

PUSKASKA

Suunnistuksen perhekurssi alkaa 10.4. ks. takasivu



WMSOC USA Craftsbury
Hiihtosuunnistuksen SM-kisat

Sivut 8-9
Sivut 10-11

Puheenjohtajan palsta



Pitkäästä aikaa talvi on ollut runsasluminen ja hiihtämään on päässyt hyvin jopa eteläisessä Suomessa. Ensilumi satoi jo lokakuun lopulla, jolloin innokkaimmat pääsivät ladulle. Ja nyt näyttää siltä, että koko huhtikuuksi riittää vielä lunta. Talvirastien osalta kovat pakkaset hieman verottivat kävijämääriä, mutta sään ollessa aurinkoinen suunnistajat olivat tyytyväisiä.

Hyvät talvisäät suosivat myös hiihtosuunnistusta ja jopa Keravalla saatiin järjestettyä SM-kisat lumisissa puitteissa. Tänä vuonna hisu-kisoja olisi voinut pitää enemmänkin ja pidemmällä ajanjaksolla. Onneksi tarjolla oli kisojen lisäksi muutamia omatoimisesti järjestettyjä harjoituksia. Pälkäneellä Las-

silan maatilan urilla pidettiin hisu-treenit iltarastityyliin peräti kahtena eri lauantaina, ratamestarina VaHa:n Aaro Aho. Myös oman seuramme Sirra Toivonen järjesti poikiensa kanssa vapaamuotoisen hisu-harjoituksen Pirkkalan Haikan pelloilla.

Epilän Esa menestyi hienosti hiihtosuunnistuksen SM-kisoissa. Vuokatin, Keravan ja Posion kilpailuissa saavutettiin yhteensä 11 henkilökohtaista mitalia, joista 5 kultaista. Toivosen Sirra nappasi peräti 3 kultaa eli voiton kaikilta SM-kisamatkoilta! Lisäksi Vuokatin SM-viestistä tuli 2 SM-pronssia ja Keravan SM-sprinttaviestistä 2 SM-kultaa.

Maaliskuun toisella viikolla järjestettiin veteraanien hiihtosuunnistuksen MM-kisat kaukana USA:n Vermontin osavaltiossa Craftsburyssä. Epilän Esasta kisoihin matkasi Kalevi Mäkipää, joka saavuttikin hienosti MM-hopeaa keskimatkalla ja MM-pronssia pitkällä matkalla M55-sarjassa.

Vaikka olosuhteet ovat talviset, niin iltarastikausikin on jo pyörähtänyt käyntiin. Pääsiäisen jälkeen tiistaina 3.4. on ensimmäiset EE:n järjestämät iltarastit Epilässä ja sitä seuraavat 23.4. Mustavuorella. Tänä vuonna Tampereen Iltarastit täyttää 40v ja sen kunniaksi pidetään 23.5. Kaupissa juhlatapahtuma, jonka järjestelyistä kaikki 4 seuraa yhdessä huolehtivat. Meidän hoidettavana on pysäköinnin ohjaus ja tapahtuman tiedotus.

Suunnistuskouluakin pidetään taas muutamana vuoden tauon jälkeen, tällä kertaa kahden viikon intensiivikurssina 10.4. alkaen. Opetus on suunnattu perheille ja kurssin vetäjänä toimii Kalle Heino.

Petri Hirvonen

Sisältö

Seuran iltarastiryhmät ja ohjeet järjestäjille
sivut 3-7

WOD ja iltarastit 40v
sivu 7

WMSOC 2018 USA Craftsbury
sivut 8-9

Hiihtosuunnistuksen SM-kisat
sivu 10-11

Talvirastien yhteenveto
sivu 12

Suunnistusopetusta perheille
sivu 12



Kannen kuva:
Hisu-rasti näkyvissä, mutta miten sinne pääsisi...



Epilän Esa kokoaa Lahti-Hollola Jukolaan
2 miesjoukkuetta ja Venlojen viestiin 3 naisjoukkuetta.

Puolijoukkuettelta varataan majoitusta varten ja bussikuljetusta suunnitellaan yhdessä Nouskin ja KyRan kanssa.

Jos haluat mukaan Jukolan tunnelmaan, ilmoittaudu:
Merja Toivonen 040-7338943 merja.toivonen(at)tevella.fi

Seuran iltarasti- ryhmät



2018

Huom!

Ajantasainen lista talkooryhmistä ja ohjeet emit-rastileimasimien kierrätyksestä löytyy seuran nettisivuilta.

Epilä 3.4.

Vastuuhenkilö Pertti Lusa
Ratamestari Kyösti Mikkola

Muut: Ryhmä 1
Emit: A

Mustavuori 23.4.

Vastuuhenkilö Elina Lusa-Järvinen
Ratamestari Kari Maijala

Muut: Ryhmä 2
Emit: B

Horha 14.5.

Vastuuhenkilö Jussi Sulander
Ratamestari Ari Niittylahti

Muut: Ryhmä 3
Emit: A

Soppeenharju 28.5.

Vastuuhenkilö Päivi Koli
Ratamestari Ola Ritala

Muut: Ryhmä 1
Emit: B

Äkönmaa 6.6.

Vastuuhenkilö Jukka Savolainen
Ratamestari Petri Hirvonen

Muut: Ryhmä 2
Emit: A

Pikku-Ahvenisto 4.7.

Vastuuhenkilö Heikki Rantala
Ratamestari Aki Koiranen

Muut: Ryhmä 3
Emit: B

Hakkari 23.7.

Vastuuhenkilö Veli Syrjälä
Ratamestari Ari Ovaska

Muut: Ryhmä 1
Emit: A

Julkujärvi 20.8.

Vastuuhenkilö Jari Toivonen
Ratamestari Kalle Heino

Muut: Ryhmä 2
Emit: B

Leppioja 3.9.

Vastuuhenkilö Petri Salmela
Ratamestari Petri Saksala

Muut: Ryhmä 3
Emit: A

Horha 24.9.

Vastuuhenkilö Jere Katvala
Ratamestari Kari Maijala

Muut: Ryhmät 1, 2, 3
Emit: B

Ryhmäjaot:

Ryhmä 1: Mia Harju, Marja Kaukonen, Erkki Korkeavuori, Kati Leppänen, Heikki Mattila, Mikko Numminen, Pertti Ovaska, Juhani Peltonen, Outi Ruusunen, Anu Seppälä, Jenni Torvinen

Ryhmä 2: Rauno Hakala, Tanja Ilomäki, Jutta Kukkurainen, Kari Mattila, Juhani Niemistö, Marja-Liisa Ruusunen, Simo Ruusunen, Heikki Simola, Heikki Sulander, Merja Toivonen, Tiina Vikström

Ryhmä 3: Heli Anttila, Mikko Houni, Mikko Koppelomäki, Timo Latvala, Veli-Pekka Liuhtonen, Gitte Määttä, Erika Pälviranta-Nääjärvi, Johanna Olli, Soile Pellinen, Anu Saksala, Jukka Viitanen

Emit-ryhmä A: koodit 31-70

Emit-ryhmä B: koodit 71-150

Iltarastien ratamestarin ohjeet

Maanantain iltarastiradat

2 km helppo rata lapsille ja aloittelijoille. Selkeät, omat rastipisteet, älä mielellään käytä pidempien ratojen rastipisteitä. Reittivaihtoehtona tulee olla kiertävä polkureitti tai vastaava. Kartta voi olla kokoa A6 tai A5.

3 km helppo rata. Selvät ja suuret rastipisteet (tai ainakin sellaisten lähellä), liput hyvin näkyvillä. Tarkoitettu aloittelijoille. Reittivaihtoehtona tulee olla kiertävä polkureitti tai vastaava. Kartta voi olla A5.

4 km vaativa suunnistusrata. Vaikeudeltaan 7 km rataa vastaava. Selkeät, mutta 3 ja 5 km ratoja vaativammat rastipisteet.

5 km helpohko rata. Selvät ja suuret rastipisteet (tai ainakin sellaisten lähellä), liput hyvin näkyvillä.

7 km vaativa suunnistusrata. Selkeät, mutta 3 ja 5 km ratoja vaativammat rastipisteet.

