

Joukkojulkaisu

Rasti-Vakkanen
Vakka-Rasti ry:n seuralahti

Vastaava toimittaja
Veljo Viitanen
Urheilutie 1 B 14
23800 LAITILA
Puh. (922) 51505 (työ)

Painopalkka
Laitilan Kirjapaino Ky

SALMINEN Riku
Sorsakuja 6
23500 UKI

Pyydetään palauttamaan, ellei
vastaanottajaa tavata.



UUDENKAUPUNGIN
Ö
L
J
Y
**POLTIN-
HUOLTO**
OM. J. YLI-HAKULA

Asentaa, huoltaa, korjaa
ÖLJYPOLTTIMET
Puh. 12656



RASTI- VAKKANEN

2/87

VAKKA-RASTI





Vakka-Rasti



Suunnistusseura VAKKA-RASTI ry -- Perustettu 4.4.1972

- Seuran osoite: Nordströmkatu 5, 23500 UKI
- VaRa:n pankkitilit: OP, Uki 549102-44106
SP, Uki 436010-430391
KOP, Uki 118560-39406
SP, Kti 435010-45155
- Seuran jäsenmaksut 87: 100 mk perhemaksu
50 mk aikuiset
20 mk lapset, opiskelijat, eläkel.

Vakka-Rasti ry:n hallitus v. 1987		PUHELIN	
		koti	työ
- Raimo Nurmi	Puheenjohtaja	16843	13666
- Heikki Vennelä	Tal.ohj./Varapj.	23036	23271
- Outi Nurmi	Sihteeri	22922	-
- Pertti Vuorinen	Kilp.jaosto	21353	12821
- Tapani Rautavuoma	Valm.jaosto	13192	154340
- Erkki Teivaala	Kuntojaosto	12642	201345
- Pekka Raula	Kalanti-jaosto	19312	-
- Jouko Myöhänen	Nuorisajaosto	70555	-
- Veijo Nurmi	Kartoitusohj.	21250	22971
- Merja Nieminen	Jäsen	16867	201289
- Raimo Reunanen	-"-	23587	201401
- Eero Tervakangas	-"-	70261	70100
- Veijo Viitanen	Tied.siht.	54812	51505
		(938-58042)	

Seuran hallitus kokoontuu jokaisen kuukauden toisena maanantaina klo 18,30.

Vakka-Rasti ry:n toimihenkilöitä v. 1987

- Kirsti Tervakangas	Kirjanpitäjä	70261
- Ellen Valio	Jäsenkirjuri	23767
- Valter Hirvonen	Leikekirjanpit.	23486
- Erkki Luntamo	Lehtiasiamies	23827
- Rauli Helkkula	Kilpailusiht.	16520 21911
Suulakj 26 as 6, UKI		KILPAILUIHIN ILMOITTAUTUMISET

Luottamustehtävissä v. 1987

- Raimo Reunanen SSL kilpailuvlk 922-23587
- Osmo Suominen V-S sj.piirisiht. 921-358736



POHJOLA-YHTIÖT
Pohjola • Suomi-Salama • Eurooppalainen

Koulukatu 3
Uusikaupunki
Puh. (922) 23606



Yrittäjien-Fennia

Rauhankatu 6
Uusikaupunki
Puh. (922) 22970

4.4.1972

Suunnistuksen erikoisseura Vakka-Rasti ry:n perustamisesta on nyt tullut kuluneeksi 15 vuotta. Puolentoista vuosikymmenen aikana toiminta on saavuttanut vakiintuneita muotoja. Mutta minkälaisissa mielteissä Vakka-Rasti aikoinaan perustettiin, siitä kertoo tämä juttu. Toisaalla tässä lehdessä on pientä historiikkia menneistä vuosista.

Suunnistusväki oli jo pitemmän aikaa haaveillut suunnistuksen erikoisseuran perustamisesta laajemman Vakka-Suomen alueen kattavaksi ja kuin vastapainoksi alueella toimivalle ainoalle erikoisseuralle, v. 1952 perustetulle Mynämäen Suunnistajille.

Haave kuitenkin kariutui ja ajatus jäi itämään suppeampaan piiriin Uudessakaupungissa. Täällä pidettiin 23.3.1972 palaveri, jossa oli mukana 22 aktiivisesti suunnistavaa henkilöä. Kokous totesi yksimielisesti erikoisseuran perustamisen tarpeellisuuden. Nyt nimettiin toimikunta laatimaan seuralle sääntöjä, tekemään nimi-ehdotuksia, kutsumaan koolle perustava kokous sekä levittämään tietoa perustamisasiasta.

Uuden seuran perustava kokous pidettiin 4.4.1972 VPK:n talolla Uudessakaupungissa. Paikalla oli 31 suunnistusmielistä henkilöä, jotka päättivät perustaa suunnistusseuran nimehtään VAKKA-RASTI.

Seuran nimestä jouduttiin äänestämään jopa kolme kertaa, ennen kuin tulokkaalle saatiin nimi. Hyvinä nimiehdotuksina olivat Suunta-Vakka, Rämpijät, Eksyjät jne. Seuran kotipaikaksi tuli Uusi-kaupunki ja toiminta-alueeksi Vakka-Suomi. Perustamiskokouksen jälkeen seuraan liittyi 94 jäsentä ja vuoden 1972 loppuun mennessä jäsenmäärä oli jo 118.

Vakka-Rastin ensimmäiseksi puheenjohtajaksi valittiin Seppo Itäranta, jonka lisäksi hallitus koostui seuraavista: Erkki Luntamo (varapj.), Seppo Sinkkilä (siht.), Matti Penttilä (rah.hoit.), Kari Honkanen, Raimo Reunanen, Irma Salminen, Touko Heino, Valter Hirvonen, Leo Vuorio, Urpo Lipponen ja Heikki Vennelä.

Kilpailutoiminta päätettiin aloittaa jo 11.4. pidettävillä harjoituskilpailuilla. Suorastaan salamavauhtia aloitettu toiminta vaati hallituksen kokoontumista uudelleen jo 17.4. Kun seura oli aivan kuin "tyhjästä puhallettu", koska minkäänlaista rahallista pesämunaa ei ollut, riitti hallituksella pulmia eritoten taloudellisesta tulevaisuudesta.

