallisiin kohteisiin ja kuullaan niiden tarinat: Albergan kartano - Parkvila - Villa Ainamo - Ruusutorpan koulun takaiset kaivannot - Nupukivenkallio - Murhamäki - Villa Åberg - saksalaisen sotilain Xavier Brummerin hauta. Huom. sisällä kohteissa ei käydä. Ilmainen.

Paiikka: Selon kirjasto, Runonurkka

Keskiviikko 1.9.2010

ILTAPÄIVÄN KAHVIHETKI MIRIA PYYKÖN SEURASSA

Kelonaika: 14.00 – 15.30

Selosalin syksyn uusi keskustelusa- rja, jossa toimittaja Mirja Pyykkö johdattelee kunkin iltapäivän keskustelijat musiikillisiin aiheensa ää- nelle. Tule mukaan kuuntelemaan, pohtimaan ja kysymään!

aihe: soittoa ihmisten luona
Vieraina Tapiola Sinfoniettan tai- teellinen johto eli intendentti Han-

na Kosonen, konserttimestar Janne Nisonen ja fagotin äänenjohtaja Jaakko Luoma.
Kahvio ainoita. Vapaa pääsyl
Paiikka: Selosalin lämpö

KELLER QUARTETT

Kelonaika: 19.30 – 21.30

András Keller, viulu
János Pilz, viulu
Zoltán Gál, alttoviulu
Judit Szabó, sello

J.S. Bach: Contrapunctus I - II - III

Canon XV

György Kurtág: Six Moments Musicaux op. 44: I - II - III

J.S. Bach: Contrapunctus IV- VI- IX

György Kurtág: Six Moments Musicaux op. 44: IV - V - VI

J.S. Bach: Canon XIV

György Kurtág: Aus der Ferne V

J.S. Bach: Canon XVII

J.S. Bach: Contrapunctus XI

György Kurtág: Officium Breve op. 28

J.S. Bach: Contrapunctus XVIII

György Kurtág: Ligatura

Menneisyys kohtaa nykyhetken rohkean oivaltavassa ohjelmassa. Unkarilaisen nykymusiikin mestarin kimmeltävät musiikilliset mobiilit lomittavat kiehtovalle tavalla Bachin fuugien kanssa. Konsertti on osa Helsingin juhlaväikköjen ohjelmissä. Kesto väliaikoinen n. 2 h
Liput 27/15 €, eläkeläiset 26 €, Lippupiste (+ palvelumaksu alk. 1,50 €/lippu)
Paiikka: Selosali

ÅBERGIN LEHDON AVOIMET OVET

Kelonaika: 16.00 – 18.00

Oletko huomannut vanhan vaa- lean puutalon Ajurinkujalla? Talo täyttää tänä vuonna kunnokittavat 100 vuotta. Talossa pyöri tänä päivänä esimerkiksi avoimipäivö- ti. Tule kuulemaan talon historias- ta sekä tutustumaan historiallisiin tiloihin.
Paiikka: Åbergin lastentalo, Ajurin- kuja 4.

FRESSI SAUVAKÄVELYTTÄÄ

Kelonaika: 17.00 – 18.00

Tule sauvakävelvään ammattilai- tosten ohjaajien opastamana Lep- pävaaran ympäristöön. Ohjaaja kertoo kenellä teknikkävinkkejä ja tapoja, kuinka tehostat sauvakä- velyä. Ei ennakkoi moitautumista ja tapahtuma on ilmainen. Otathan mukaan omat sauvat.
Paiikka: Lähtö Fressin edestä klo 17.00
Esikunnankatu 2 02600 Espoo

SENIORIBIO

Kelonaika: 14.00

Elokuva: Prinsessa
SeniorBio on valittu ai- kuiseen elokuvaan. Lipun hintaan kuuluu kahvi. SeniorBio on muka- va tapa viettää päivää itselleen tai ystävien seurassa.
Lipun hinta on 6,50 €.
Paiikka: BioRex, Sello

VAUVABIO

Kelonaika: 14.00

Elokuva: Häikein terveisin
Vauvabiossa elokuvaa katsotaan lasten ehdoilla ja tunnelma on lu- to lapsystävälliseksi.