2 km, 3 km, 4 km ja 5 km kartan voi valmistaa mittakaavalla 1:7 500, jolloin se on selkeämpi suunnistajille, joilla on ikänsä.

3 ja 5 km radat voivat peruslinjaukseltaan noudatella toisiaan, samoin 4 ja 7 km radat. 4 ja 7 km radoilla tulisi olla omia, muita ratoja vaativampia rastipisteitä.

Keskiviikon iltarastiradat

2,5 km helppo, polkuvoittoinen rata. Selkeät rastipisteet. Tarkoitettu lapsille ja aloittelijoille.

4,5 km hyvä, normaali suunnistusrata.

7 km vaativa suunnistusrata. Tarkoitettu myös aktiivisuunnistajille harjoitusradaksi.

Keskiviikkotapahtumille on määritetty taitoteema. Varmistu teemasta ja laadi 7 km rata teeman mukaiseksi.

Ratasuunnittelu

Maastotiedustelu, kartan täydentäminen: Aloita suunnittelu käymällä maastossa hyvissä ajoin. Täydennä karttaan uudet hakkuut, polut, ajourat ym.

Lähtö ja maali:

Sovi tapahtumavastaavan ja tulospalvelustaavan kanssa lähtö- ja maalipaikat. Suunnittele maali siten, että kaikki tulevat siihen samasta suunnasta. Varmista, että maalileimauksen ja tulospalvelupisteen välissä on riittävästi tilaa, jotta jono pysyy järjestyksessä ruuhka-aikanakin.

Tutustu samalla kartalla aiemmin järjestettyjen tapahtumien ratoihin ja vältä samoja rastipisteitä. Edellisvuosien radat saat seurasi yhteyshenkilöltä.

Tutustu kartan alueella oleviin suojeltaviin luontokohteisiin. Tiedot kohteista on pyydetty Pirkanmaan ELY-keskukselta ja saat ne käyttöösi seurasi iltarastivastaavalta.

Huomioi kielletyt alueet jo ratasuunnittelussa: suunnistajille ei missään tilanteessa saa tulla kiusausta oikaista kielletyn alueen läpi. Merkitse kielletyt alueet karttaan.

Käytä kartan parhaat alueet ja pyri suunnittelemaan radat siten, että syntyy mahdollisimman vähän jonojuksua.

Vältä tilanteita, joissa eri radat juoksevat saman rastivälin eri suuntiin. Tapahtumissa

on paljon eritasoisia suunnistajia ja vastakäisiin suuntiin juokseminen aiheuttaa vaarallanteita.

Suunnittele radat siten, että ne sopivat A4-arkille. Huomioi erityisesti rastiympyrän tarvitsema tila kartan reunoihin. A3-arkkia voi myös käyttää, jos sen käyttöön perusteltua.

Missään tapauksessa rata ei saa olla pidemmän radan ”oikaisu” siten, että pidemmän radan juossut on suorittanut hyväksytysti myös lyhyemmän radan.

Tuloslaskennan varmistamiseksi kaikilla radoilla pitäisi olla oma 1. rasti. Ratojen on erottava toisistaan viimeistään 2. rastilla.

Vaativammille radoille pitää mahdollisuuksien mukaan käyttää omia rastipisteitä. Helpoille radoille liput hyvin näkyville (myös oletetusta tulosuunnasta), vaativammille radoille liput voi asettaa siten, etteivät näy kovin kauaksi oletettuun tulosuuntaan.

Kartat:

Varmista seurasi iltarastien kartta-asioista vastaavalta, että käytössäsi on uusien versio karttapohjasta. Tee ratasuunnitelmat digitaalisessa muodossa (OCAD). Seuran iltarastien kartta-asioista vastaava auttaa tarvittaessa. OCAD-ohjelman versiota 11 tai vanhempaa suositellaan käytettäväksi ratasuunnitteluun. Jos ratatiedosto on tehty OCAD12-versiolla, tallenna ratatiedosto OCAD11-muodossa ennen Pekka Ala-Mäyrylle toimittamista.

Karttojen valmistaminen seuraavasti:

1. Ratamestari pyytää seuran iltarastien kartta-asioista vastaavalta karttapohjan uusimman version.

2. Ratamestari tekee karttapohjaan tarvittavat päivitykset

- Jos käytössä on OCADin ratasuunnitteluversion (OCAD CS), niin silloin päivitykset on tehtävä ratasuunnittelupuolella, esim käyttäen viivoituksia ja asiaa selittäviä tekstejä. Ota tarvittaessa yhteys Pekka Ala-Mäyryyn ja sovi toimintatapa.

- Tallennus siten, että versio käy ilmi tiedoston nimestä (korkeintaan OCAD 11).

- Päivitetty pohja tulee toimittaa sähköpostilla sekä karttavastaavalle että Pekka Ala-Mäyrylle.

3. Ratamestari tekee ratasuunnitelmat digitaalisessa muodossa. Seuran iltarastien kartta-asioista vastaava auttaa tarvittaessa.

- Huomaa, että A4-arkin kaikkiin reunoihin tulee jäädä parin sentin marginaali, jolla ei ole rastipisteitä. Tällöin rastimääritykset ja karttaan lisättävät tunnistetiedot ja mainokset sekä tulostusmarginaalit eivät aiheuta myöhemmin ongelmia.

- Varmista, että kartan mittakaava ja symbolien koot ovat oikein, kun aloitat ratasuunnittelun piirtämisen. Tarvittaessa voit etukäteen varmistaa Pekalta, että asetukset ovat oikein.

4. Ratamestari tekee rastimääritykset digitaalisessa muodossa.

- Rastimääritykset kuvallisina

- Rastikoodit seurojen rastikalustokoodien mukaan ja niillä koodeilla, jotka viedään myös maastoon. Katso tapahtumassasi

käytettävät emit-rastikoodit sivulta 3.

5. Ratamestari toimittaa valmiit ratasuunnitelmat ja täydelliset rastimääritykset sekä kartan täydennykset sähköpostilla Pekka Ala-Mäyrylle viimeistään 21 päivää ennen tapahtumaa. Tarkista karttojen toimituspäivä Iltarastien kalenterista. Myöhästymisestä peritään sakkomaksua 21€/päivä.

- Lähetä samalla myös tapahtumavastaavan puhelinnumero.

6. Pekka Ala-Mäyry tuottaa kartan lopullisen ulkoasun

- radat ja rastimääritykset, rastimääritykset painetaan karttoihin kuvallisina, 2 km ja 3 km ratoihin myös sanallisina.

- tapahtuman ja radan tunnistetiedot

- tapahtumavastaavan puhelinnumero

- mainokset

7. Pekka Ala-Mäyry lähettää sähköpostilla valmiit kartat ratamestarille katselmoitavaksi ennen niiden tulostamista.

8. Ratamestari varmistaa, että valmiit kartat vastaavat suunnitelmia ja hyväksyy kartat vastaamalla Pekan sähköpostiin. Katselmointi on suoritettava välittömästi, jotta kartat ehditään tulostaa!

9. Pekka Ala-Mäyry toimittaa valmiit kartat tulostettavaksi

- sopiva määrä karttoja

Sovi tapahtuman vastuuhenkilön kanssa siitä, kuka noutaa valmiit kartat Granosta (osoite: Viinikankatu 45, auki ma-pe 8-16.15) ja toimittaa tapahtumapaikalle. Kartat on noudettava viimeistään tapahtumaa edeltävänä arkipäivänä, jotta mahdolliset ongelmat ehditään selvittää.

Tehtävät tapahtumapaikalla

Rastien vienti:

Varmista, että tulostetut kartat vastaavat tehtyjä suunnitelmia. Kaikilla rasteilla on normaali kangaslippu ja emit-leimasin, jossa on rastikoodi. Leimasin riippumaan tukevaan naruun tai kiinnitys rastipukkiin. Yö-tapahtumiin heijastin rastille (kerholla on heijastinkeppejä ja rastipukkeja).

Ratamestari hoitaa rastit metsään vasta edellisenä tai samana päivänä. Hyvä olisi suorittaa ainakin lähirastien tarkistus vielä ennen tapahtuman alkua.