Seuran pääorganisaattoreiksi oli kuitenkin saatu intomielinen voimakasikko Seppo Itäranta - Seppo Sinkkilä. He eivät alkuvaikkeitä säikkyneet, vaan ottivat ponnella ohjaket käsiinsä. Vakka-Rastin ensiaskeleita harpattiin kovalla rytinällä.

Vakka-Rastin ensimmäisen vuoden toimintakertomuksessa todetaan seuran perustamisen olleen oikeaan osuneen toimenpiteen. Toiminta oli vajaan vuoden kestäneenä kautena niin voimakasta, että seura nousi luokittelussa heti I luokkaan.

Uuden seuran perustaminen koettiin Uudessakaupungissa yleensä myönteisenä tapahtumana. Vaihtoehtoisten kuntoilumuotojen tarjonta parani Vakka-Rastin toimin merkittävästi. Myös järjestetty suunnistuskoulutus tuntui heti kiinnostavan, ei yksinomaan nuoria vaan myöskin aikuisia.

15.-v TILASTO

Vakka-Rasti saavuttaa 4.4.1987 erään rastitaipaleensa merkki-paaluun, kun 15 toiminnan vuotta tulee täyteen. Seuralla on näinkin lyhyeltä toimintakaudelta esitettävään varsin mittava saavutusten määrä maamme suunnistushuipulta, kuten edustukset MM-kilpailuista ja maaotteluista sekä lukuisa määrä muita kärkitason saavutuksia.

Maailmanmestaruuskilpailuissa on seurasta ollut kaksi edustajaa. Markku Jauhiainen kilpaili v. 1983 Unkarissa ja Eija Koskivaara v. 1985 Australiassa. Lisäksi Eeva Kivinen on osallistunut Opiskelijoiden MM-kilpailuihin v. 1978 Jyväskylässä.

Pohjoismaisissa mestaruuskilpailuissa ovat mukana olleet: Markku Jauhiainen kaksi kertaa, Eeva Kivinen, Eija Koskivaara, Hanna Helin ja Mikko Itäranta (nuoret). Kaikkiaan kuusi kertaa on vakkarastilainen edustanut maamme PM-kilpailuissa.

Maaotteluedustuksia on seuran jäsenille kertynyt vuosien varrelta kaikkiaan yhdeksän.

Suomen mestaruuksia on tähän mennessä kertynyt neljä kappaletta, kaksi henkilökohtaista ja kaksi viestimestaruutta. Eija Koskivaara on saavuttanut pitkän matkan mestaruuden v. 1985 D19-20 sarjassa ja v. 1986 D21-sarjassa.

Viestisuunnistuksessa on mestaruuden tuonut v. 1984 H35-sarjan sarjan joukkue Raimo Nurmi, Seppo Raula ja Teemu Nukki sekä v. 1985 D19-20 sarjan tyttöjoukkue Riina-Mari Kolkkala, Reeta-Mari Kolkkala ja Eija Koskivaara.

SM-hopeamitaleja on vuosien varrelta kertynyt 10 kpl ja pronssimitaleja myöskin 10 kpl. SM-mitaleja on saavutettu kaikkiaan 24 kpl 35 suunnistajan tuomana.

SM-kilpailujen perusteella tapahtuu vuosittain myös suunnistajien luokittelu suurmestari-, mestari- sekä nuorten valioluokkaan. Vakka-Rastilla on tällä hetkellä viisi suurmestari luokan suunnistajaa, johon vaaditaan kolme mestari luokan suoritusta eri vuosina. Tämän vaativan luokittelutittelin ovat saavuttaneet: v. 1981 Erkki Luntamo, v. 1983 Markku Jauhiainen ja Seppo Raula sekä v. 1986 Teemu Nukki ja Raimo Reunanen. Mestari luokkaan on seuran toimintakauden aikana yltänyt 16 kilpailijaa sekä nuorten valioluokkaan kuusi suunnistajaa.

Edelleen seuran suunnistajat ovat 15 toimintavuoden aikana keränneet ja tilastoineet piirinmestaruusmitaleja seuraavasti: kultamitaleja 151 kpl, hopeamitaleja 132 kpl ja pronssimitaleja 151 kpl eli kaikkiaan 434 mitalia piirinmestaruuskilpailuista.

Toivottavasti voimme esitellä edellistä komeampia saavutuksia ja tuloksia seuraavalta 5-vuotiskaudelta silloin, kun 20 vuotta tulee täyteen.

Onnittelut 15-vuotiaalle pirteälle nuorukaiselle ja hyvää jatkoa edelleenkin erilaisten mestaruuksien ja mitalien saalistamisessa ja kasaamisessa,

toivoo Valtsu H.



EDUSTUKSET

MAAILMAN- MESTARUUS- KILPAILUT	1983 Markku Jauhiainen 1985 Eija Koskivaara 1978 Eeva Kivinen	(Unkari) (Australia) (Jyväskylä/Opiskelijain MM-kilpailut)
POHJOISMAIDEN MESTARUUS- KILPAILUT	1978 Eeva Kivinen 1982 Markku Jauhiainen 1982 Mikko Itäranta 1984 Markku Jauhiainen 1986 Eija Koskivaara 1986 Hanna Helin	(nuoret)
MAAOTTELUT	1977 Eeva Kivinen 1977 Seppo Raula 1978 Eeva Kivinen 1982 Markku Jauhiainen 1983 Markku Jauhiainen 1984 Markku Jauhiainen 1985 Eija Koskivaara 1986 Eija Koskivaara 1986 Hanna Helin	(nuoret/EM-kilp.)

