

Liikunta ja urheilu

Espoo on Suomen liikkuvin kunta. Espoolaiset ovat aktiivisia liikkujia, täällä on maan laadukkain seuratoiminta sekä monipuolisin kaupungin ja seurakentän yhteistyö. Kumppanuuden tuloksena on luotu olosuhteita ja kaikille mahdollinen maksuton harrastamisen polku. Espoo liikkuu monikulttuurisesti ja -arvoisesti.

Espoo Liikkuu -ajatteluun sisältyy espoolaisen liikunnan ja urheilun sielu. Tarjoamme jokaiselle jotakin yhteistyössä laajan liikuntayhteisön kanssa; omaehtoisen tai ohjatun liikunnan mahdollisuuden, niiden tuoman hyvinvoinnin. Liikunta on monelle elämäntapa ja yhä useammalle se on myös keino hallita elämää. Espoo voi hyvin, kun sen asukas voi hyvin.

Palvelemme kestävästi. Tukeudumme luontoon, mikä on tasapuolinen ja -arvoinen hyvinvoinnin lähde. Ulkoilureitit, lähiliikuntapaikat, latuverkosto, meri ja sitä myötäilevä Rantaraitti tarjoavat asukkaillemme elämyksiä. Helposti, houkuttelevasti, mukaansa temmaten.

Seurat ja lähiliikunta

Seura- ja järjestöyhteistyö on toimintamme peruskivi. Kehitämme palveluja yhteistyössä niiden kanssa niin, että kaikenikäisille on tarjolla maksuton harrastamisen polku. Syventämällä kumppanuuksia löydämme yhteisiä ratkaisuja liikkumisen monipuolistamiseksi.

Seurat yhdistävät, tarjoavat pysyviä ihmissuhteita, seuratoiminta auttaa harrastajaa ja se kokoaa perheitä. Seuratoiminnassa syntyy tärkeitä kohtaamisia ja se luo sosiaalista hyvinvointia. Tavoitamme vieraskieliset espoolaiset ja tuemme heidän sijoittumistaan osaksi suomalaista yhteiskuntaan.

Lähiliikunta on tärkeää. Uimahallit ja urheilupuistomme ovat monipuolisia kilvoittelun keskuksia, lähiliikuntapaikkoja, joissa vapaassa käytössä olevat altaat, tekojäät, ulkokuntosalit ja kuntoportaat innostavat laajasti eri käyttäjäryhmiä monipuoliseen liikkumiseen. Niissä on myös aluekeskuksia tukeva identiteetti. Tavoittelemme olosuhteiden alueellisesti tasapainoista kehitystä ja palvelutarjontaa, luomme alustaa paitsi lähiöhenkiseen pelailuun myös huippu-urheilun menestykseen. Näemme huippu-urheilua, lasten ja nuorten turnauksia, jokapäiväistä harrastamista - iloa ja tunnetta, liikunnan arkiriemua.

Tuemme, avustamme ja kannustamme

Autamme seuroja tuetuilla vuoroilla ja kohdennetuilla avustuksilla. Niitä myönnetään seuran aktiivisuuden, eettisten periaatteiden sekä kaupungin ja seurojen välisen yhteistyön laajuuden mukaan. Liikuntaneuvonnalla tuemme ja kannustamme liian vähän liikkuvia liikkumisen pariin.

Liikunnanohjauksessa keskitymme erityisryhmiin ja ikäihmisiin. Tarjoamme digitaalisia liikuntapalveluita koteihin, kouluihin ja työpaikoille. Liikutamme asukkaitamme ulkona, uimahalleissa ja liikuntasaleissa. Ainutlaatuinen +68 Sporttiranneke tarjoaa kaikille +68 -ikäisille espoolaisille maksuttomia liikuntapalveluita. Eikä yksin tarvitse liikkua, sporttiranneketta käyttävä saa ottaa maksutta ystävän mukaan kuntosalille, uimaan ja jopa saaristoon veneretkelle. Aktiivisilta kuntalaisilta saamme korvaamatonta vertaistukea.

Huippu-urheilu ja urhea

Nuorelle on tärkeää saavuttaa laadukkaan harjoittelun ja opiskelun tasapaino. Tuemme nuoria huippu-urheilijoita kehittämällä Urhea -toimintaa yhdessä kouluverkoston sekä huippu-urheiluseurojen sekä Pääkaupunkiseudun Urhea-akatemian kanssa.

Urhea on tarkoitettu huipulle tähtääville ja jo kansainvälisellä huipulla oleville opiskelijaurheilijoille. Opiskelijan parempi arki tuo paremman lopputuloksen sekä koulussa että urheilussa ja se antaa mahdollisuuden arvostettuun työkokemukseen verrattavaan kasvuun.

Huippu-urheilu innostaa, se on tärkeä osa koko Espoo Liikkuu elinvoimaa. Tuemme huippu-urheilua tasapuolisesti ja tuemme Espoo Liikkuu -hengen yhteisöllistä kehitystä.

Espoo Liikkuu

Ihmisten liikunnallinen elämäntapa, sen tarjoamat sosiaaliset kontaktit, terveyden edistäminen ja omatoimisuuden säilyminen ovat koko yhteiskunnan kannalta keskeisen tärkeitä. Liikunta on viety myös kirjastoihin, museoihin ja kauppakeskuksiin. Toteutamme palvelujamme kumppanuudessa yhdessä kuntalaistemme kanssa.

Espoo on sininen ja vihreä. Ulkoilureittiverkostomme ulottuu etelästä meren rannalta pohjoiseen Nuuksion erämaihin. Yhteinen Itämeri on tärkeä ja sen saaristo tarjoaa upeita liikuntaelämyksiä. Ulkoiluverkostomme ovat laajat, laadukkaat ja ne ovat yhteisiä muiden pääkaupunkiseudun kuntien kanssa. Vastaamme asukkaiden toiveisiin laadukkaista ulkoliikunnan olosuhteista.

Haluamme, että koko Espoo liikkuu!