Varaudu viemään rasti puuttuvan tilalle, vaikka kesken tapahtuman.

Viitoitukset: Viitoitukset lähtöön ja viimeiseltä rastilta maaliin hoitaa ratamestari, ellei toisin sovita.

Karttojen numerointi: Numeroi radoitain joka kymmenes kartta, jotta myydyt kartat on helpompi laskea. Tieto myytyjen karttojen määrästä ilmoitetaan raportointilomakkeella.

Rastien haku: Kerää rastit pois heti tapahtuman jälkeen ja toimita ne seuraavalle ratamestarille tai Epilän kerholle.

Yhteystiedot

Pekka Ala-Mäyry 050 301 8919
Timpurinkatu 3, 33720 Tampere
pam@iki.fi

Tapahtumavastaavan ohjeet

1. ENNEN TAPAHTUMAA

Tapahtumapaikka: Tutustu keskuspaikkaan ja suunnittele paikat seuraaville toiminnolle: lähtö ja maali (yhdessä ratamestarin kanssa), karttojen myynti, emit-vuokraus, paikoitus (kysy tarvittaessa luvat), yhteistyökumppaneiden esittely- ja myyntipisteet.

Opasteet: Suunnittele opasteiden paikat ja osoita opasteiden vieminen tehtäväksi talooryhmään kuuluville henkilöille.

Tapahtumapaikan julkaiseminen: Lisää heti edellisen tapahtuman jälkeen iltarastien vieraskirjaan tapahtumapaikan täsmällinen sijainti joko sanallisena kuvauksena tai karttalinkkinä, jotta pyöräilijöiden ei tarvitse noudattaa autoille suunniteltuja opasteita. Karttalinkin voit tehdä osoitteessa <https://www.google.fi/maps/>

Maaston vaaranpaikat: Jos maastossa on havaittu vaaranpaikkoja, joita ratasuunnittelulla ei voi välttää, niin merkitse ne maastoon. Käytä esimerkiksi varoitusnuojoja tai selkeitä kylttejä, joilla suunnistajat tunnistavat tällaiset paikat tarpeeksi etäältä. Tapahtumaa edeltävällä viikolla kirjoita vaaranpaikoista vieraskirjaan selkeä tiedote, jossa kuvaat paikat ja niiden läheisyyteen tehty merkinnät. Tapahtumapäivänä tiedota vaaranpaikoista myös mallikarttojen yhteydessä ja kartanmyynnissä.

Some-tiedottaminen: Pekka Ala-Mäyry lisää Twitter-viestin kartanmyyntipisteen täsmällisestä sijainnista. Sijainti- ja markkinatieto toimitetaan Pekalle hyvissä ajoin ennen tapahtumaa.

Aamulehti: Kaikkien iltarastitapahtumien tiedot on toimitettu keväällä Aamulehteen. Tapahtumista on ilmoitettu radat, tapahtumapaikka, opastus ja lähdön aikaväli kuten ne ovat keväällä julkaistussa Iltarastien kalenterissa. Tapahtumista tehdään ilmoitus Aamulehteen vain, jos tapahtuman tiedoissa on tapahtunut muutoksia. Hoida muutosilmoitus Aamulehden Seurat-palstalle tapahtumaa edeltävän päivän lehteen. Muutosilmoitus pitää jättää viimeistään kolme päivää ennen julkaisupäivää osoitteeseen: al.tietopalvelu@aamulehti.fi. Esimerkiksi viestillä: *Tampereen iltarastit ma 30.4. Kaupissa. Opastus Teiskontieltä Kuntokadun risteyksestä. Lähdöt klo 17-19. Radat 2km, 3km, 4km, 5km ja 7km.*

Sähkö: Ota selvää, mistä maalissa käytettävillä tietokoneilla saadaan sähköä.

Toimihenkilöt: Varmista, että toimitsijoiksi nimetyt henkilöt tulevat iltarastipaikalle tapahtumailtana riittävän ajoissa.

Tehtävät: Suunnittele tapahtuman tehtä-

vänjako. Ohjeelliset toimitsijamäärät ovat maanantaisin 10-14 henkilöä ja keskiviikkoisin 6-12 henkilöä. Sijoita kauden alun korttelitapahtumiin aloittelijoiden opastaja lähtöön. Hän neuvoo suunnistajille kiellettyjen alueiden, erityisesti tonttien, karttamerkinnot.

Esimerkki maanantain tehtävänajaosta:

Vastuuhenkilö, ratamestarit 1-2, paikoitus 1-5, karttojen myynti 1-3, emit-korttien vuokraaja, aloittelijoiden opastus 0-1, maali- ja tulospalvelu 1-3

Materiaali: Varmista, että saatavilla on tarvittava materiaali.

1. Iltarastimateriaali: Sovi edellisen tapahtuman vastuuhenkilön kanssa, koska saat kiertävän iltarastimateriaalin.

- iltarastikansio, tutustu sisältöön.
- vuokrattavat emit-kortit (noin 50 kpl)
- telttakatos, yleensä telttakatos tulee tapahtumapaikalle ja lähtee sieltä Suunnistuskaupan myyntiauton mukana, varmista asia etukäteen, telttakatosta ei tarvitse pystyttää, jos rastivaunu on käytössä.
- ensiapulaukku, tutustu sisältöön.
- Jukola-mainokset (rollup ja beach flag)
- 2 kpl radiopuhelimia liikenteen ohjausryhmälle (paikoitus), lataa radiopuhelimet tapahtumaa edeltävänä päivänä ja tutustu puhelinten käyttöön.

2. Muut tarvikkeet:

Kartat. Sovi ratamestarin kanssa, kuka tuo kartat Granosta tapahtumapaikalle. Pöytiä ja mahdollisen sateen varalle katoksia, rastivaunu, karttamuoveja, kännykkä, kuulakärkikyniä, iltarastihenkilöstön liivit, liikenteen ohjauslaskit, mallikarttelineet.

Turvallisuus: Tutustu iltarastien pelastussuunnitelmaan ja laita allekirjoittamasi kapale iltarastikansioon.

2. TAPAHTUMAPÄIVÄNÄ

Opasteet: Hoida opasteet ja viitat viimeistään klo 16.00 mennessä paikoilleen. Käytä lisäksi rastilippuja. Ohje opasteiden sijoittelusta löytyy iltarastikansiosta ja nettisivuilta.

Tehtävät: Jaa tehtävät keskuspaikalla toimitsijoille.

Tunnisteliivit: Jaa toimitsijoille iltarastiliivit, jotta osallistujat tunnistavat järjestäjät.

Lähtö ja maali: Valvo, että lähtö- ja maalivaatteet pystytetään karttaan merkittyihin paikkoihin. Maalileimauksen jälkeen on sijoitettava ohjekyltti (A-teline), joka opastaa toimimaan oikein leimantarkastuksessa.

Kartanmyynti: Pystytä iltarastimateriaalin mukana oleva telttakatos kartanmyyntiä varten (ei tarpeen, jos kartanmyynti tapahtuu rastivaunusta). Varmista, että kartanmyynti

tuntee hinnat ja maksutavat.

Mallikartat: Sijoita mallikarttanelineet kartanmyynnin välittömään läheisyyteen ja aseta niihin jokaisen radan kartta nähtäville.

Vettä: Tuo kilpailupaikalle puhdasta vettä sopivaksi katsomassasi astiassa (ensiapu).

Turvallisuus: Laita pelastussuunnitelma esille mallikarttanelineeseen, jotta suunnistajat saavat hätätilanteessa yhteyden tapahtumapaikalle. Tapahtuman turvallisuuden takia suunnistajalla ei saa olla mukana koiria maastossa. Varmista, että kaikki suunnistajat ovat tulleet metsästä ennen kuin toimitsijat poistuvat. Hätätapauksessa kutsu apuvuoriamia paikalle.

Myytyjen karttojen määrä: Varmista, että kartanmyynti pitää kirjaa myytyjen karttojen määrästä. Helpoiten tämä onnistuu numeroimalla esim. joka kymmenes kartta ennen tapahtuman alkua.