SUURMESTARILUOKKA	MESTARILUOKKA	VALIOLUOKKA (nuoret)
-81 Erkki Luntamo	-77 Eeva Kivinen	-76 Mikko Itäranta M14
-83 Markku Jauhiainen	-77 Seppo Raula	-78 Jukka Uusitalo M14
-83 Seppo Raula	-78 Seppo Raula	-78 Pekka Itäranta M14
-86 Teemu Nukki	-80 Erkki Luntamo	-83 Aki Vainio H18
-86 Raimo Reunanen	-82 Markku Jauhiainen	-85 Reeta Kolkkala D16
	-82 Raimo Reunanen	-86 Reeta Kolkkala D18
	-83 Raimo Reunanen	
	-84 Teemu Nukki	
	-84 Erkki Luntamo	
	-85 Markku Jauhiainen	
	-85 Teemu Nukki	
	-85 Seppo Raula	
	-85 Eija Koskivaara	
	-85 Hanna Helin	
	-86 Eija Koskivaara	
	-86 Hanna Helin-Luotonen	

SEURALUOKITTELUPISTEET JA SEURALUOKKA

1972	92 I lk	1977	386 valio	1982	508 valio
1973	178 I lk	1978	488 valio	1983	334 valio
1974	200 I lk	1979	525 valio	1984	319 valio
1975	322 valio	1980	553 valio	1985	394 valio
1976	369 valio	1981	556 valio	1986	397 valio

Huom: Eri vuosien pisteet eivät luokittelusäännösten muutoksista johtuen suoraan vertailukelpoisia.

SM-MITALIT

1972 Pronssi	N16 päiväsuunn.	Eija Sinkkilä
1976 Pronssi	M14 päiväsuunn.	Mikko Itäranta
1977 Hopea	N yösuunn.	Eeva Kivinen
1978 Hopea	M viestisuunn.	Rauli Helkkula, Hannu Uotila, Seppo Raula, Teemu Nukki
1978 Pronssi	M14 viestisuunn.	Jukka Uusitalo, Joel Kejo, Pekka Itäranta
1978 Hopea	M14 yösuunn.	Jukka Uusitalo
1978 Pronssi	M14 yösuunn.	Pekka Itäranta
1981 Pronssi	H43 viestisuunn.	Seppo Itäranta, Raimo Reunanen, Kari Honkanen
1983 Hopea	H45 yösuunn.	Raimo Reunanen
1983 Hopea	H65 yösuunn.	Erkki Luntamo
1983 Pronssi	D50 päiväsuunn.	Raila Sinkkilä
1984 Kulta	H35 viestisuunn.	Raimo Nurmi, Seppo Raula, Teemu Nukki
1984 Hopea	H65 päiväsuunn.	Erkki Luntamo
1984 Pronssi	H40 viestisuunn.	Heikki Vennelä, Veijo Nurmi, Seppo Sorri
1985 Kulta	D20 pitkä matka	Eija Koskivaara
1985 Kulta	D20 viestisuunn.	Riina Kolkkala, Reeta Kolkkala, Eija Koskivaara
1985 Hopea	H35 yösuunn.	Teemu Nukki
1985 Pronssi	D21 pitkä matka	Hanna Helin
1985 Pronssi	D20 päiväsuunn.	Eija Koskivaara
1985 Pronssi	D16 päiväsuunn.	Reeta Kolkkala
1986 Kulta	D21 pitkä matka	Eija Koskivaara
1986 Hopea	D18 päiväsuunn.	Reeta Kolkkala
1986 Hopea	H35 yösuunn.	Teemu Nukki
1986 Hopea	H50 yösuunn.	Raimo Reunanen

SM-kultamitaleja 4 kpl
 SM-hopeamitaleja 10 kpl
 SM-pronssimitaleja 10 kpl
 SM-mitaleja YHT: 24 kpl (35 henkilöä)
 =====

PM-MITALIT

	KULTA	HOPEA	PRONSSI	YHT:
1972-1981	80	76	78	234
1982	11	9	9	29
1983	14	14	13	41
1984	10	16	15	41
1985	15	6	17	38
1986	21	11	19	51
1972-1986	151	132	151	434

=====

JÄSENMAÄRÄ 1972 -

	Miehet +pojat	Naiset +tytöt	Yht:
1972	90	28	118
1973	119	49	168
1974	126	55	181
1975	152	65	217
1976	174	77	251
1977	189	85	274
1978	195	99	294
1979	214	108	322
1980	221	111	332
1981	239	128	367
1982	244	122	366
1983	246	134	380
1984	257	141	398
1985	254	142	396
1986	274	154	428

Osoite oikein!

Osoitteen muutos....../.... 19.. alkaen		Maksutta koti- maan postili- kenteessä
Entinen		
Nimi		
Lähiosoite		
Postinumero ja postitoimipaikka		
UUSI OSOITE:		
Lähiosoite		
Postinumero ja postitoimipaikka		
Päiväys ja allekirjoitus		
Virheellisen postiosoitteen käyttö aiheuttaa lähetyksen viivästymisen.		

RASTI-VAKKANEN
 /Veijo Viitanen
 Urheilutie 1 a B 14
 23800 LAITILA



Mitä Kuuluu

Nimi: MARKKU KAURA-AHO
 Sarja: H40
 Ammatti: Lukion rehtori
 Seura: Hankasalmen Hanka
 Kotipaikka: Hankasalmi kk
 Perhesuhteet: Maria (1968 alkaen),
 Olli-Markus -75,
 Leena-Maaria -80

Parhaat muistosi Vakka-Rastin suunnistuksesta?

"Erinomaiset kaverit, kestävyysleirit, tekniikkaleirit, kilpailureissut, hieno yhteishenki ja tsemppaus."

Mieluisin suunnistuksesi (menestyksesi) VaRa:n väreissä?

"2 x 13. Jukolassa."

Jäikö mieleen pahoja pummeja rasteilla?

"Avokalliosatiaisat Kemiössä -73 Varsinais-Suomen viestissä (11,2 km n. 3 tuntia). Sekin oli hauska juttu (ja hyödyllinen tyhjennysharjoitus seuraavan sunnuntain pm-kilpailuun)."

Mitä olet VaRa-vuosien jälkeen puuhaillut harrastuksissa?

"Oravapolku, LUK, sudenpennut, lentopallo, kaukalopallo, Lions, sulkapallo, suunnistus, tennis, melonta, Pohjola-Norden, matkailuvaunuilu, hiihto, laskettelu, eräretkeily, marjastus, musiikki perheen harrastuksena ..."

