



21.4.2024 AL

Tarpian Suunnan oravapolkukoulu 2024

Tervetuloa mukaan TarpSun oravapolkutoimintaan! Alla ohjeistusta kauden harjoituksiin liittyen. Jos intoa riittää, kannattaa oravien osallistua myös kilpailuihin. Seura maksaa osallistumismaksut Suomessa järjestettäviin suunnistuskilpailuihin, joihin voi ilmoittautua Suomen Suunnistusliiton IRMA-palvelun kautta.

Harjoitukset

Harjoitukset ovat maanantaisin klo 17.30 alkaen. Harjoituksen kesto on noin 45...60 min.

- Harjoituspaikat on listattu osoitteessa <https://tarpsu.sporttisaitti.com/nuorisotoiminta-ja-valmennus/oravapolkukalenteri-2024/>
- Säävarausta ei ole eli harjoitukset pidetään, vaikka vettä tai räntää sataisikin. Varustus (ks. alla) aina sään mukaan.
- Oravapolkukoulussa on koulutetut ohjaajat, mutta oravia on tänäkin vuonna sen verran paljon, joten toivomme vanhempien osallistumista omien kykyjensä, halujensa ja aikataulujen mukaan harjoitusten toteuttamiseen. Oman lapsen ohjaajana voi toimia ilman aiempaa suunnistuskokemusta ja näin lapsi saa varmasti harjoituksista enemmän irti kuin isommassa pienryhmässä.

Harjoituksiin ilmoittautuminen

Toivomme harjoituksiin ilmoittautumisia **Suomisport-palvelun** kautta, jotta osaamme varata oikean määrän karttoja ja apuohjaajia harjoituksiin.

Sovellus kannattaa ehdottomasti ladata sovelluskaupasta, jotta ilmoittautuminen on helppoa. Lisäksi viestit tulevat paremmin perille, kun sovellus on asennettuna. Suomisport ei oikein tue sähköpostien lähettämistä, joten viestit tulevat vain sovelluksen kautta!

Harjoituksissa tarvittavat varusteet:

- Urheilujalkineet (lenkkarit tai maastolenkkarit. Jos lajista innostuu enemmän, nastarit ovat aika ehdottomat)
- Pitkälahkeiset urheiluhousut
- T-paita, pitkähihainen paita tai urheilutakki
- Kompassi (aloittelijat eivät tarvitse)
- Vesipullo
- Karttamuovi (esim. mapeissa käytettävä väritön & läpinäkyvä muovitasku voi löytyä kotoa.)

Torstairastit

- TarpSun oraville Torstairastien kartat eivät maksa mitään vaan ne kuuluvat oravapolkumaksuun. Torstaisin kannattaa siis käydä tekemässä omatoiminen harjoitus ihan omassa rauhassa.



21.4.2024 AL

Kilpailut

Tarpian Suunta kannustaa oravia osallistumaan kilpailuihin maksamalla oravien kilpailumaksut Suomessa järjestettävään kilpailuihin. Tämä vaatii kuitenkin sen, että ilmoittautuu ajoissa kilpailuun (noin viikkoa ennen), sillä jälki-ilmoittautumismaksuja seura ei maksa.

Lisätietoja ilmoittautumisesta Artolta. Kilpailuja ei pidä ottaa liian totisesti vaan niitä voi pitää eräänlaisina lisäharjoituksina. Toki kilpailuihin jokainen menee aina tekemään parhaansa ja tsemppaa myös muita positiivisella asenteella.

Kisojen terminologiaa aloittelijoille:

- IRMA (<https://irma.suunnistusliitto.fi>)
 - Paikka, josta näkee tulevat kilpailut ja jossa ilmoittaudutaan kilpailuihin. Ensimmäisiin kisoihin seura voi hoitaa ilmoittautumiset.
- RR (Rastireitti)
 - Metsässä kulkee valkoinen nauha, jonka varrelle on sijoitettu kaikki rastit. Nauha tekee ylimääräisiä lenkkejä, joten oravan pitää osata oikaista oikeissa paikoissa, jos haluaa löytää kaikki rastit nopeasti.
- RRS (Saattajasarja)
 - Vastaava kuin RR, mutta orava saa mennä radan huoltajan kanssa. Tarkoituksena on, että lapsi suunnistaa ja huoltaja vain varmistaa mukana.
- TR (Tukireitti)
 - Metsässä kulkee valkoinen nauha, mutta rastit eivät ole nauhassa kiinni vaan selkeästi etäämmällä. TR vaatii jo hiukan enemmän suunnistustaitoa, mutta nauha toimii kuitenkin varmistuksena ("ylimääräinen" polku) metsässä.

Esimerkkejä lähialueen kisoista, jotka sopivat hyvin ensikertalaisillekin:

- Särkänniemi-suunnistus 19.5.2024, Tampere
- XXVI Junnikisat, Hämeen Kompassi-cup 1. osakilpailu, Nokia
- Ice Power -rastit 8.-9.6., Tampere

HUOM. kisoissa on saattajasarjoja, joten radan voi mennä lapsi huoltajan kanssa.

YHTEYSTIEDOT:

Oona Kaikkonen
Oravapolkuohjaaja
040 128 5809

Arto Laamanen
TarpSun pj. ja nuorisovastaava
arto.laamanen@gmail.com
040 589 5048



21.4.2024 AL

Yleisiä karttamerkkejä