Firmaliigan lähtö: Firmaliigan lähtijöitä ei enää kirjata paperille, vaan käytössä on nettisivujen kautta tapahtuva ennakoilmoittautuminen.

Viikon pihkaniska: Varmista, että maanantaitapahtumassa otetaan digikuva Viikon pihkaniskasta. Pihkaniskoja kuvassa voi olla useampikin kuin yksi. Kuvausväline kannattaa varmistaa ennalta. Aamulehti ei julkaise tuloksia Moro-lehdessä ilman hyvälaatuista kuvaa. Varsinkaan hämärän aikaan kuvaa ei kannata ottaa peruskännykällä.

Tulospalvelu: Varmista, että tulospalvelu on lukenut ohjeet ja osaa toimittaa tulokset iltarastien nettisivuille. Varmista myös, että tulospalvelu lähettää Moro-lehteen koosteen tuloksista, lyhyen selosteen tapahtumasta ja viikon pihkaniskakuvan.

Partiolaisten vihko: Iltarastimateriaaliin kuuluu vihko, jota partiolaiset käyttävät suunnistussuorituksiensa kirjaamiseen. Laita vihko esille siten, että partiolaiset voivat tehdä kirjauksensa itsenäisesti.

EMIT-vuokrauslista: Anna tapahtuman päätteeksi EMIT-vuokrauslista tulospalvelulle. On mahdollista, että vuokrakortin haltija ei muista sanoa nimeään EMIT-kortin luennan yhteydessä. Kun suunnistaja ottaa yhteyttä tapahtuman jälkeen puuttuvan tuloksensa takia, niin hänet saadaan tuloslisalle EMITvuokrauslistan avulla.

3. TAPAHTUMAN JÄLKEEN

Rahat: Jätä iltarastimateriaalin mukana kulkevaan vaihtokassaan 100 € arvosta maksuvälineitä (1 €, 2 € ja 5 €). Tilitä loput rahat.

Laita setelit yhteen ja kolikot toiseen pankin muovipussiin. Täytä rahaerittelylomake

kummankin pussin osalta erikseen ja laita lomakkeen kaksi päällimmäistä kappaletta pussiin rahojen seuraksi.

Kirjoita muovipussin päälle kohtaan lähettäjää ”Tampereen Pyrintö ry. Iltarastit” ja kohtaan vastaanottajaa ”TSOP Laskenta” (malli Iltarastimapissa kohta 10).

Vie rahat mihin tahansa Osuuspankin konttoriin (ei paikallisosuuspankki). Tili: ”Tampereen Pyrintö ry. Iltarastit” IBAN FI52 5730 0820 2450 88. Voit myös viedä rahat omalle tilille ja siirtää sieltä Osuuspankkiin Iltarastien tilille.

Täytä Iltarastien raporttilomake ja liitä ra- haerittelylomakkeen alimmainen osa siihen.

Liikunta- ja kulttuuriseteleitä ei enää lähetetä postitse hävikin välttämiseksi. Ne toimitetaan kirjekuoressa Jari Kymäläisen postilaatikkoon, osoite on kohdassa 6.

Hävitä käytetyt sarjaliput.

Materiaali: Toimita tarvittu materiaali takaisin paikoilleen.

Ensiapulaukun täydennykset: Varmista, että mukana kiertävä ensiapulaukku sisältää inventaarion mukaiset tarvikkeet. Ilmoita täydennystarpeista Keijo Viilolle

Iltarastimateriaali: Toimita Iltarastikan- sio ja vuokrattavat emit-kilpailukortit (noin 50 kpl) seuraavien Iltarastien tapahtumavas- taavalle heti seuraavana päivänä tai sopima- nanne ajankohtana.

4. HINNASTO JA MAKSUVÄLINEET

Hinnat:

- karttamaksu, aikuiset 8 €
- karttamaksu, alle 18-vuotiaat 3 €
- sarjalippu (6 kertaa) 40 €
- Emit-vuokra 3 €

Maksuvälineet:

- käteinen raha (yli 50 € seteleitä ei hyväk- sytä!)
- Smartum Oy:n Liikuntaseteli (4 €) ja Kulttuuriseteli (5 €)
- RJ-Kuntoiluseteli Oy:n TYKY-Kuntoseteli (2€ ja 4€) ja TYKY-Kuntoseteli+ (2€ ja 4€)
- Luottokunnan Virikeseteli (5 €)
- Smartum-verkkomaksu tosite (8 €)
- ePassi-verkkomaksu tosite (8 €)
- Tyky-online tosite (8 €)

Liikunta-, kulttuuri-, kuntoilu- ja kun- tosetelien käytössä on huomioitava:

Liikunta- tai kulttuuriseteli ei yksin riitä aikuisen osanottomaksuksi. Ylijäävän osan voi maksaa joko rahalla tai toisella setelillä.

Liikunta-, kulttuuri-, kuntoilu- ja kunto- seteleistä ei palauteta vaihtorahaa!

Liikunta- ja kulttuuriseteleihin on kirjattu viimeinen voimassaolopäivä. Varmista, et- tei maksuksi saatu Smartum-verkkomaksu, ePassi-verkkomaksu, Tyky-Online tosite, liikunta- tai kulttuuriseteli ole vanhentunut!

Liikunta- ja kulttuurisetelit ovat henkilö- kohtaisia, joten niissä on paikka käyttäjän nimelle. Muista, että näillä seteleillä ei voi ostaa sarjalippuja. Tarkista, että käyttäjä on kirjoittanut nimensä liikunta- ja kulttuuri- seteleihin ja sähköisen verkkomaksun to- sitteeseen.

Tarkista, että Tampereen Iltarastit on mer- kitty palveluntuottajaksi Smartum-verkko- maksun tositteeseen, ePassi-verkkomaksun tositteeseen ja Tyky-online tositteeseen.

Merkitse vastaanottamasi liikunta- ja kult- tuurisetelit käytetyiksi ruksaamalla yli va- semman yläkulman euromäärä.

Sarjalippujen väri on muutettu tälle kau-

delle siniseksi. Vuosina 2016-2017 myydyt punaiset sarjaliput ovat voimassa, mutta vanhat vihreät sarjaliput eivät enää käy. Sar- jaliput katkaistaan saksilla tai ylitruksataan paksulla tussilla välittömästi vastaanottami- sen yhteydessä!

5. ERIKOISTAPAHTUMAT

Iltarastiviikko: Iltarastiviikolla tarjotaan normaali radat. Yhteistuloksia ei lasketa.

Yö: 11.9., 18.9., 25.9., 2.10., 9.10. ja 16.10. osallistujille tarjotaan mahdollisuus kokeilla yösuunnistusta.

Yösuunnistusta varten ei tehdä erillisiä ratoja, vaan yösuunnistus tapahtuu normaai- leilla iltarastiradoilla.

Yösuunnistusta varten rasteille viedään rastilippujen lisäksi heijastimet (kerholla on heijastinnauhaa ja heijastinkeppejä). Suun- nistamaan saa lähteä kello 20.00 asti ja maali sulkeutuu klo 21.00.

Päivä- ja yölähtöjen välillä ei pidetä tau- koa. Radan valoisassa ja pimeässä kiertä- neet erotellaan tuloksissa omiin sarjoihinsa. Tulospalvelun kannalta tämä käy helpoiten tekemällä ratamäärityksistä kaksi versiota.

Kauden päätöstapahtuma: Kauden pää- töstapahtumassa järjestetään yhteislähdöllä neljä rataa (4 km, 8 km ja 16 km), joista pi- demmät juostaan perhoslenkein.

6. YHTEYSTIEDOT

Jari Kymäläinen, Terrierinkuja 4, 33580 Tampere, 040 527 1010

Keijo Viilo, 040-727 0166, keijo.viilo@kolumbus.fi

Huom!

Tapahtumavastaavan on huomioitava Epilän Esan rastivaunun kuljetus iltarastipaikalle.

Rastivaunun uusi säilytyspaikka on Green Can Oy:n takapihalla, osoitteessa Pinotie 10.

Muista lukita vaunun ovet, luukut ja aisalukko. Vaunun käyttöohjeet löytyvät sisäseinältä.