Miten kannustaisit valmennustyön parissa työskenteleviä?

"Ole innostunut ja yritä saada innostus tarttumaan valmennettaviisi."

Tiedätkö A-valmentajana oikotien suunnistushuipulle?

"Oikotie kulkee optimaalisten reitinvalintojen (koko elämän) ja vuosia kestävien lukuisten ja taas lukuisten harjoitusten kautta. Tällä tiellä on osattava oppia tuntemaan oma fysiologiansa, omat vahvat puolensa ja löydettävä tahto käyttää niitä."

Entä kultaiset neuvosi suunnistusta harrastaville nuorille?

"Ole 'kaikkiruokainen' - myös liikunnassa. Luota itseesi. You can do it!"

Terveisesi vakkarastilaisille? Mitä muuta kuuluu?

"Sydämeni sykkää aina iloisesti, kun kuulen tai näen vakkarastilaisen menestyvän. Kaikkea hyvää teille. Myös Marialta terveisiä."

"Lukiossani on pieni suunnistusryhmä (10 oppilasta ensi syksynä). Tarkoituksenamme on jatkaa suunnistuspainotteisuutta, jos saamme päätoimisen suunnistus-opettaja-valmentajan."

"Saatan tulla poikien kanssa leirille Vakka-Rastin majalle 27-30.4.87."

Muuten olen sitä mieltä, että...

"...en ole vielä löytänyt suunnistuksen voittanutta."

Hyvä tietää

Kartanluvusta on kehittynyt mielenkiintoisin ja vaativin suunnistuksen osa. Metsässä voidaan edetä vaikkapa peukalokartanluvulla, yleiskartanluvulla, tulkintakartanluvulla, jälkikartanluvulla tai karttamuistiluvulla.

Paikantamiskartanluku (peukalokartanluku). Tämä on kartanluvun tehokkain ja tarkin muoto, jossa jatkuvasti määritellään oma olinpaikka. Peukalo pidetään koko ajan etenemislinjalla ja siirretään kartalla maastossa ohitettavien kohteiden mukaan. Peukalokartanluku auttaa kohteen paikantamisessa jo yhdellä vilkaisulla karttaan ja ilman, että juoksuvauhtia pysäytetään.

Tärkeätä on huomata, että rastiväliltä paikannetaan jokainen oleellinen ja selvästi erottuva kohde. Ja mitä lähemmäksi rastia saavutetaan, sitä enemmän valitaan paikannettavia kohteita. Rastivälin luonteesta riippuen usein vain viimeiset sadat metrit ovat tarkkaa karntalukua.

Yleiskartanluku. Monasti ei ole syytä paikantaa jatkuvasti olinpaikkaansa, vaan on nopeampaa valita joitakin selvästi erottuvia kohteita ja niihin perustuen yleissuunnalla (arvio-) juosten tarkkailla reitillä pysymistä. Tarkoituksena on säästää kalliita sekunteja ja välttää turhaa keskittymistä liian yksityiskohtaiseen kartanlukuun.

Kuitenkaan ei ole syytä heittäytyä liian välinpitämättömäksi, koska seurauksena voi olla ns. samaistamisvirhe, sekoitetaan kaksi samannäköistä maastonkohtaa toisiinsa. Parempi on vilkaista karttaa kerta liian usein kuin kerta liian vähän.

Tulkintakartanluku. Lukemattomia kertoja joutuu suunnistaja käyttämään mielikuvitustaan yrittäessään muodostaa itselleen kuvaa siitä, miltä edessä oleva maasto tulee näyttämään. Kartta täytyy muuttaa maaston yksityiskohtaiseksi kuvaksi mielikuvituksen avulla. Tällaisia tilanteita ovat esim. kahden eri reitin välillä suoritettava paremmuuden vertailu ja rastillesaapumissuunnan valinta.

Jälkikartanluku. Todelliset vaikeudet suunnistusradalla alkavat useimmiten silloin, kun joudutaan pois valitulta reitiltä tai etsitään rastia. Tällaisessa tilanteessa on suoritettava jälkikartanlukua eli pyritään jälkeensä muodostamaan kuva siitä reitistä, mitä todellisuudessa on kuljettu ja löytämään virhekohta.

Tämä on mahdollista, jos totutetaan silmät toimimaan kameraan verrattavalla tavalla. Rekisteröidään muistiin tärkeimmät ja olennaisimmat maastonkohdat. Näitä kuvia käytetään sitten apuna tapahtumien todellisen kulun selvittämiseksi.

Karttamuistiluku. Tällä kartanluvun muodolla tarkoitetaan kykyä suunnistaa kartasta olevan muistikuvan varassa. Tosin useat suunnistajat väittävät karttakuvan mieleenpainamisen vievän enemmän aikaa kuin se, että vilkaistaan sopivin väliajoin karttaa. Lisäksi muistikuvaan luottaminen saattaa aiheuttaa epävarmuustekijän - yliarvioidaan muistikyky ja juostaan harhaan. Joka tapauksessa karttamuistia ja sen kehittämistä täytyy harjoitella, käyttää sitä sitten enemmän tai vähemmän.

Oravat

Talvileiri 13. - 15.2.87

Seuramajalla Kalannissa

Oravien leirille lähtö tapahtui perjantai-iltana poliisilaitoksen pihalta. Kuljetuksesta huolehtivat Oravapolkulaisten vanhemmat. Majalle saapuminen oli yhtä hässäkkää, koska seuran majalla oli 26 Oravaa sekä heidän vanhempansa.

Jokaiselle annettiin oma nukkumapaikka, osa pääsi yläkertaan ja osa alakertaan. Alkuilta meni tavaroiden elvittelyyn. Illalla oli vuorossa ilta-kävely. Osa porukasta käveli Kalannin keskustaan ja takaisin.

Lauantaiaamulla oli mäenlaskun aika. Saimme laskea "huippu-mäessä", koska mäki ajettiin aluksi muutaman kerran moottorikelkalla. Suurkiitokset!

Iltapäivällä oli latusuunnistuksen vuoro. Eräältä oli monot hukkuneet, mutta onneksi ne löydettiin. Nuhaa oli myös liikkeellä. Kaikki löysivät maaliin. Hiihdon jälkeen oli saunan vuoro.