Salissa on esityksen aikana himmeä valaistus ja ääni on normaalia hiljai- semmalla. Lisäksi käytössä on mikroaaltouuni lastenruokien lämmit- tämistä varten sekä hoitopöytä.
Paiikka: BioRex, Sello

Torstai 2.9.2010

RAITTIKARNEVAALIT

Kelonaika: 10.00 – 21.00

Perinteikkäät Raittikarnevaalit on ko- ko perheen mieluisen leppäva- aralainen tapahtuma. Se yhdistelee iloisesti markkinatapahtumaa, elä- vää musiikkia, esittäviä taidetta ja riemukaista karnevaalihenkeä.
Paiikka: Lätkkitori ja Leppävaaran- raitti

SUURI POISTOKIRJAMYNNIT

Kelonaika: 15.00 – 20.00

Selon kirjaston kauno- ja Getokir- jallisuutta pikkuhahalla. Tutustu ja tee löytöjä raittikarnevaaleilla!
Paiikka: Lätkkitori

ZUMBAA

Kelonaika: 15:15 – 15:45

Tule Zumbaamaan Raittikarnevaali- en humuun Fressin johdattamana! Ilmainen ja ei ennakkoi moitautu- mista.
Paiikka: Lätkkitori

Perjantai 3.9.2010

KULTTUURIEN KOHTAAMINEN GRILLIN ÄÄRELLÄ

Kelonaika: 10.00 – 11.30

Ota mukaasi omat grillivästät ja tule Leppävaaran asukaspuistoon viettämään yhteistä aikaa. Voit tuoda mukanaasi omasta kulttuuris- tasi jonkin esineen, asusteen, teikin, musiikkia tai jotain muuta Sinulle

tärkeää.

Paiikka: Leppävaaran asukaspuis- to, Pikkulinnunreitti 16, puh: 046 8772178

UNIQUE - TANSSIRYHMÄ

Kelonaika: katso <http://clubfennia.com/fi>

Tanssiryhmä Unique on selsemän nuoren naisen ilmaisuvoimainen showtanssiryhmä, jonka esityksis- tä ei menoa eikä meininkiä puutut Monipuolisista, taidokkaista ja tee- mallaista koreografioista koostuva tanssishow ei jätä ketään kylmäksi!
Paiikka: Ravintola Fennia, Sello

JUVENALIA BIG BAND JA SAKSOFONIKVARTETTI

Kelonaika: 19.00

Leppävaarassa sijaitsevan menes- tysekkään musiikkikoulun jazz bändi soittaa Leppävaara-viikkoja varten erityisesti järjestetyllä keikal- la. Tästä kuullaan vielä!
Paiikka: Selosali

SUURI SUOMALAINEN DERBY – DERBYN AVAUS

Kelonaika: 12.00

Ilmainen sisäänpääsy ravidalle.
Paiikka: Vermon Ravirata, Ravitie 1, 00370 Helsinki

Lauantai 4.9.2010

SPA WELLNESS CLUBIN PERSONAL TRAINER –PÄIVÄ

Kelonaika: 6.00 – 22.00

Tule ja varaa itsellesi ilmainen per- sonal trainer –tapaaminen. Perso- nal trainer avustaa ja antaa vinke- jä läihdyttämisessä ja urheilussa ses- kä elämäntilanteiden parantamisessa.