Huom! Ratamestarien ja tapahtumavastaavien ohjeet on juuri päivitetty. Katso päivitetty ohjeet iltarastien nettisivuilta www.iltarastit.com

Iltarastit 2018

1	ma	19.3.	16.30-18	K, L	Hervanta	Kanjonin koulu, Ruovedenkatu 7, Hervanta	KOOVEE
2	ma	26.3.	17-19	K, L	Takahuhti	Messukylän kirjasto, opastus Sammon Valtatieltä	TP
3	ti	3.4.	17-19	K, L	Epilä	Kaarilan koululla / Pispalanvaltieltä	EE
4	ma	9.4.	17-19	K, L	Herttua/Mäyrävuori	Tredu Kangasala / Lahdentieltä (vt12)	KSK
5	ma	16.4.	17-19	L	Atalan koulu	Atalan Koululla, Aitolahdentieltä	KOOVEE
6	ma	23.4.	17-19	F, L	Mustavuori	Teerivuorenkadulla Raholassa / Tesoman valtatieltä	EE
7	ma	30.4.	17-19	F, L	Suolijärvi	Suolijärven ulkoilumajalla, Ahvenisjärventieltä	KOOVEE
8	ma	7.5.	17-19	F, L	Lentola	Lentolassa / Vatialantieltä	KSK
9	ke	9.5.	17-19	Taito, käytävä, tyhjä	Hervantajärvi	Hervannan maankaatopaikka, Hervannantien ja ruskontien risteys	KOOVEE
10	ma	14.5.	17-19	F, L	Horha	Lamminpään ulkoilumajalla / Kantatie 65:ltä, Teivon risteyksestä	EE
11	ke	16.5.	17-19	Taito, käyräsuunnistus	Puikkari	Kaarinan silta, opastus VT9 22km Tampereelta Oriveden suuntaan	TP
12	ma	21.5.	17-19	F, L	Kisapirtti/VehU:n maja	Kisapirtillä / Kangasalantieltä	KSK
13	ke	23.5.	17-19	World Orienteering Day	Kauppi I	Kaupin vanhalla huoltorakennuksella, opastus keskussairaalanristeyksestä	WOD
14	ma	28.5.	17-19	F, L	Soppeenharju	Soppeenharjun koululla / Mastontieltä	EE
15	ke	30.5.	17-19	Taito, erämaasuunnistus	Laipanmaa/Kaakkovuori	Laipanmaalla Palkaneella / Pakkalantieltä	KSK
16	ma	4.6.	17-19	F, L	Hallila	Hallilan koulu	KOOVEE
17	ke	6.6.	17-19	Taito, pitkät rastiväli	Äkänmaa	Äkänmaalla / VT3:ltä 20 km Tampereelta Vaasan suuntaan	EE
18	ma	11.6.	17-19	F, L	Pinsiö - Länsi	Pinsiönkoululla, opastus VT3 19km Tampeelta Vaasan suuntaan	TP
19	ke	13.6.	17-19	Taito, Jukola-supikko	Puuvuori	Topintuvalla, opastus VT3 19km Tampeelta Vaasan suuntaan	TP
20	ma	18.6.	17-19	F, L	Vehoniemi	Vehoniemessä / Lahdentieltä	KSK
21	ma	25.6.	17-19	L	Tenniskeskus	Toimelantiella, opastus Teiskontieltä Tenniskeskukselta	TP
22	ma	2.7.	17-19	IR-viikko, L	Kyötikkälä	Kyötikkälän urheilukentällä / Kangasalantieltä	KSK
23	ti	3.7.	17-19	IR-viikko, L	Vuores	Vuoreksen Puistokatu	KOOVEE
24	ke	4.7.	17-19	IR-viikko, L	Pikku-Ahvenisto	Dynasetillä / Soppeentieltä	EE
25	to	5.7.	17-19	IR-viikko, L	Siitama	Siitaman kivilouhoksella, opastus VT9 Siitama 29km Tampereelta Orivedelle	TP
26	ma	9.7.	17-19	L	Terälahti	Terälahdessa, opastus Ruovedentieltä nro 338 35km Tampereelta	TP
27	ma	16.7.	17-19	L	Haikanvuori	Pyhäjärventieltä (E12) Kurikantien liittymästä. Opastus Kurikantieltä	KOOVEE
28	ma	23.7.	17-19	F, L	Hakkari	Lempäälän jäähallilla / Tampereentien ja Urheilukadun risteyksestä	EE
29	ma	30.7.	17-19	F, L	Viltpohja	Pulesjärventien ja Viltpohjantien risteys	KOOVEE
30	ma	6.8.	17-19	F, L	Hankavuori	Siitamassa / Siitamantieltä	KSK
31	ma	13.8.	17-19	F, L	Kauppi II	Kaupin uudella huoltorakennuksella, opastus keskussairaalanristeyksestä	TP
32	ma	20.8.	17-19	F, L	Julkijärvi	Huurretiellä / VT3:ltä Shellin risteyksestä	EE
33	ma	27.8.	17-19	F, V, L	Matkajärvi	Lintukalliontiellä, 9-Tieltä Tarastejärven liittymästä etelään	KOOVEE
34	ma	3.9.	16.30-18	L	Leppioja	Nokian Ruduksen louhoksella / Rounionkadulta	EE
35	ma	10.9.	16.30-20.00	L, YÖ	Haralanharju	Haralanharjulla / Jyväskylältä VT9	KSK
36	ma	17.9.	16.30-20.00	L, YÖ	Topintupa-Julkijärvi	Topintuvalla, opastus VT3 19km Tampeelta Vaasan suuntaan	TP
37	ma	24.9.	16.30-20.00	L, YÖ	Horha	Lamminpään ulkoilumajalla / Kantatie 65:ltä, Teivon risteyksestä	EE
38	ma	1.10.	16.30-20.00	L, YÖ	Niihama	Niihaman ulkoilumajalla, opastus ratsastuskeskuksenristeys Teiskontieltä	TP
39	ma	8.10.	16.30-20.00	L, YÖ	Vallittu	Vallitussa / Ruutanantieltä	KSK
40	ma	15.10.	16.30-20.00	L, YÖ	Hervannan katsastusasema	Hervannan katsastusasema, Ahertajankatu	KOOVEE
41	la	20.10.	11.00	Yhteislähtö 4, 8 ja 16km hajonta	Kisapirtti/VehU:n maja	Kisapirtillä / Kangasalantieltä	KSK

Mahdolliset muutokset ja tarkemmat ohjeet Aamulehden seurat-palstalla sunnuntaisin

Opaskartta ja tulokset Tampereen Iltarastien kotisivuilla www.iltarastit.com

K= Korttelisuunnistus

F = Firmsuunnistus (Firmsuunnistuksen palkintojenjako 10.9. klo 16.30)

L = Äärimmäisen helppo 2 km:n rata aloittelijoille

V = Viesti

Taito = Radat 2,5 km, 4,5 km ja 7,0 km (31.5.2017 pitkä rata 8-9km)

YÖ= Lähtöä voi klo 20.00 asti, samat radat kuin päivällä; maali sulkeutuu klo 21.00

Internet: <http://www.iltarastit.com>

Tampereen Iltarastit 40v

Kansainvälinen World Orienteering Day on 23.5.2018, jolloin myös iltarastien 40v-juhlatapahtuma Kaupissa

Kaupin 23.5. iltarastit järjestetään kaikkien 4 seuran yhteistyönä, Epilän Esalla on pysäköinnin ohjaus sekä tapahtuman tiedotus.

Talkoolaisia tarvitaan noin 5-7 henkilöä pysäköinnin ohjausta varten, ilmoittautua voi Hirvoselle tai Salmelalle:

[petri.hirvonen\(at\)pispala.net](mailto:petri.hirvonen(at)pispala.net) 040-5512096

[petri.salmela\(at\)kolumbus.fi](mailto:petri.salmela(at)kolumbus.fi) 040-7676471



WMSOC Craftsbury Vermont USA



Mäkipään Kaleville hiihtosuunnistuksen MM-hopeaa ja MM-pronssia Yhdysvalloissa Vermontissa

Veteraanien hiihtosuunnistuksen MM-kisat pidettiin 5.-10.3 Craftsburyssa Vermontin osavaltiossa USA:ssa. Samassa yhteydessä kisailtiin hiihtosuunnistuksen maailmancupin kolmas osakilpailu.