Illalla oli palkintojen jako. Silloin saatiin myöskin odotettua ruokaa: ohukaisia ja hilloa. Ne menivät hujauksessa.

Sunnuntaiamuna oli hiihtoretken vuoro. Matkalla paistettiin makkaraa. Takaisinpaluun jälkeen oli vuorossa kamojen keräys sekä majan siivous. Sitten Oravia tultiinkin jo hakemaan kotiin. Niin nopeasti se aika kului.

Oravista olivat mukana seuraavat: Vesa, Esa, Elina, Valtteri, Katja, Tanja, Sini, Sanna, Jani, Tommi A, Jokke, Teemu, Timo, Janne, Jyrki, Antti, Mikko Saari, Maria, Henri, Sonja, Kirsi, Petri, Tommi S, Mikko Suominen, Henna ja Heli. Ohjaajina: Jouko, Yrjö, Tomi ja Sanna. Hanna oli sunnuntaina hiihtoretkellä mukana.

Sanna

KOUKKUPOLVI

= koukussa oleva polvi
= ei saa polviaan suoraksi
= se on vääräsääri
= katkennu jalka
= suunnistusvalvoja
= polvivamma
= vääräinen polvi
= ei notkea ihminen
= sellainen jolla on koukkuiset polvet
= semmoinen mies jolla on kädessä koukku

(Oravien leirillä annettuja määritelmiä tutuista suunnistussanoista ja suunnistustermeistä)

RATAMESTARI

= se on kiskojen tekiä
= radan laittaja
= vartioi suunnistus rataa
= pitää kunnossa radan
= hyvä rautatien rakentaja
= hän on taitava suunnistaja
= voittaa kilpailun
= kilpailujen päämies



NUORISO- JAOSTO

Vakka-Rastin nuorisajaoston toimesta on nyt talvella ollut kaksi kertaa viikossa Oravapolkukerho. Siellä on puhuttu vähän suunnistuksen teoriaa ja läpiviety erilaisia pelejä ja leikkejä.

Huhtikuun alussa aloitetaan Oravapolkukerho uusille tulokkaille sekä enemmän suunnistaneille. Ensin on sisällä teoriaa ja myöhemmin lumien sulattua maastossa harjoituksia.

Ennen lumien sulamista on tarkoitus tehdä myös hiihtoretki, latusuunnistusharjoitus ja korttelisuunnistuksia Uudessakaupungissa. Myös Kalannissa on Kalanti-jaoston tarkoitus järjestää vastaavaa toimintaa.

Huhti-toukokuussa on Oravien ja heidän vanhempiensa yhteinen palaveri. Kahvinjuonnin ja makkaranpaiston lomassa vanhemmilla on mahdollisuus tutustua mm. rastireitti-suunnistukseen (RR).

Nuorisajaoston huutokauppahan on jo monivuotinen perinne keväällä - jokainen voi lahjoittaa jotain tavaraa myyntiin! Kevään kuluessa aloitetaan myös sarjasuunnistukset, joita on neljä.

Alkukesän tärkeimpiä tapahtumia on Varsinais-Suomen piirin Oravapolkukilpailu (POK). Sen järjestää U:issa oma seuramme. Sitä varten aloitamme lähiaikoina kovat treenit. Vaikka kaikista sarjoista ei voittoa tulisiakaan, pääasia on monikymmenpäinen iloinen joukko Oravia rasteilla 16.6.

Muita kilpailuja (harjoituksia) ovat mm: kuntorastit, piiri-kilpailut, seuraottelut ja kansalliset. Näihin järjestetään aina kuljetus mahdollisuuksien mukaan. Tapahtumien tarkemmat päivät pian ilmestyvässä VaRa:n suunnistuskalenterissa, Rasti-Muistiossa.

Kesällä on myös leiri aloittelijoille ja aiemmin suunnistaneille. Enemmän suunnistaneet pääsevät kokeilemaan myös YÖ-suunnistusta - jännää!!

Syksyn päätapahtuma on NUORTEN JUKOLA (30.8.) Numenpäässä. Jukolaan osallistumme varmasti kahdella joukkueella. Yritämme parantaa viime vuoden sijoituksia (153. ja 178.).

Kesäloman jälkeen aloitamme taas korttelisuunnistuskauden. Myös salivuorot alkavat syksyllä. Jaoston vuoden viimeisimpiä tapahtumia on joulukuusten myynti torilla.

Tästä listasta unohtui varmasti paljon tapahtumia. Lapsenne ovat tervetulleita Oravapolkukerhoon katsomaan ja kokemaan nämä tapahtumat. Suunnistus on mukava harrastus lapsille. Ja aktiivisia vanhempia tarvitaan tänäkin vuonna ohjaajien apuna.

Nuorisajaoston puolesta Tomi V & Jouko M

Nuorisajaoston kokoonpano 1987:

Jouko Myöhänen puheenjohtaja
Jouko Alanissi
Sanna Alanissi
Hanna Helin-Luotonen
Valter Hirvonen
Reima Meriläinen
Yrjö Pulli
Tomi Virtanen





VALMENNUS- JAOSTO

Valmennusjaosto vastaa Vakka-Rastin valmennustoiminnan onnistumisesta. Toiminnassa pyritään turvaamaan suunnistajille mahdollisuus kehittää suunnistuksellisia valmiuksiaan. Jaosto laatii ohjelmat ja vastaa tilaisuuksien koordinoinnista. Lisäksi järjestetään testaus-tilaisuuksia sekä leirejä. Valmennusjaosto nimeää vastuuhenkilöt, jotka valitsevat VaRa:n viestijoukkueet tärkeimpiin kilpailuihin.

Tavoitteena valmennusjaostolla on pitää Vakka-Rasti edelleen maailmankartalla. Naisten kärjen tavoitteet ovat suunnatut aina maailmanmestaruuskilpailuihin saakka. Myös kansalliset tavoitteet ovat kohti kärkeä naisten kohdalla.