Voit varata personal trainerin it- sellesi numerosta 040 520 00 39. Personal trainer –ajat varataan sitä mukaan kun paikat menevät.
Paiikka: Spa Wellness Club, Leppä- vaarankatu 12, 02600 Espoo

SUURI SUOMALAINEN DERBY

Kelonaika: 10.00

Tule katsomaan juhlaravit Suomen suurimmalle ravidalle.
Paiikka: Vermon Ravirata, Ravitie 1, 00370 Helsinki

Sunnuntai 5.9.2010

VESIJUMPPAA

Kelonaika: 9.15 – 10.00

Leppävaaran uimahallissa järjes- tetään vesijumppaa aamupäivällä. Vesijumppa on tehokasta liikuntaa

ja se lisää liikkuvuutta ja hieroo sa- malla kehon lihaksia. Vesijumpan järjestää Cetus. Hinta: 2 € / kerta.
Paiikka: Leppävaaran uimahalli, Ve- räjälpellonkatu 15

VESIJUMPPAA

Kelonaika: 10.00 – 11.45

Leppävaaran uimahallissa järjes- tetään vesijumppaa aamupäivällä. Vesijumppa on tehokasta liikuntaa ja se lisää liikkuvuutta ja hieroo sa- malla kehon lihaksia. Vesijumpan järjestää Cetus. Hinta: Hinta: 2 € / kerta.
Paiikka: Leppävaaran uimahalli, Ve- räjälpellonkatu 15

JUNIOR-LIFE – vesiturvallisuutta ja hengenpelastusta

Kelonaika: 9.00 – 11.00

Tule tutustumaan Cetusen junior- life toimintaan ilmaisella tatus- tumiskerralla. Tapahtuma on 9 – 15-vuotiaille, jotka osavat uida vähintään 200 metriä.
Paiikka: Leppävaaran uimahalli, Ve- räjälpellonkatu 15

KOKO PERHEEN LUONTORETKI

Kelonaika: 10.30 – 12.30

Koko perheelle sopiva luontoretki Villa Elfvikin lähiluonnossa. Retkel- le lähdetään luontotalon pihalta ja kulkeminen menee lasten ehdoilla. Mukaan pienet eväät ja säänmu- kainen pukeutuminen. Sunnuntai- na 5.9. eläydytään keuhkien mail- maan Villa Elfvikin keuhkukoulu- sa. Vapaa pääsy. Tervetuloa!
Paiikka: Villa Elfik, Elfvikintie 4, Laa- jalahdi

Maanantai 6.9.2010

AIKUISTEN MUSIIKKITUOKIO

Kelonaika: 18.00

Tomi Pulkkinen ja Riitta Leivo ovat tehneet lauluja, joissa Espoon his- toria ja eri alueet näyttäytyvät haus- kasti ja koskettavasti. Kap- paleiden tarinat kuljettavat kuu- lijän 1500-luvun Kuninkaan- tie 1920-luvun kieltoajan saaristolai- semiin ja kivikauden Nuuksiosta tulevaisuuden maailmaan. Kunniaa tehdään uterille uudisraivaajille, jotka vastoinnäytystä lannistu- matta rakensivat nykyisen Leppä- vaaran alueen, ja välillä tavataan omalaatuisia elämäntapa- taustaan viileviä Bembölen kylän hölmöläi- siä. Esitys Sellossa on antoisa kai- kenkäsille, niin syntyperäisille es- poolaisille, satunnaisille vierailijoille kuin toisesta maasta muuttaneille- kin. Espoon kaupunginkirjasto on julkaissut Tomi Pulkkinen ja Riitta Leivon lauluista levy ”Espoon ta-

Liite 1

riinat", jota voi lainata ja ostaa mm. kirjastoista.