Craftsbury on runsaan tuhannen asukkaan kunta. Kisapaikalle ajettaessa meinasi usko auton navigaattoriin horjua, kun asfalttitiet muuttuivat aina huonokuntoisemmiksi ja lopulta mutainen soratie vei kisapaikalle Craftsburyn ulkoilukeskukseen. Keskus toimii talvisin hiihtokeskukseksi, jossa on varsin tiheä ja leveä latuverkosto. Kesäisin keskukseen valtaavat melojat ja maastopyöräilijät.

Veteraanisarjoissa mitalit ratkottiin sekä keski- että pitkällä matkalla. Keskimatkalta kisattiin kahtena peräkkäisenä päivänä ja mitalit ratkaistiin yhteisaikojen perusteella. Sitten seurasi välipäivä, jonka jälkeen kilpailtiin pitkän matkan kilpailu. Ennen veteraanisarjojen lähtöjä maastossa kilpailivat maailmancupin hiihtosuunnistajat.

Ensimmäinen keskimatkan kilpailu suunnistettiin aurinkoisessa säässä, ilman lämpötila oli noin +6 astetta. Lumen koostumus oli varsin kuiva ja Suomessa tyypillistä ns. liippakeliä ei syntynyt. Toki vesikelin suksella löytyi paras luisto. Kisa-alue oli suppea ja tästä johtuen tapahtui hyvin usein vastakkain hiihtoa. Itse kilpailu sujui kohdallani mallikkaasti ja seuraavaan kilpailuun pääsin starttaamaan johdosta.

Yön aikana ilman lämpötila laski pakkasen puolelle. Tästä johtuen toisessa keskimatkan kisassa urat olivat varsin jäisiä ja välillä laskut muistuttivat kelkkakisojen rännejä. Lisähaasteen laskuihin toivat ne kilpailijat, jotka olivat päättäneet suoriutua alamäistä jalkaisin suksia kantamalla. Itse tein kisassa muutaman pienen virheen. Arvioisin, että puhdaskaan suoritus ei olisi riittänyt keskimatkan kokonaiskilpailun voittoon. Olin tyytyväinen, että välineet säilyivät ehjänä vauhdikkaassa kisassa.

Välipäivänä satoi noin 20 cm uutta lunta. Runsaan lumisateen vuoksi järjestäjät joutuivat siirtämään lähtöjä myöhäisemmäksi, että kaikki urat ehdittiin ajaa auki. Ilman lämpötila oli nollassa ja sää oli pilvinen. Puolet pitkän matkan kisasta suunnistettiin uudessa maaston osassa, joka muodostui kohtuullisen jyrkkäpiirteisestä rinteestä. Siirtymäväli uuteen maastonosaan oli noin kaksi kilometriä suuntaansa. Vaikeat olosuhteet osoittivat, että hiihtosuunnistuskin on joskus välineurheilua. Itse tein väärän suksivalinnan ja kisa olikin melkoista tarpomista niin vauhdillisesti kuin myös suunnistuksellisesti. Maalin saavuttaminen tuntui jo voitolta.

Kaikkiaan onnistunut reissu ja hyvin järjestetyt kisat, etenkin banketti. Tulos olisi voinut olla parempi, mutta ehkä sitten ensivuonna Ruotsissa.

Kalevi Mäkipää



MM-hisukisojen maalisuora USA:n Craftsburyssa.

Men 55 Middle 1

1 Mäkipää Kalevi	FIN	30:22
2 Sippola Asko	FIN	31.13
3 Tarnopolosky Mark	CAN	35:32
4 Laine Markku	FIN	36:45
5 Lande Jan Petter	USA	43:13
6 Cornett Andrew	CAN	45:33
7 Collinsworth Mitch	USA	45:34
8 Stoimenov Rumen	BUL	45:46
9 Csucs Andras	ROU	50.33
10 Kradischnig Guenter	AUT	57.38
11 Hay Thomas	USA	57.54
12 Veres Mihai	USA	1.08.55

Men 55 Middle 2

1 Sippola Asko	FIN	28:53
2 Mäkipää Kalevi	FIN	31.33
3 Laine Markku	FIN	35:45
4 Tarnopolosky Mark	CAN	39:34
5 Stoimenov Rumen	BUL	42:24
6 Cornett Andrew	CAN	43:49
7 Lande Jan Petter	USA	43:54
8 Kradischnig Guenter	AUT	50.50
9 Collinsworth Mitch	USA	55:35
10 Veres Mihai	USA	56.19
11 Hay Thomas	USA	58.27
12 Frielinghaus Chris	USA	1.00.23
MP Csucs Andras	ROU	

Men 55 Long

1 Sippola Asko	FIN	46:29
2 Laine Markku	FIN	53:46
3 Mäkipää Kalevi	FIN	55.24
4 Tarnopolosky Mark	CAN	57:07
5 Lande Jan Petter	USA	1.01.11
6 Csucs Andras	ROU	1.06.51
7 Collinsworth Mitch	USA	1.07.17
8 Stoimenov Rumen	BUL	1.10.31
9 Kradischnig Guenter	AUT	1.15.10
10 Frielinghaus Chris	USA	1.17.37
11 Cornett Andrew	CAN	1.23.50
12 Veres Mihai	USA	1.31.34
13 Hay Thomas	USA	1.42.40

MM-hisun M55-sarjan tulokset.



Craftsbury

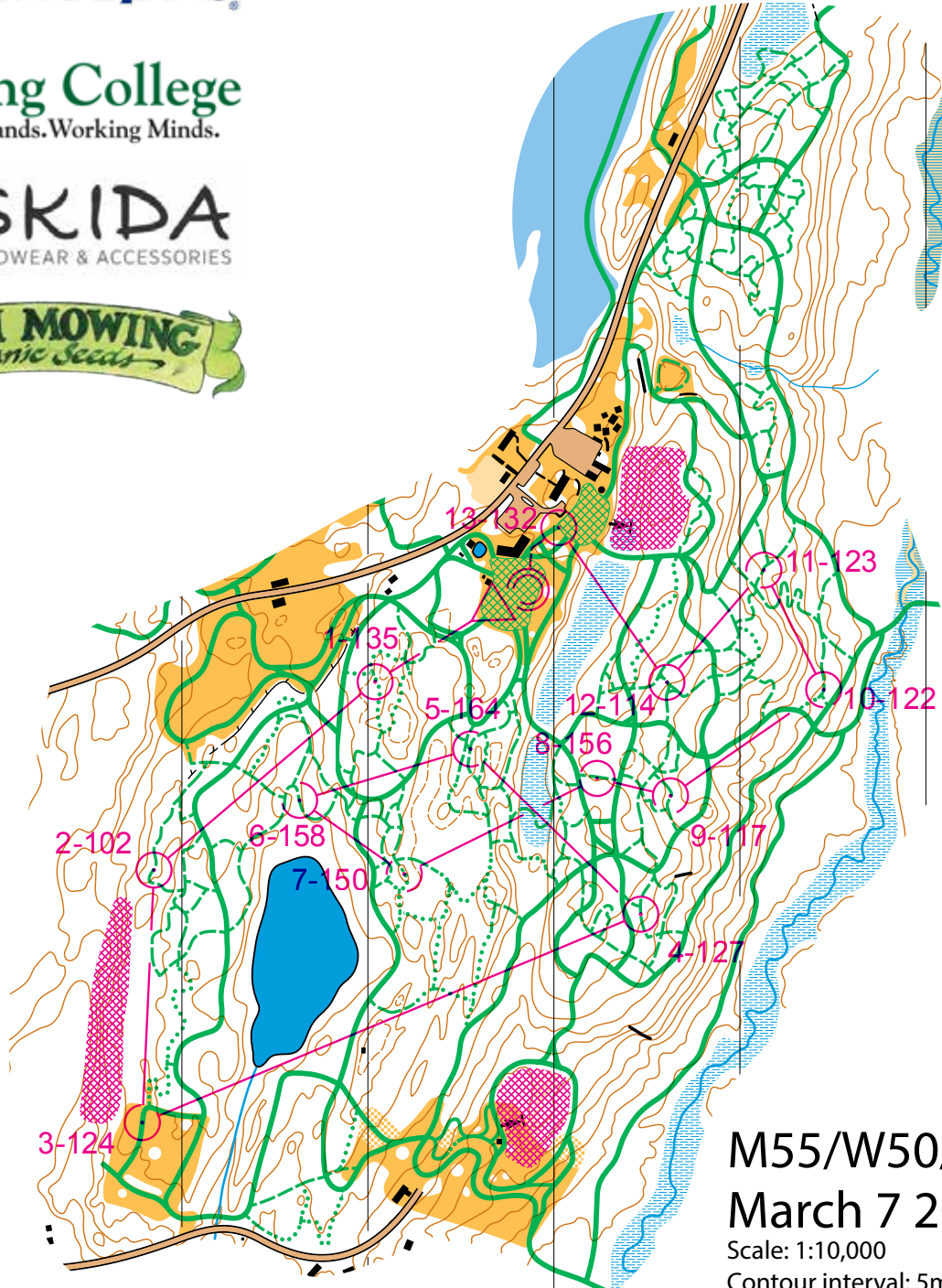
Ski Orienteering World Cup Round 3
World Masters Ski Orienteering Championships