Miesten pääsarjan osalta tilanne ei sen sijaan näytä ihan yhtä valoisalta. "Vanhat konkarit" keikkuvat edelleen kärkipäässä, sanoisi Rasti-Raimo tähän. Nuorissa on kuitenkin Vakka-Rastin tulevaisuus, panoksia pitää löytyä nyt myös sinne.

Valmennuksellisesti tilanne on myös todettu, sillä naisten valmennustoiminta on pyörinyt tehokkaasti Taposen Eskon johdolla. Mutta nuorten ja miesten kohdalla ollaan jäätävällä jälkeä tavoitteista. Kevään aikana onkin tarkoitus luoda valmentajiin uutta henkeä mm. kutsumalla kaikki seuran koulutetut valmentajat yhteiseen palaveriin.

Vuoden 1987 "valmennuskalenteri" on valmistumassa. Taito-harjoituspäiväksi on sovittu torstai (Kuntorastit tiistaisin). Tilaisuuksista laaditaan moniste ja tietoa löytyy myös paikallisesta lehdestä (U:gin Sanomat/Seuratoiminta-palsta).

Eri tiedotusvälineissä on viime aikoina käyty keskustelua valmennukseen liittyvistä terveysriskeistä. Valmennuskoulutukseenhan ei kovin paljon sisälly tätä puolta. Lääkärien käsityksen mukaan aloitettaessa "täydellä iällä" kuntoilu tai siirryttäessä kovempaan, systemaattiseen harjoitteluun, tulisi suorittaa lääkärintarkastus. Siinä ei enää riitä normaali "töihintulotarkastus", vaan kuormituskokeet tulisi ehdottomasti suorittaa. Mm. Risto Elovainion mukaan kustannuksetkaan eivät liikaa rasita (testien hinta alle 200 mk). Valmennusjaosto on kokouksessaan päättänyt selvittää asiaa meidän seuramme osalta.

Jos tulee mieleen valmennuksellisiin asioihin liittyvää, niin ottakaapa yhteyttä jaoston jäseniin, toivoo

pj. Tahvo

Valmennusjaoston kokoonpano 1987:

Tapani Rautavuoma puheenjohtaja
Rauli Helkkula
Raimo Reunanen
Esko Taponen
Tommi Tervakangas



HARJOITUKSIIN !!

Pvm	Tapahtuma	Paikka	Tavoite
To 02.4	Korttelisuunn.	Kalanti	Silmä/käsi yhteistyö
To 09.4	Korttelisuunn.	Lokalahti	---
To 16.4	Leiri	Ruotsi ?	Suunnistusalkueet
Pe 17.4	Leiri	Åland ?	---
La 18.4	Leiri	Pargas ?	Reitinvalinta + rasti
Su 19.4	Leiri		Suunnistussuoritus
To 23.4	Viestiharj.	Orivo/itä	Isotonic
Ke 29.4	Viestiharj.	Sauttu/maja	Tvåmila
To 07.5	Reitinvalinta	Sauttu/Kv	T1
To 14.5	---	ym.	Hallu/itä
La 16.5	---	ym.	Lahti
Su 17.5	---	ym.	Lahti
To 21.5	Viestiharj.	Kivijärvi	Pm-viesti
Ma 25.5	Suunn.tekn.	Norja/Mysen	Tekniikan kertaus
Ke 27.5	---	---	arvokisoja varten
To 28.5	---	Rohijärvi	
To 04.6	Viestiharj.	Lokalahti	Jukola/Venla
To 11.6	---	Rohijärvi	---
To 18.6	Reitinvalinta	Mynämäki	SM-pitkä
To 25.6	---	Lokalahti	---

Tässä alkua Vakka-Rastin valmennusjaoston ohjelmoimille tekniikkatreeneille. Muutokset kalenteriin mahdollisia. Lisätiedot U:gin Sanomien Seuratoiminta -palstalla. Harjoitukset avoimia kaikille vakkarastilaisille!

VIESTIEN YHTEYSHENKILÖT 1987

Suunnistusviestejä on taas paljon tulossa ja Vakka-Rastinkin joukkueet varmasti aktiivisesti liikkeellä. Eri sarjojen viestien yhteyshenkilöiksi on nimetty (yhteyshenkilö ilmoittaa joukkueet kilp.sihiteeri Rauli Helkkulalle hyvissä ajoin ennen ko. viestiä):

H21- Rauli Helkkula, Teemu Nukki, Seppo Raula
H35
H40 Aarre Salmi
H45 Kari Honkanen
H50 Raimo Reunanen
H55 Kauko Kiiski
H60- Valter Hirvonen

D21 Esko Taponen, Eija Koskivaara, Hanna H-Luotonen
D35 Maaria Ritavallo
D40- Kirsti Tervakangas

D18- Esko Taponen H18- Tommi Tervakangas
D20 H20

Oravat Nuorisajaoston vetäjät



KILPAILU- JAOSTO

Vakka-Rastin kilpailunjärjestely -jaoston tehtävänä on nimensä mukaisesti organisoida eri tasoisten kilpailujen järjestelyt kokonaisuuden kannalta onnistuneeseen lopputulokseen.

Vuonna 1987 järjestetään parikymmentä paikallista suunnistustapahtumaa. Lisäksi on ohjelmassa Piirin Oravapolku-kilpailun toteutus 16.6. sekä eräiden erityiskisojen toteutus.

Jaosto julkaisee kilpailukalenterin, ns. Rasti-Muistion. Se tulee painosta huhtikuun loppupuolella ja sisältää v. 1987 ensimmäisinä tapahtumina mm. seuraavat suunnistukset:

17.4.	TuS	Kans. yöviesti	Turku
19.4.	RaLu	Kansalliset	Rauman Mlk
20.4.	PR	Kansalliset	Paimio
21.4.	VaRa	KUNTORASTIT	Uki
25.4.	RasKa	Kv. Isotonic	Noormarkku
26.4.	RasKa	Kv. Isotonic-viestit	Noormarkku
28.4.	VaRa	KUNTORASTIT (+pk)	Uki

Kilpailunjärjestelyjaoston kokoonpano 1987:

Pertti Vuorinen puheenjohtaja
Tauno Aalto
Jorma Hoseus
Pekka Luotonen
Pasi Rantala
Teuvo Suikkanen

LEIREILYÄ !