Paikka: Sellon kirjasto

TORI ZUMBA

Kellonaika: katso www.fressi.fi

Lätkkitorilla tanssitaan huippuasuisia ja kaloreita polttavaa tanssia Fressin huippuohjaajien kannustamana. Ei ennakkoilmoittautumista. Ilmainen.
Paikka: Lätkkitori

1 € / SARJA – KEILAUSTA KOKO PÄIVÄ

Kellonaika: 10.00 – 21.00

Sellon Bow/Cirkuksessa on mahdollista keilata vaikka koko päivä 1 € / sarja. Ei ennakkoilmoittautumista. Paikka: Bow/Circus Selo

KEILAUS OPETUSTA

Kellonaika: 16.00 – 21.00

Ammattikeilaaja opettaa keilausta sellon Bow/Cirkuksessa ilmaiseksi. Ei ennakkovarauksia.
Paikka: Bow/Circus Selo

Tiistai 7.9.2010

PÄIVÄTANSSIT

Kellonaika: 13.30 – 15.00

Suuren suosion saavuttaneet päivätanssit jatkuvat Sellon/Sellosalissa Tanssittajana Pop & Jazz Konservatorion tanssiohjelma. Kahvio avoinna! Vapaa pääsy.
Paikka: Sellon/Sellosali lämpö

AJOKILPAILU

Kellonaika: 17.00

Tule ajamaan itsellesi taikka lapsellesi ajokoulun 2. vaihe. Kilpailun voittoa on se, joka ajaa ennallaan määrätyn kierroksen Leppävaarassa ekologisesti. Lähtö Lätkkitorin parkkipaikalta. Osallistuminen on ilmaista. Ennakkoilmoittautumiset 4.9.10 mennessä: leppaavaara@movia.fi tai 0400 572 843.

Pääpaikintona on autokoulun paikallinen 2. vaihe, jonka voi halutessaan luovuttaa haluamalleen henkilölle. Kilpailun järjestäjä on autokoulu Movia.

Kilpailu ajetaan Movian autoilla.
Paikka: Autokoulu Movian edestä, Lääkkitie 2, 02650 Espoo

Keskiviikko 8.9.2010

FIGHT SELLO – KIKON KAAPPALUSHOW

Kellonaika: 18.00 – 19.00

Kamppailukoulu Kikolla on lajina myös Sellon kirjastossa. Tiedossa on mm. taekwondo.
Paikka: Sellon kirjaston aula

RAOUL & RAUL FLAMENCO-ROCK-JAZZ PROJECT

klo 19.00

Raoul Björkenheim, sähkö- ja akustinen kitara
Raul Mannola, flamenco- ja 12-kielinen kitara
Aylin Bayaz, tanssi
Pablo Martín, lyömäsoittimet
Juan Farfán, laulu

Kaksi suomalaista huippukitaristia Raoul Björkenheim ja Raul Mannola yhdistävät valtavat voimavaransa, ja yhdessä flamencolaualan,

-tanssijan ja lyömäsoittajan kanssa saavat aikaan uskomattoman määrän energiaa!
www.raoulbjorkenheim.com
www.raulmannola.com
www.myspace.com/raulmannola
www.myspace.com/aylinbayaz

Konsertin kesto välilläkoineen n. 2h
Liput 15 €, Lippupiste (+ palvelumaksu alk. 1,50 €/lippu)
Paikka: Sellon/Sellosali, ESPOO

SENIORI PILATES

Kellonaika: 10.00 – 11.00

Pilates on tehokas tapa lisätä kehon hallintaa ja vahvistaa lihaksistoa. Pilateksella edistät hyvää ryhtiä. Ei sisällä hyppyä tai askelkuvioita. Opettaja on ammattitaitoinen liikunnanohjaaja liikuntakeskus Fressissä. Ilmainen ja ei ennakkoilmoittautumista.
Paikka: Leppävaaran palvelutalo (1. kerros), Armas Laurin katu 9, ESPOO

FRESSI SAUVAKÄVELYTTÄÄ

Kellonaika: 17.00 – 18.00

Tule sauvakävelymän ammattilaisohjauksella ja vahvistaa Leppävaaran ympäristöön. Ohjaaja kertoo lenkellä tekniikkavinkkejä ja tapoja, kuinka tehostat sauvakävelyä. Ei ennakkoilmoittautumista ja tapahtuma on ilmainen. Otathan mukaan omat saavat.
Paikka: Lähtö Fressin edestä Eskunankatu Alppitorvesta 02600 Espoo