concept 2

Sterling College
Working Hands. Working Minds.



SKIDA
HEADWEAR & ACCESSORIES



M55/W50/W45

March 7 2018

Scale: 1:10,000

Contour interval: 5m

Course 4



Hisukausi 2018 paketissa

Toivosen Sirra voitti kaikki tämän talven henkilökohtaiset SM-hiihtosuunnistukset

Hiihtosuunnistuskausi 2018 oli pitkä, runsasluminen ja monipuolinen. Kausi alkoi Ylläkseltä Ensilumenrasteilta ja päättyi Lapin Lumirasteille Posiolle. Omalta kohdaltani kauteen liittyi sarjan vaihtaminen, jota vastaan pyristelin mahdollisuuksien mukaan sopivaa sarjaa ja reittejä optimoiden. SM-kisat menivät hienosti. Kauden pääkilpailut olivat hyvin vaihtelevat ja eri tyyppiset.

SM-kilpailut aloitettiin keskimatkalla Vuokatin golf-radalla. Ratamestarit olivat laatineet haastavat kiemurat ja loppuun asti radalla piti olla tarkkana. Viestissä Saijan ja Johannan kanssa taistelimme kakkossijan.

SM-kisat jatkuivat Keravan kansainvälis-tyyppiksi luonnehdituilla sprinteillä. Huono

karsinta ei lupailut parasta, mutta onneksi finaaliin sain erilaisen keskittymisen päälle ja suoritus oli viimeiselle rastille huomaamatta jäänyttä oikaisua lukuun ottamatta hyvä. Oli lajin kannalta hienoa, että näinkin etelässä kuin Keravalla pystyttiin järjestelmään hiihtosuunnistuskilpailut.

Vuosi oli ensimmäinen, jolloin ei järjestetty erikoispitkiä vaan viimeiset pitkän matkan SM-kilpailut olivat Lapin Lumirastien yhteydessä. Posiolla metrinen puuterilumi, kovat ala- ja ylämäet tekivät radoista todella raskaat ja tekniikkaa vaativat ja tämä tuntui sopivan minulle. Seikkailun kruunasi täydeltä taivaalta hellinyt kevätaurinko.

Laji osoitti tänäkin vuonna, että luonnon olosuhteet luovat siihen oman mielenkiin-

toisen erityispiirteen – urheilijan (ja järjestäjien) on sopeuduttava koviin pakkasiin ja joko liikaan tai liian vähän lumeen ja niihin ei sanottavasti pysty vaikuttamaan.

Toisaalta näin hyvänä lumivuonna harjoitteluosuhteisiin kuului myös poikieni ajamat urat Pirkkalan Haikan ja Loukonlahden pelloilla. Pojat innostuivat lainaamaan kelkkaa ja kysyivät maanomistajilta ja kunnalta luvat urastolle ja näin meillä oli omalta takapihaltaamme pieni harjoitusurasto käytössä. Aika luksusta.

Huhun mukaan ensi vuoden veteraanien MM-kilpailut järjestetään Ruotsin Pajalassa. ”EnsKauel” on siis hyvä jatkaa!

Sirra Toivonen

Epilän Esan SM-mitalistit hiihtosuunnistuksessa

SM-keskimatka / Vuokatti 17.2.2018

1. Sirra Toivonen D50
3. Johanna Perkkalainen D50
2. Tapio Mannila H60

SM-viesti / Vuokatti 18.2.2018

3. Epilän Esa D150
(Laurila, Perkkalainen, Toivonen)
3. Epilän Esa H170
(Ovaska, Mäkipää, Mannila)

SM-sprintti / Kerava 24.2.2018

1. Sirra Toivonen D50
3. Johanna Perkkalainen D50
1. Anne Peltö-Huikko D60
3. Marja-Liisa Ruusunen D75
2. Tapio Mannila H60

SM-sprinttiviesti / Kerava 25.2.2018

1. Epilän Esa D80
(Saija Laurila, Anne Peltö-Huikko)
1. Epilän Esa D100
(Johanna Perkkalainen, Sirra Toivonen)

SM-pitkä / Posio 31.3.2018

1. Sirra Toivonen D45
2. Johanna Perkkalainen D50
1. Anne Peltö-Huikko D60



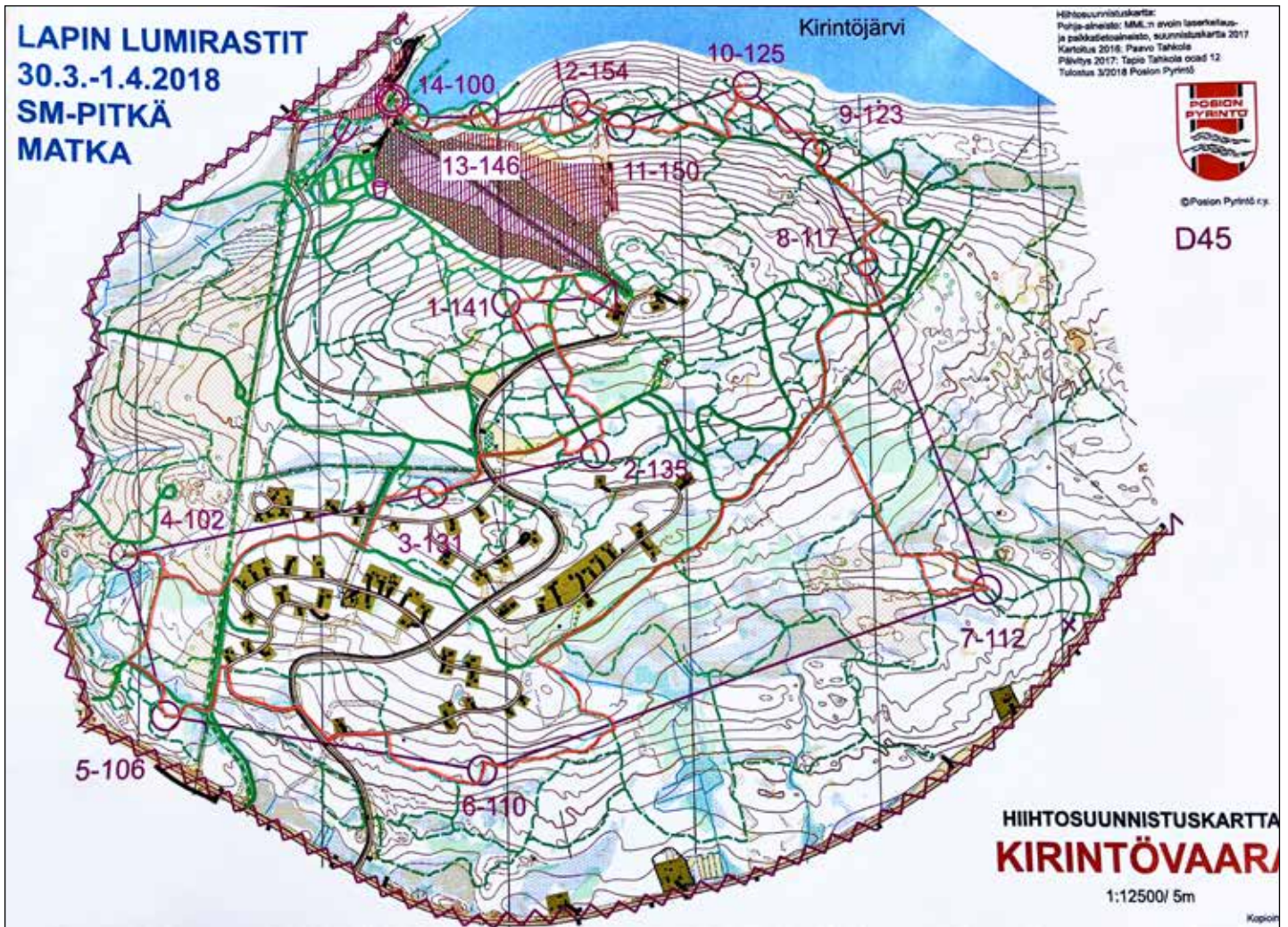
Marja-Liisa, Marjatta ja Saija Vuokatissa.