Pääsiäisleiri tai "sulan maan" -leiri, mikä nimi nyt parhaiten sopii, järjestetään huhtikuussa Ruotsissa tai Ahvenanmaalla tai Paraisilla - riippuen keliolosuhteista. Jos lähdetään laivalla, on lähtö keski- viikko -illalla 15.4. ja paluu maanantai-aamulla 20.4. Mukaan mahtuvat kaikki halukkaat. Yhteyshenkilöt: Rauli ja Esko.

16-17.5. järjestetään T1:n jälkeen Lahdessa Jukola -leiri. Leiri on tarkoitettu etupäässä miesten ja naisten ykkös- ja kakkosjoukkueille (tai niihin tähtääville). Yhteyshenkilöt: Rauli ja Esko.

25-29.5. on leiri Mysenissä Norjassa. Leirille valitaan 12 osallistujaa. Yhteyshenkilö: Esko.

Kainuun Rastiviikon yhteydessä 5-11.7. järjestetään leiri, jos halukkaita löytyy: Yhteyshenkilöt: Rauli ja Esko.

Syksyn leireistä päätetään myöhemmin.

Valmennusjaosto



KUNTO- JAOSTO

Kuntourheilu- ja retkeilyjaoston toiminta-ajatus: saada ihmiset (henkilöt) liikkumaan kuntourheilun merkeissä. Tuottaa heille virkistystä ja mielihyvää järjestämällä retkiä luontoon ja antamalla heille mahdollisuus lisätä luonnontuntemusta.

Jaosto järjestää kahdeksan Uudenkaupungin lähes 40 kunto-tapahtumasta. Kaikille tarkoitettuja kuntotapahtumia koordinoi liikuntalautakunta. Kaupunki tukee kuntotapahtuman järjestäjiä, jolloin perusteena on järjestettyjen kuntotapahtumien lukumäärä sekä osanottajamäärä.

Ongelmana on ollut keksiä uusia ja ihmisiä kiinnostavia tempauksia. Tässä asiassa toivomme saavamme vihjeitä siitä, mitä halutaan.

Menestyskekkäin kuntotapahtuma on jo vuosia ollut Äitien-päivänä tapahtuva valokuvasuunnistus. - Tämän talven aikana (7.3. ja 15.3.) on järjestetty kaksi hiihtotapahtumaa.

Muut kuntotapahtumat 1987 / Vakka-Rasti:

- 12.4. Linturetki
- 10.5. Valokuvasuunnistus (Äitienpäivä)
- 14.6. Polkuretki Pitkäjärvelle
- 9.8. Korttelisuunnistus (Iloisen ilmeen Uusikaupunki)
- 23.8. Luontoaiheinen polkupyöräretki
- 20.9. Santtion Malja

Lisäksi järjestetään huhtikuussa yhdessä Oravapolkulaisten kanssa leikkimielinen korttelisuunnistus.

Jaoston ohjelmoimasta muusta toiminnasta todettakoon, että ruskaretki on suunniteltu tehtäväksi Kevon Kanjoniin viikolla 37 (syyskuun toinen viikko).

Yhteistyössä muiden järjestöjen (kuten Vakka-Suomen Latu) kanssa on tarkoitus luoda polkuretkiverkosto Hiijärven kautta Kalannin Pitkäjärvelle ja sieltä Kuuvaanvuoren kautta takaisin Uuteenkaupunkiin. Vakka-Rastin osuus olisi reitin alkupää Pitkäjärvelle. Alustava suunnitelma on tehty ja vuorossa on lupa-asioiden kuntoonsaattaminen maanomistajien kanssa.

Valmiina reitti tarjoaisi mahdollisuuden tehdä pidempiaikaisia retkiä yöpymismahdollisuuksineen. Reitti noudattaisi mahdollisimman paljon jo olemassa olevia polkuja ja tieuria, joten luonto säilyisi eikä sinne tulisi juuri muuta uutta kuin opasteita.

Kuntourheilu- ja retkeilyjaoston kokoonpano 1987:

Erkki Teivaala puheenjohtaja
Jaakko Laaksonen varapuh.joht.
Lauri Hännikkälä
Raimo Lomppi
Erkki Neitola
Merja Nieminen
Maaria Ritasalo
Reijo Ruohola
Leena Vilen



KALANTI-JAOSTO

Vakka-Rastin Kalanti-jaosto jatkaa toimintaansa Kalannissa tavoitteena nuorten ja aikuisten suunnistusaktiivisuuden lisääminen.

Oravapolku -toimintaa jatketaan yhteistyössä muun Orava-polkutoiminnan kanssa.

Jaosto toteuttaa urheilutalon järjestysmiestoimintaa vapaaehtoisen talkootyön avulla. Osallistutaan kilpailunjärjestelytoimintaan yhteistyössä muun jäsenistön kanssa.

Kalanti -jaoston kokoonpano 1987:

Pekka Raula puheenjohtaja
Ensio Kiukkonen
Tuula Mäkinen
Timo Penttilä
Jouni Pietilä
Juha Ståhl



KARTOITUS

Vakka-Rastin kartoitustoiminnassa on tällä hetkellä työn alla useita suunnistuskarttoja ja lisäksi muutamia koulukarttoja.

- Ruonanperä-SaVa-Orivon kartta, jonka maastotyö on jo piirretty puhtaaksi, talven aikana tehdään vielä tarkistus muutoksista ja kartan painatus suoritetaan keväällä.
- Hiujärven pohjoispuolen alueen kartoitus saatetaan loppuun vuoden 1987 aikana.
- Vartsaaren lähialueelta tehdään talkoilla opetuskartta, joka painatetaan jo keväällä.
- Sautun ja Orivon alueiden uudelleenkartoituksen projekti on jo käynnistetty.
- Santtion opetuskartta korjataan ajan tasalle Oravapolku-laisten käyttöön sekä samalla koulujen käyttöön. Painatus keväällä.



TALOUS

Vakka-Rastin taloustoiminnan päämääränä tulee edelleen olemaan taloudellisen hallinnan varmistaminen. Toiminnan määrä, laajuus ja taso tulevat olemaan merkittäviä. Jäsenistön ehdoton tuki varainhankinnassa on elintärkeää.