SPA WELLNESS CLUB:IN PERSONAL TRAINER –PÄIVÄ

Kellonaika: 6.00 – 22.00

Tule ja vara itsellesi ilmainen personal trainer –tapaaminen. Personal trainer avustaa ja antaa vinkkejä laihduttamisessa ja urheilussa sekä elämäntilanteiden parantamisessa.

Voit varata personal trainer -ajan numerosta 040 520 00 39. Personal trainer -ajat varataan siinä mukaan kun paikkaa on vapaana. Voit myös varata ajan yhteistapaamiseen, jossa on sinun lisäksi ystävä mukana (esim. ystävä tai puoliso).

Paikka: Spa Wellness Club, Leppävaarankatu 12 02600 Espoo

Torstai 9.9.2010

LUENTO: SIENIMETSÄÄN

Kellonaika: 18.00 – 20.30

Luennolla pohditaan sienestyksen saloja: Mitä sieniä kannattaa poimia ja mitkä jättää metsään? Mistä ne tunnistaa? Miten sieniä käsitellään ja säilöään? Näihin ja muihin kysymyksiin saat vastauksen luennolla. Luennoitsijana Pertti Salo. Ei ilmoittautumista, oivomaksu 4 €.

Paikka: Espoon työväenopisto: Mäkkylä, Adjutantinkatu 1

TAITEILIJAT LÄHIKUVASSA I: TORVENSOITTAJAN TARINA

Kellonaika: klo 19.00

Pasi Piilaja ystävineen Alppitorvesta wienitorveen. Teoksia ja tunnelmia 30-vuotisen muusikkouran varrelta.
Liput: 12/6 €, Lippupiste (+ palvelu-)

lumsu alk. 1,50 €/lippu)

Paikka: Sellon/Sellosali
MONIKULTTUURIINEN NUKKE-TEATTERI KROKELI "KUKA SINÄ OLET?"

Kellonaika: 14.00

Näytelmä käsittelee - eläinten näkökulmasta - Espoon asuttamista. Aluksi oli vain viljeillämiä suurissa metsissä mutta ihmisten myötä ilmaantuivat paikalle myös kodit eläimet. Voit arvata, että hirven ja lehmän voi olla vaikeaa ymmärtää toisiansa! Aikojen kuluessa seudullisesti muuttivat useampia laja uusia eläimiä - sekä viljejä että kesyjä. Kaikki eivät tunteneet oloaan terveilleksi, vaan olivat sunnilla, jos kaikki eivät olleetkaan ystäväisiä heille. Kunnas eräänä päivänä joukkoon saapui Apina. Hän oli iloinen ja utelias ja kiinnostunut kaikista ja kaikista. Eikä ajatellut yhtään, mitä muut minusta ajattelivat. Hän sai kaikki nauramaan tempulleen ja lopulta kaikki viihtyivät hyvin yhdessä. Erityisesti Iloisen Apinan Ravintolassa! (Nana Steenliuksen tekstiä mukaillen Marjut Saloniemi)

Paikka: Sellon kirjasto

Perjantai 10.9.2010

TOMI PULKKINEN JA RIITTA LEIVO LAULAVAT JA LAULATTAVAT LAPSIJA

Kellonaika: 10.00

Vuorovaikutteisessa lastenkonsertissa kuullaan Tomi Pulkkinen suosituista musiikkituokioista ja Espoon kaupunkiorkesterin julkaisemalta "Tomini musiikkituokio" -levyjä tuttuja lauluja. Kappaleissa seikkailivat muun muassa Taikuri Aleksi, Lennat Lammas ja monet muut hahmot muun muassa Hattulan, Mattolan ja Kattilan kylistä. Punaisena lankana on ajatus itse tekemisestä, keksimisestä ja mielikuvituksesta. Mielisä joksaisissa on valtavat voimavarat: "Kun sä käytät mielikuvitusta / Voi taikuri tulla myös susta..." Huomataan myös, että ei haittaa, jos on kylänsi ainoa kissa, koska silloin voi löytää toisenlaisia kavereita. "Tomini musiikkituokio" -levy on ostettavissa ja lainattavissa kirjastoista.