SM-hopeaa Tapio Mannilalle Vuokatissa.



Epilän naisten viisikko odottelee kisakahviossa SM-sprintin finaalin alkua Keravalla.



Sirran reitti kartalla SM-hiihtosuunnistuksen pitkällä matkalla Posiolla ja alla mietteitä rastivälien toteutuksesta.

- Lähtö oli Kirintövaaran huipulla, jonne pääsi ankkurihissillä. Tiedossa oli siis, että matkalla on selvästi enemmän laskua kuin nousua.
- Lähdöstä normaalia hisua ykkös-kolmosväleille alamäkeen. Vauhtia tuli helposti paljon ja aurailu tuli hetimiten tutuksi. Neloselle oli ensimmäinen reitinvalinta ja otin vasemman vaihtoehdon, koska katsoin, että oikealta lasketaan liikaa. Myöhemmin katsottuna, myös oikea vaihtoehto olisi voinut olla hyvä. Kolmoselle mennessä näin minua ennen lähteneen kilpakumppanin.
- 5-6 väli oli ensimmäinen reitinvalintaväli. Päätin ottaa sen isoja uria vasemmalta, vaikka se tiesi kiertoa ja nousua. Tämä oli kuitenkin hyvä.
- 6-7 väliä pohdin pitkään, mutta päätin nousta isolle uralle ja jatkaa sitä niin pitkään kuin mahdollista. Rastilta lähdettäessä ura oli todella pehmeä ja vauhti ylämäkeen hiipui. Isolta uralta laskettaessa vastaan tulevia hisustajia oli paljon ja ura oli pehmeä.
- 7-8 välille ei oikein annettu vaihtoehtoja ja ainoa vaihtoehto kulki juuri lasketeltua uraa ylös, isoa uraa ja sitten pikku-uria rastille.
- Seuraavat rastivälit (8-12) olivatkin sitten alaspäin kovavauhtiset ja ylöspäin pehmeät. Oikoja alkoi olla ja sekä laskiessa että noustessa piti väistellä muita hissuttajia. Yritin kuitenkin olla sen verran aggressiivinen kuin siinä puuterilumessa uskalsin ja osasin.
- Toiseksi viimeiselle (13) hävisin selvästi, kun en enää halunnut ottaa pikku-uran laskua.
- Maaliin kuitenkin vielä vauhdikkaat laskut ja kurvailut - ehkä viimeisen rastinoton kannalta reitinvalinta järveltä olisi ollut järkevämpi.



SM-kultaa Sirra Toivoselle ja SM-pronssia Johanna Perkkalaiselle Keravalla.



SM-kultaa Anne Peltö-Huikolle Keravalla.

Talvirasteilla aurinkoisia pakkaskelejä

Epilän Esa järjesti 3 tapahtumaa tälläkin talvikaudella, kävijämäärä hieman laski viime vuodesta ehkä hyvien hiihtokelien vuoksi, mutta suunnistajat olivat tyytyväisiä

Julkujärvi 25.11.2017

- karttoja myytiin yli 100 kpl
- tuloksia kirjattiin 97 kpl
- ratamestarina Kari Majjala
(radat 3km, 5km, 7km, 10km)
- 10km radalla A3-kartta

Huomioita:

Pitkästä aikaa tapahtumapaikkana Julkujärven leirikeskuksen piha, joka soveltui hyvin talvirasteille. Kari toi paikalle rastivaunun, josta kartanmyynti sujui kätevästi. Ensiluntakin oli jo tullut maastoon, mutta keli parani lauantaiksi ja aurinko lämmitti.

Lamminpään koulu 20.01.2018

- karttoja myytiin noin 100 kpl
- tuloksia kirjattiin 85 kpl
- ratamestarina Petri Salmela
(radat 2km, 3km, 5km, 7km)
- kaikilla radoilla A4-kartta

Huomioita:

Talvisessa pakkassäässä Lamminpään koululla saatiin hyvin vietyä talvirastit läpi, vaikka toinen nollaleimasimista hyytyi pakkasessa. Myös muutama pyöräsuunnistaja kävi polkemassa pisimmän radan läpi, välillä pyörää lumihangessa kantaen.

Kaarilan koulu, Epilä 03.03.2018

- karttoja myytiin 67 kpl
- tuloksia kirjattiin 62 kpl
- ratamestarina Petri Saksala
(radat 3km, 5km, 7km)
- kaikilla radoilla A3-kartta

Huomioita:

Aamulla oli rapsakka -18 asteen pakkasaste rasteja viedessä, mutta onneksi aurinko lämmitti kelin -10 asteen tuntumaan. Kylmä sää hieman verotti osallistujien määrää, mutta selkeälukuinen A3-sprinttikartta 1:4000 sai kiitosta suunnistajilta.

Suunnistusopetusta perheille huhtikuussa

Tervetuloa suunnistuksesta kiinnostuneet perheet Epilän Esan järjestämälle suunnistuskurssille

Suunnistuksen perhekurssi alkaa Lamminpään Urheilumajalla teoria-osalla 10.-13.4. klo 17.30-19.30 ja jatkuu maasto-osalla 20.-22.4. Urheilumajan lähimetsässä (aika sovitaan paikan päällä). Kurssin hinta on 30€/perhe. Kurssi päättyy 23.4. Mustavuoren iltarasteihin.

Ennakkoilmoittautumiset Kalle Heinolle sähköpostitse k.k.heino@gmail.com tai puhelimitse 040-8699673

Suunnistuskurssin aikataulu
10.-13.4. teoria-osuus
20.-22.4. maastoharjoitukset
23.4. Mustavuoren iltarastit



Muista jäsenmaksu

Muista maksaa tämän Puskasian mukana tuleva jäsenmaksu ajallaan. Tärkeää on myös eritellä maksun tieto-osioon, että maksu liittyy vuoden 2018 jäsenmaksuun. Tietosiassa on myös listattava kaikkien henkilöiden etu- ja sukunimet, joiden jäsenmaksu suoritetaan yhdellä maksusuorituksella. Maksamalla tämän vuoden jäsenmaksun varmistat, että pysyt Epilän Esan jäsenrekisterissä, IRMA-palvelussa EE:n jäsenenä ja saat syksyn Puskasika-lehden ajallaan.

Seuran jäsenluetteloa ei enää julkaista Puskasiassa tietosuojamääräysten vuoksi. Jäsenrekisteriä ylläpidetään internetissä suojatun yhteyden takana Sporttisaitin tietokannassa. Tunnuksia jäsensivuille voi pyytää osoitteesta petri.salmela(at)kolumbus.fi. Muistathan päivittää yhteystietosi niiden muuttuessa suoraan jäsensivuille tai ilmoittamalla siitä ylläpitäjälle Petri Salmelalle.

Jäsenmaksu 2018
aikuiset 20€
alle 16-vuotiaat 10€