

# PALJASJALKA- JA VILLASUKKARETKI





## TOTEUTA

- Otetaan kengät ja sukat pois jaloista metsäpolulla, nummikolla tai muussa paljasjalkailuun sopivassa kohteessa.
- Jaloilla voi tunnustella ja seikkailla erilaisilla pinnoilla.
- Jalkoja voi kuljettaa ensin myös pelkästään pitkin puunrunkoa. Mennään makaamaan puunrungon lähelle ja nostetaan jalkapohjat rungolle. Kävellään jaloilla runkoa pitkin, ylös ja alas.
- Talvella jalkoihin voi sujauttaa alussukkien päälle kahdet tai jopa kolmet villasukat ja lähdetään kimaltavalle pakkaslumelle villasukkaseikkailemaan. Valitkaa sellaiset villasukat, että ne pysyvät jalassa tai kääntäkää alussukan varsi villasukkien päälle.
- Villasukkajuoksu ei toimi märällä lumella ja loskakelillä.



**LIIKKUVA  
PERHE**