Paikka: Sellon kirjasto

KULTTUURIEN KOHTAAMINEN GRILLIN ÄÄRELLÄ

Kellonaika: 10.00 – 11.30

Ota mukaasi omat grilliväskät ja tule Leppävaaran asukaspuistoon viettämään yhteistä aikaa. Voit tuoda mukanaasi omasta kulttuuristasi jonkin esineen, asutteen, leikin, musiikkia tai jotain muuta Sinulle tärkeää.
Paikka: Leppävaaran asukaspuisto, Pikkuilmunneitti 16

KOKEILUTUNTI: LASTEN TAERKWONDOO

Kellonaika: 18.00

Tule kokeilemaan Leppävaaran kampsailukoulu Kikoon taekwondo. Tunti on ilmainen ja ei vaadi ennakkoilmoittautumista.
Paikka: Kampailukeskus Kiko, Postipuutie 2.

KOKEILUTUNTI: KAHVAKULAHARJOITTELU

Kellonaika: 19.00

Leppävaaran kampsailukoulu Kiko järjestää ilmaisen kahvakuulatreeni -kerran. Kahvakuulaharjoittelu on monipuolista ja tehokasta kokovartalon muokkaamista. Tunti on ilmainen ja ei vaadi ennakkoilmoittautumista. Tunnilla ei vaadita aiempaa kokemusta kahvakuulista.
Paikka: Kampailukeskus Kiko, Postipuutie 2.

Lauantai 11.9.2010

FRESSIN AVOIMET OVET – ZUMBA MARATON

Kellonaika: 8.00 – 21.00

Fressissä on ystävälinen ja asian-tunteva ilmiö. Tänä päivänä voit ilmaiseksi tutustua kuntosalin tarjontaan ja osallistua ohjatuille ryhmäliikuntatunneille. Päivän teema on Zumba ja tunteja pyörii erikoisohjelmalla useita pölyn päiviä. Ohjelmistossa myös mm. Aqua Zumbaa. Katso lisätietoja Fressin sivulta: www.fressi.fi
Paikka: Fressi Leppävaara
Esikunnankatu 2 02600 Espoo

LEPPÄVAARAN TERVEYS & BUSINESS -MESSUT

Kellonaika: 10.00 – 17.00

Leppävaaran ammattikorkeakoulu Laureassa järjestetään tänään vuoden syyskuun alkupuolella messut, jossa alueen asukkaat pääsevät tutustumaan paikallisiin terveys- ja liikunta-alan palveluihin ja samalla saamaan business-tietoa suoraan alan asiantuntijalta. Messut ovat inspi-raation lähde jokaiselle opiskelijalle ja työssäkäyville. Ilmainen.
Paikka: Laurea-amm. Leppävaara, Vanha maantie 9.

JAZZ HEAT BONGO BEAT

Kellonaika: 19 – 24

Ricky-Tick Recordsin ja Sellon yhteistyönä: Jazz Heat Bongo Beat -klubi. Menestyksekkään kotimaisen Ricky-Tick Recordsin kuuluu klubi-tila Sellon/Sellosalissa.

