

Resti-Vakkanen
Vakka-Rasti ry:n seuralahti

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

Painopaikka
Laitilan Kirjapaino Ky



Pyydetään palauttamaan, ellei
vastaanottajaa tavata.



 **Yrittäjien-Fennia**

Rauhankatu 6
UUSIKAUPUNKI

Puh. 922-22970



POHJOLA-YHTIÖT
Pohjola • Suomi-Salama • Eurooppalainen

Koulukatu 3
UUSIKAUPUNKI

Puh. 922-23606



RASTI- VAKKANEN

VAKKA-RASTI

I / 1989

TAMMIKUU



HAASTEELLINEN VUOSI EDESSÄ

Vanha vuosi on taas mennyt ja uusi vuosi 1989 on alkanut. Nopeasti tuntuu nuo vuodet vain kuluvan jostain syystä. Teke- mistä on kai sitten riittänyt, koskapa aika ei tahdo millään riittää. Vai onko aika tullut pitkäksi? Myykö joku aikaansa seuran käyttöön? Itse olen näin tehnyt lupautuessani puheenjohtajana jatkamaan. Samoin ovat tehneet monet muut, jotka on valittu eri tehtäviin seuran toiminnassa.

Kulunut vuosi oli seuramme kannalta hyvä vuosi. Tilastot eivät ole kaikilta osin vielä valmiit, mutta silti voidaan jo nytkin hyvin sujunutta kautta perustella. Yksilötasolla voi jokainen arvioida kauttaan monelta eri näkövinkkeliltä ja si- ten päätyä tulokseen, jota ei tarvitse välttämättä julkaista! Hiihtokelit ovat jo tulleet ja jopa allekirjoittanutkin on jo ollut ladulla muutaman kerran. Pian alkavat myös suunnistustapahtumat tulla ajankohtaisiksi. Niin ja nythan ovat jo monet tutkineet alkukauden päiväkalenteriaa. Sinne on merkitty päivät ja viikonloput, milloin mennään minnekin, - jos on luvut kunnossa!!!

Tämän vuoden tavoitteista oli edellisessä Rastivakkasessa pääkohtia. Sovittujen tavoitteiden toteutus alkaa sopimalla toimenpiteistä, joita tullaan tekemään. Se työ on jo ilokseni alkanut. Hallitukseen on vaihtunut muutama henkilö samoin kuin eri jaostoihinkin. Uusia ajatuksia tulee varmasti esille toiminnan kehittämisessä. Meillä tulee olla tiera ja taitoa toteuttaa hyviksi todettuja asioita, samalla kuin hylkäämme vanhanaikaista honosti toimivaa. Mitä kaikkia uudistuksia sitten on tulossa? Vielä en osaa niistä mitään kertoa. Toivoisinikin kaikilta jäseniltä ideoita ja ajatuksia, joista voi jutella jaostojen puheenjohtajille ja jäsenille, hallituksen jäsenille ja tietysti myös minulle. Paljon rakentavia ehdotuksia - osa saadaan varmasti toteutukseen asti. Kun totean että

SEURAN VOIMA ON SEN JÄSENISTÖSSÄ

en varmaankaan ole väärässä. Seuran toiminta-ajatus on taas paikallaan kerrata. Se vastaa kysymykseen

MIKSI SEURA ON OLEMASSA ?

Suunnistusseura Vakka-Rasti ry:n toiminta-ajatuksena on harjoittaa ja kehittää suunnistustoimintaa Vakka-Suomen alueella niin, että mahdollisimman moni harrastaisi omien kykyjensä ja halujensa mukaan kunto-, kilpa- tai huippusuunnistusta.

Toivon jäsenistöltä mukanaoloa ja yhteen hiileen puhaltamista sekä aktiivisuutta. Sita meillä on ollutkin, mutta parantamisen varaa on monessa asiassa.

Tänä vuonna tulemme taas iloitsemaan yhdessä mm. yhteisillä kilpailumatkoilla, kuntorasteilla, leireillä, Isotonic - Tiomila - Jukolan huimassa, SM-kisoissa, hikiisillä ja raskailakin yhteislenkeillä, sekä monessa, monessa muussa.

HYVÄÄ JA TULOKSELLISTA VUODEN JATKOA

Raimo Reunanen

METSÄN TUNTUMASSA

Ihmiset ovat tänä päivänä liikkuvaista joukkoa ja tieliikenne paisuu päivä päivältä. Tienkäyttäjien joukossa me suunnistajat olemme melkoisen suuri ryhmä, ajatellaanpa vain miten usein matkaamme autolla kisoihin omassa maakunnassamme ja eri puolille maata.

Kasvavassa liikenteessä ei ole voitu välttyä vakaviltakaan onnettomuuksilta. Liikenneturmat, isoinkin otsikoin, ovat lehdissä rutiinia niin kauan kunnes jokin tapahtuma koskettaa sukulaisia, tuttavita tai lähipiiriä. Onnettomuudet puhuttelevat heti syvemmin.

