



# VVV LOODUSMATKAD



## LOE KILOKALOREID

Kui sa ihkad vaheldust igapäevasele matkamisele ning soovid aktiivselt liikuda ning üle kõige on sul soov oma kaalu jälgida, siis tule Elva puhkepiirkonna Vellaverre tervislike eluviiside matkaradadele.

See on jalgsimatk koos retkejuhiga, kus laskudes alla põhjatusse orgu ja tõustes seejärel mäeveerule, on sul võimalus kaotada kilokaloreid, juua selget allikavett ja puhastada oma keha jääkainetest. Allikavett on piisavalt ning juua võid seda lõpmatuseni! Lisaks sellele on sul meeldiv võimalus koguda teadmisi ravimtaimedest ja matka lõppedes lugeda kokku, mitu väärtuslikku punkti sa kogusid, s.t. mitu kilokalorit kaotasid. Kui selgub, et oled metsaande liialt nautinud ja pole kaotanud ühtki kilokalorit, jääb sulle alles võrratu elamus kogetust ja seikluslust punktide lugemisest! Kui aga selgub, et kaloreid on loovutatud liialt palju, on paras puhkekohas üks kena piknik korraldada. Matk on jõukohane kõigile huvilistele!

**Matka pikkus:** ~ 2 km

**Matka kestus** 2 tundi

**Toimumise aeg:** Aastaringsetl ettetellimisel

**Toimumise koht:** Tartumaa, Elva puhkepiirkond  
Vellavere

**Grupi suurus:** max-lt 25

**Paketi hind grupile:**

150 EUR

**Hind sisaldab:** retkejuhi tasu, üllatusauhindu ja väikest tervislikku einet

**Paketi sisu:**

- Saabumine kokkulepitud kohta
- Matk „Loe kilokaloreid“
- Väike tervislik eine

**Kogunemiskoht** lepitakse kokku tellimisel.

**Matka lõpus** puhkekohas külakiik.

**Varustus:** Mugavad jalatsid ja matkaks sobiv riietus.

**Lisatasu eest:**

**Piknikupakid**

**Paketti saab tellida:** Vapramäe-  
Vellavere-Vitipalu Sihtasutus  
52 54 172 [sihtasutus@vvvs.ee](mailto:sihtasutus@vvvs.ee)  
Triinu Pertels [www.vvvs.ee](http://www.vvvs.ee)

