



Lounaismaan OP

- 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. Vaatetuksiksi 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 rata-si ennen kartan ostoa.
- Kaikissa tapahtumissa on käytössä elektroninen leimaus (emit). Järjestäjät ovat varanneet lainakortteja niille joilla ei ole omaa emitkorttia. 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 Suomensjärven Sisun kotisivuilla (www.suomensjarvensisu.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 - 31. kausi

Ykkössuunnat



2014




MuurVi - SuSi

<http://www.suomensjarvensisu.fi/>



Keskitä. Saat etuja.

Lounaismaan OP 

Ykkösuunnat 2014

Aika	Paikka	Järjestäjä	Opastus	Huom!
1. 2.4.	Suomusjärven koulu	SuSi	Maantie 110	
2. 9.4.	Kivihovin alaparkki	SuSi	Maantie 110	
3. 16.4.	Laperla	SuSi	Maantie 110	
4. 23.4.	Korkianummi	SuSi	Lautelantie	
5. 30.4.	Suomusjärven urheilukenttä	SuSi	Maantie 110	
6. 7.5.	Muurlan urheilukenttä	MuurVi	Muurlantie	
7. 14.5.	Koorla	SuSi	Kurkelantie	SK
8. 21.5.	Ojamäenkallio pohj.	SuSi	Maantie 110	
9. 28.5.	Lahnajärvi/Kettula	SuSi	Maantie 110	
10. 4.6.	Salmijärvi	SuSi	Maantie 110	
11. 11.6.	Yltäkylä	SuSi	Kitula-Kiikala	
12. 18.6.	Rautsuo	SuSi	Kurkelantie	
13. 25.6.	Komisuo	SuSi	Kitula-Kiikala	
14. 2.7.	Pöytäkangas/Kyöppelinharju	SuSi	Maantie 110	SK
15. 9.7.	Nummenharju/Omenojärvi	SuSi	Maantie 110	
16. 16.7.	Sisumaja	SuSi	Karjalohjantie	
17. 23.7.	Isonummi	MuurVi	Muurlantie	
18. 30.7.	Kurkela	SuSi	Kurkelantie	
19. 6.8.	Hyyppärä	SuSi	Oinasjärventie	
20. 13.8.	Varisjoki	SuSi	Oinasjärventie	SK
21. 20.8.	Syvälampi	SuSi	Maantie 110	
22. 27.8.	Ojamäenkallio etelä	SuSi	Maantie 110	
23. 3.9.	Kettulan Pirtti	SuSi	Maantie 110	
24. 10.9.	Ruotsala	MuurVi	Romsilantie	SK
25. 17.9.	Kalmankorpi	SuSi	Maantie 110	
26. 24.9.	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).

Osanottomaksu 5 €, 18-vuotiaat ja nuoremmat ilmaiseksi. 12 kerran sarjakortti 50 €. Smartum Oy:n Liikuntaseteli ja Kulttuuriseteli käyvät maksuvälineenä niiden sääntöjen mukaisesti.

Kartat Tulostekartat valmiilla ratapainatuksella. Kartat ajantasaistettu pääsääntöisesti tänä vuonna.

Leimaus Emit-leimaus käytössä. Vuokrakortteja saatavilla 1 € / kerta.

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.