Kotimaisen jazzin kärkinimet samana iltana:

Klo 20.00 Jussi Lampela X Jukka Eskola -levynjulkarikeikka
Jukka Eskola, Antti Rissanen, Ari Jokelainen, Timo Lassy, Teo Toivonen, Milka Järmsä, Jukka Uutela, Ville Herrala ja Jussi Lehtonen
Klo 21.30 Olli Ojajarvi Trio
Olli Ojajarvi, Jan Simons ja Markku Ounaskari
Klo 22.45 Timo Lassy Band
Timo Lassy, Georgios Kontrafouris, Antti Lötjönen, Teppo Mäkynen ja Abdissa Assafa
www.ricky-tick.com

Kahvio-baarissa A-olueudet ja DJ Matti Nives.

Liput 20/15 €, Lippupiste + palvelumaksu 1,50 €/lippu

Sunnuntai 12.9.2010

KOKO PERHEEN LUONTORETKI

Kellonaika: 10.30 – 12.30

Koko perheelle sopiva luontoretki Villa Elfvikin lähiluonnossa. Retkelle lähdetään luontotalon pihalta ja kulkeminen menee lasten ehtoilla. Mukaan pienet eväät ja säänmukainen pukeutuminen. Sunnuntai-

na 12.9. lähdetään seikkailuun Mörin metsään. Vapaa pääsy. Tervetuloa!
Paikka: Villa Elfik, Elfvikintie 4, Laajalahdi

Jatkuvia tapahtumia Leppävaara-viikkojen aikana:

ILMAINEN VERENPAINEMITTAUS

Voit käydä Leppävaara-viikkojen aikana mittauttamassa ilmaiseksi verenpaineesi Leppävaaran Mehiläisessä. Mehiläinen sijaitsee Panorama Towerin 4. kerroksessa. Aikaa ei tarvitse varata.

NÄYTTELY: PUU PUHUTTELEE

Villa Elfvikin luontotalossa
10.8. – 12.9.2010.

Seija Voijolan maalauksia. Tunnelmallaan mystiset maalaukset ja niihin liittyvät tekstit kertovat puiden merkityksestä ihmisille nyt ja ennen.

NÄYTTELY: EVA GORBOVSKIN SILKKITÖITÄ

Sellon kirjaston aulan vitriinialueella
23.8. – 10.9.

Kuvataiteilija Eva Gorbovskille luomisprosessi ja värin voima ovat yhtä tärkeitä osa elämää kuin hengittäminenkin. Hänen kiinnostuksensa taiteisiin on monialaista aina klassisesta maalauksesta performanssiin ja silkkimaalauksesta yhteisö- ja ympäristötaiteeseen. Teoksiaan Eva käyttää ja yhdistelee useita eri menetelmiä. Eva on valmistunut taiteiden maisteriksi vuonna 2000 ja hänellä on myös pedagogin pätevyys. Monikulttuurisen taustan omaava taiteilija on asunut ja työskennellyt pääkaupunkiseudulla tammikuusta 2009 alkaen. Hän on Espoon taiteilijayhteisön EspooArtZin jäsen vuodesta 2009 alkaen. Viimeisin näyttely "Ilmastonmuutos" oli Viherlaakson Galleriassa toukokuussa 2010. www.evagorbovski.fi
www.arsnet.net/evagorbovski

NÄYTTELY: MARIJATTA KARIJALAINEN

Sellon kirjaston Galleria Anna
23.8. – 10.9.

Mielen ajat. Elämäkirjoja akryyli-maalauksin. Värien leiskuntaa syksystä kesään.

NÄYTTELY: LEPPÄVAARA KEHITYTYÄ JA TÄYDENTYÄ

30.8. – 10.9. Rykmentinmäen pientaloalue ja Kuninkaanokio.

Kaavoituksen kuuluisia Leppävaaran alueella.

NÄYTTELY: AKUSTIIKKA IHOLLA

27.8. – 30.9.2010

valokuvia ja julistegrafiikkaa Sellon salissa matkan varrelta
Näyttely avoinna Sellon salissa ilta- ja aamun tunteissa. Vapaa pääsy!
Paikka: Sellon salin lämpö