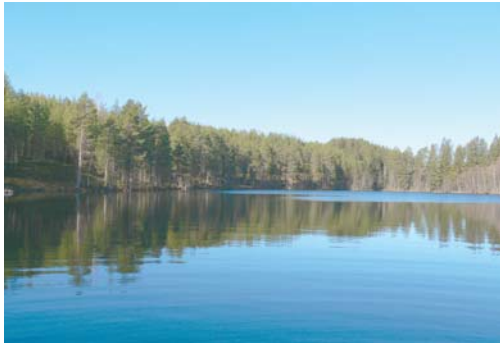




# Sauvakävelyreitti 1/4: Lampipolku 5,4 km

## Vaativuus

- Helppo
- Keskivaikea
- Vaativa
- **Palvelut**
- Hyvät
- Kohtalaiset
- Vähäiset



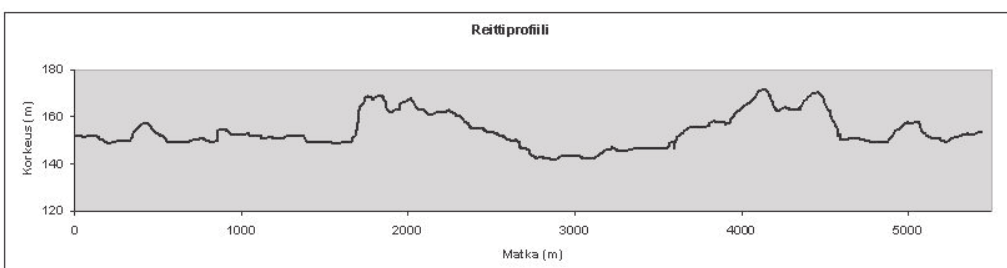
## Reittikuvaus

Lampipolku on helppo reitti, ja polku on hyväkuntoinen sekä tarpeeksi leveä sauvakävelyä varten. Polku kulkee pääosin mäntykankaalla, joten kuivalla säällä jalkineiksi riittävät esimerkiksi vaellussandaalit tai lenkkikengät. Reitin profiili on loiva ja pituutensakin puolesta reitti soveltuu hyvin myös vähemmän kuntoilleille. Korkeuseroa reitillä on 30 metriä ja kokonaisnousua yhteensä 76 metriä.

Lampipolun lähtöpaikka on Vuokattihallin pihassa, mistä on hyvät opasteet polulle. Opaskylttien lisäksi polku on merkitty myös puutolpilla, joihin on maalattu violetin värinen raita keltaiselle pohjalle.

Maisemiltaan monipuolisen polun varrella voi nähdä metsämaisemien lisäksi myös maalaismaisemaa peltoineen ja taloineen. Reitillä varrella olevat Kuikkalampi sekä Jäätiönlampi ovat monien vesilintujen levähdyspaikkoja. Jäätiönlahden yhdistävän virran ylittää idyllinen pieni silta, jolta kulkija voi ihastella Vuokatin vaaroille sekä Nuasjärvelle avautuvia maisemia. Kävelyretkellä voi halutessaan pulahtaa vilvoittavaan veteen, sillä Jäätiönlammessa aivan Lampipolun tuntumassa on uimapaikka, joka soveltuu myös lapsille. Uimapaikalle on opastekyltti polulta.

Lampipolulla ei ole taukopaikkoja, mutta reitin lähtöpisteestä sijaitseva Vuokatin Urheiluopisto palveluineen on sopiva paikka hieman pidemmällekin tauolle.



## Hätätilanteessa!

- Soita 112
- Kerro kuka olet
- Kerro missä olet
- Kerro mitä on tapahtunut