Salon OP

Yhdessä hyvä tulee.

- Ajo-ohje kuntorasteille löytyy tästä esitteestä, Salon Seudun Sanomien ‘Urheilussa tapahtuu’ palstalta sekä Sisun kotisivuilta. Tarkista lähtöpaikka lehdestä tai kotisivuilta, sillä esitteen painamisen jälkeen on saattanut tulla muutoksia.
- Erityisiä välineitä et tarvitse. Kartan saat ostaa paikanpäältä. Vaatetukseksi sopivat hyvin tavalliset ulkoiluvaatteet. Lisäksi et tarvitse kuin kompassin ja muovikotelon, jossa kartta pysyy kuivana ja ehjänä koko suorituksen ajan.
- Kartan oston yhteydessä kirjoitetaan oma nimi, seura sekä rata, jonka aikoo juosta, kartanmyyjällä olevaan korttiin. Valitse siis ratasi ennen kartan ostoa.
- Kaikissa tapahtumissa on käytössä elektroninen leimaus (emit). Järjestäjät ovat varanneet lainakortteja niille joilla ei ole omaa emit-korttia. Tarvittaessa kysy lisäohjeita emitin käytöstä järjestäjiltä.
- Kaikissa tapahtumissa on valmis tulostekartta ratoineen ja määritteineen.
- Rastit on merkitty maastoon punavalkoisin lipuin. Tarkista leimasimeen merkitty rastitunnus rastimääritteestä, jotta varmasti tiedät olevasi oikealla rastilla. Eri ratojen rastit saattavat olla lähellä toisiaan. Käytä emit-korttisi leimasimessa.
- Muista kielletyt alueet, joita ovat viljapellot, pihat ja muut selvät yksityisalueet. Suunnistaminen ja kartoitustyö ovat mahdollisia maanomistajien myötämielisellä suhtautumisella. Tämä kannattaa pitää mielessä metsässä liikuttaessa.
- Muista aina ilmoittautua maalissa vaikka olisit keskeyttänyt, jottei tarvitse järjestää turhaa etsintää.

- Tulokset julkaistaan osittain Salon Seudun Sanomissa ja Ykkössanomissa. Tämän lisäksi tulokset sekä väliajat julkaistaan internetissä Suomusjärven Sisun kotisivuilla (www.suomusjarvensisu.fi).
- Kaikilla kuntorasteilla arvotaan osallistujien kesken palkinto. Uskollisimmat kävijät palkitaan kauden viimeisessä tapahtumassa.
- Tule kuntorasteille kokeilemaan suunnistusta. Se on paljon enemmän kuin pelkkää hölkkäämistä!

TERVETULOA!

Ykkössuunnat - 30. kausi

Ykkössuunnat



2013

Muurlan Vihuri 19 MV 23

SISU SUOMUSJÄRVI

MuurVi - SuSi

http://www.suomusjarvensisu.fi/

Jaha, ja oliko vakuutukset kunnossa?

Tule Osuuspankkiin laittamaan vakuutusturvasi kuntoon.
Kaiken varalta.

Yhdessä hyvä tulee.

Salon OP

Ykkössuunnat 2013

	Aika	Paikka	Järjestäjä	Opastus	Huom!
1	10.4.	Suomusjärven urheilukenttä	SuSi	Maantie 110	
2	17.4.	Kalmankorpi	SuSi	Maantie 110	
3	24.4.	Korkianummi	SuSi	Lautelantie	SK
4	1.5.	Koorla	SuSi	Kurkelantie	
5	8.5.	Muurlan urheilukenttä	MuurVi	Muurlantie	
6	15.5.	Salmijärvi	SuSi	Maantie 110	
7	22.5.	Ojamäenkallio pohj.	SuSi	Maantie 110	
8	29.5.	Laperla	SuSi	Maantie 110	
9	5.6.	Kettulan Pirtti	SuSi	Maantie 110	SK
10	12.6.	Yltäkylä	SuSi	Kitula-Kiikala	
11	19.6.	Isonummi	MuurVi	Muurlantie	
12	26.6.	Komisuo	SuSi	Kitula-Kiikala	
13	3.7.	Lahnajärvi / Kettula	SuSi	Maantie 110	
14	10.7.	Hyyppärä	SuSi	Oinasjärventie	
15	17.7.	Varisjoki	SuSi	Oinasjärventie	
16	24.7.	Arpalahti	SuSi	Karjalohjantie	
17	31.7.	Kurkela / Tynnärlampi	SuSi	Kurkelantie	
18	7.8.	Pöytäkangas	SuSi	Maantie 110	
19	14.8.	Salmijärvi	SuSi	Maantie 110	
20	21.8.	Ruotsala	MuuurVi	Romsilantie	
21	28.8.	Ojamäenkallio etelä	SuSi	Maantie 110	SK
22	4.9.	Lahnajärvi / Kettula	SuSi	Maantie 110	
23	11.9.	Syvälampi	SuSi	Maantie 110	
24	18.9.	Lentokenttä	SuSi	Oinasjärventie	
25	25.9.	Sisumaja	SuSi	Karjalohjantie	

SK = paikalla Suunnistajan kaupan myyntipiste.

Radat 1,5 km (helppo); 2,5 - 3 km (lyhyt); 4 - 5 km (keski) ja 6 - 7 km (pitkä).

Karttamaksu 5 €, 18-vuotiaat ja nuoremmat ilmaiseksi. 10 kerran sarjakortti 40 €. Smartum Oy:n Liikuntaseteli ja Kulttuuriseteli käyvät maksuvälineenä niiden sääntöjen mukaisesti.

Kartat Tulostekartat valmiilla ratapainatuksella. Kartat ajantasaistettu pääsääntöisesti tänä vuonna.

Leimaus Emit-leimaus käytössä. Lainakortteja saatavilla ilman vuokraa.

Lähtöaika Huhtikuusta elokuuhun klo 17:00 - 19:00, syyskuussa klo 17:00 - 18:30.

Yhteyshenkilöt

SuSi	Mauri Sinnelä	mauri.sinnela@smail.fi	044 537 5551
MuurVi	Mika Juva	mika.juva@hotmail.com	0400 538 743

Tulokset Sisun kotisivuilla, Salon Seudun Sanomissa sekä Ykkössanomissa.

Tarkemmat tiedot
Salon Seudun Sanomien ”Urheilussa tapahtuu” palstalla sekä Sisun kotisivuilla

Arvonta / palkinnot
Viikoittain kaikkien osallistujien kesken arvotaan yksi arvontapalkinto, joka jaetaan maaliintulon yhteydessä. Uskollisimmat kävijät palkitaan viimeisessä tapahtumassa.