Suurimpia kustannuksia tuottavat mm. kilpailujen osanottomaksut, matkakulut, valmennus- ja leirikulut, kartta- ja kartoituskulut sekä nuorten toiminnan kulut.

Talkootoiminta tulee yhä näyttelemään merkittävää osaa seuratoiminnan varojen hankinnassa. Suunnitelmina mm. kilpailunjärjestelyt, ilmoitus- ja mainoshankinta, lehtiasiamies- ja vakuutus-toiminta, seuramajan vuokraus ryhmille sekä menojen kriittinen hallinta.



VAKKA-RASTI

- Vakka-Rasti on vakuutustoiminnassa yhteistyössä U: gissa kahden vakuutusyhtiön kanssa. Kun tehdään vakuutuksia Pohjolaan tai Fenniaan (kts. sivu 2), muistetaanpa mainita asiamieheksi Vakka-Rasti. Näin seura saa tehdyistä vakuutuksista pienen asiamiespalkkion. Vakuutukset kuntoon!
- Vakka-Rastin hallitus on kokouksessaan 2/87 hyväksynyt seuraan seuraavat uudet jäsenet: Kalevi Kankaala s. -50, Taina Kankaala -52, Tarja Kankaala -72 ja Kimmo Kankaala -73. Kankaalan hyvävauhtinen suunnistusperhe asustelee "maa-seudulla" Pyhärannan Lahdenvainiossa. Kankaalat toivat VaRa:lle jo nipun pm-mitaleita Laitilan hiihtosuunnistuksista. - Tervetuloa seuraamme.
- VaRa:n hallituksen helmikuisessa kokouksessa todettiin myös muutama uusi seurasta poislähtö. Niistä tosin ei ole hallitukselle varsinaisia ilmoituksia tullut, mutta tavallisesti luotettavien lehtitietojen mukaan Asko Vainio edustaa jatkossa Mynämäen Suunnistajat-52:ta ja Heermannien perhe Rauman Rasti-Lukkoa. Kiitos mukanaolosta VaRa:ssa - hymyillään, kun tavataan.
- Nuorisajaoston pj. Jouko Myöhänen pyysi julkituomaan, että nuoret ottaisivat mielellään vastaan pieniksi käyneitä tossuja yms. suunnistusasuja. Näin uusien tulokkaiden ei heti tarvitsi tehdä kalliita varusteinvestointeja. Siis kevätseivouksen merkeissä vilkaistu komeronurkkiin ja ylimäävarusteet nuorisajaoston vaihtopörssiin! Lisätiedot Joukolta tai muilta nuorisajaoston vetäjiltä.
- Taloustirehtööri Heikki Vennelä puolestaan markkinoi uusia suunnistusartikkeleita (tied. puh. k. 23036, t. 23271):

- kilpailuasuja, kaikkia kokoja	100 mk
- verryttelyasuja, neljää kokoa	250 mk
- seurapuseroita, kahta kokoa	220 mk
- seuran kevätpipoja	25 mk
- seurakasseja	70 mk



- Vakka-Rastin jäsenten merkkipäiviä v. 1987:

Toivo Viitanen	60 v.	11.03.
Matti Silen	50 v.	04.06.
Leena Reunanen	50 v.	26.06.
Olavi Joutsela	50 v.	14.07.
Arvi Laine	75 v.	07.08.
Pertti Rekola	50 v.	21.09.
Leo Vuorio	50 v.	06.12.
Aimo Kalenius	50 v.	31.12.



- Rasti-Vakkasen kansikuvassa Oravaleiriläisiä mallia -87. Tämä on ns. virallinen leirikuva. Takasivun kuvassa vähän epävirallisempaa ilmettä saman leirin liukumäestä.

LUISTELUA JA PERINTEISTÄ



Sekä luistelulla että perinteisellä tyyllillä ovat vakkarastilaiset keränneet tänä talvena mitaleita SVUL:n Varsinais-Suomen piirin mestaruuskilpailuista. Latusuunnistus pidettiin 14.3. Mynä-mäellä ja hiihtosuunnistukset 21.-22.3. Laitilassa.

LATUSUUNNISTUS: Pm-kultaa Seppo Raula H35, Valter Hirvonen H65; pm-hopeaa Teemu Nukki H35, Aarre Salmi H40, Raimo R. Reunanen H50, Eija Koskivaara D21; pm-pronssia Reeta Kolkkala D18.

HIIHTOSUUNNISTUS: Pm-kultaa Reeta Kolkkala D18, Raimo Reunanen H50, Kalevi Kankaala H35; pm-hopeaa Taina Kankaala D35, Riina Kolkala D20, Tarja Kankaala D16, Seppo Raula H35, Erkki Luntamo H65; pm-pronssia Kari Honkanen H45, Eija Koskivaara D21. Pm-mitalien määrässä (10) Vakka-Rasti oli hiihtosuunnistuksen ykkösseura!!

HS-VIESTIT: Pm-kultaa H35 Seppo Raula, Teemu Nukki, Kalevi Kankaala; pm-pronssia D21 Tarja Kankaala, Jaana Nurmi, Riina Kolkkala.

Onnittelut mitalisteille - muille kiitokset mukanaolosta.



KILPAILUILMOITTAUTUMISET:
Rauli Helkkula, kilp.siht.
Suulakuja 26 as 6, UKI
Puh: k.922-16520, t.-21911



**SUOSIKKAA
ILMOITTAJIAMME**

KY. V. PIRILÄ

Kalanti puh. 922-14 083



**Ruokakahvio
MAIRE KILLSTRÖM**
Uusikaupunki
Puh. (922) 12464

JÄRVEN KELLO JA KULTA Ky

Uusikaupunki, puh. 12157

Kellot, kulta- ja hopeaesineet edullisesti



**UUTI
EIPÄ
AINE
UUSIKAUPUNKI**
☎ 24037

Hanakat.

**VAKKA-SUOMEN
ESIJOHTOLIIKE**

Ketunkalliontie 3 Uki

puh. ★ 12359