Näin esimerkiksi Mynämäellä vuoden 1988 kolmanneksi viimeisenä päivänä sattunut, kaksi ihmishenkeä vaatinut onnettomuus muuttui puhut- televaksi, kun turma sivusi suunnistuspiirejä välillisesti. Onnettomuuden jälkeen rastilaisten ajatukset ovat askaroineet Juhanan, Hannan, Antin varmaan hiljennessä pihapiirissä Kalannin Haudonsaareissa. Me rastilaiset yritämme olla mitättömänä taustatukena tästä eteenpäin.

Tapahtuneita emme saa tapahtumattomiksi.

Elämän on jatkuttava ja vain ajan kulumisen auttaa.

Suunnistakaamme itse kukin varovasti liikenteeseen.

Veijo V.



KANSIKUVAN nuoripari on Suomenmestarihallia 1988. Kolkkanen Reeta voitti O20-sarjan päiväsuunnistuksen ja Nukin Teemu H40-sarjan yösuunnistuksen.

Toivotaan heille kuten muillekin vakkarastilaisille suunnistusonnea alkaneenakin vuotena. Seuratkoon rastimenestys VaRa:a kaiken tasoissa tapahtumissa!

Vakka-Rastin jäsenkunnassa on paljon maailmanmatkajia. Rasti-Vakkaseenkin olemme aina silloin tällöin saaneet juttuja eri puolilta maapalloa.

Vaihto-oppilaina olivat takavuosina mm. tutut nimet Heidi Perälä ja Riikka Itäranta. Parhaillaan ovat kaukana kotoa Sanna Alanissi (USA/Minnesota) ja Tiina Tervakangas (USA/Washington).

Rasti-Vakkanen tavoitti kirjeitse Alanissin Sannan ja heitti tälle kysymyksiä mm. että miten on mennyt? Onko kivaa eli kurjaa? Onko rasteja näkynyt? Miten tuli matkaan valmis- tauduttua? Onko tuttuja näkynyt? Millaisia ovat isäntäperheet ja muut maisemat?

Alla Oravapolkuvetäjämme Sannan North Starsien jääkiekkomatsin lomassa kirjoittama raportti:

Ameriikan matkan mietteitä

Tervehdys kaikille täältä Valtameren takaa!

Tämän paikan nimi on Evansville (kts. kartta). Olen täällä helmikuuhun asti ja sitten vaihdan perhettä ja paikkakuntaa. Evansvillen keskustassa on reilut 570 asukasta ja tulevassa paikassa Brendonissa vajaan 500. Tällä alueella on takuulla paljon enemmän eläimiä kuin ihmisiä. Niin ja osavaltio on nimeltään Minnesota tai Minnesouda, kuten se täällä lausutaan. Minnesota on yksi USA:n pohjoisimmista osavaltioista. Ei tämä kyllä yhtä pohjoisessa ole kuin Suomi, mutta kyllä täällä yhtä kylmää tuntuu olevan.

Ulkona on ihan koto-Suomen näköistä. Ainoita eroja ovat havupuiden puute ja järvien runsaus! Enhän ainakaan minä Ugissa paljon järviä nähnyt? Maastot ovat yleisesti ottaen suurinpiirtein samankaltaisia kuin Suomessa. Täällä on kyllä vähemmän mäkiä enkä ole nähnyt yhtään suota.

Ei ikinä uskoisi, että on tullut oltua täällä jo lähes viisi kuukautta. Apua. TIME REALLY FLIES. Mä lähdin Suomesta 7. elokuuta. Ensin olin New Yorkissa pari yötä. Siinä ajassa ehdin jo eksyäkin, muttei se nyt vakavaa ollut. Saavuin 9. elokuuta Minneapolis/St. Paul'in lentokentälle. Takaisin tulen viiden muun suomalaisen kanssa joskus heinäkuun loppupuolella (vuosi ei ole kyllä vielä tiedossa). Kesällä meillä on kaksi matkaa: parin viikon kanoottiretki ja kolmen viikon itärannikoiden osavaltioiden kiertomatka. JIPPIII!!

Tämä isäntäperheeni (Reddick) on todella mukava. "Isä" on nelikymppinen hupiveikko, joka käy aamuin illoin viihdyttämässä tyttöjään eli lypsämässä lehmiään (15 kpl). "Äiti" on kirkon sihteeri. Kumpikaan ei ole täyspäiväinen farmari. Laura 17-v. ja Tom 20-v. ovat myös mukavia. Seuraavassa perheessä (Zebarth) ei ole lapsia ollenkaan, mutta Glen & Kaye tuntuvat todella mukavilta.

Yleisesti ottaen täällä on kaikki mennyt loistavasti. Mukavinta on mennä ulos kavereiden kanssa ja matkustella. Myös kaikki rotary-kokoontumiset viehättävät. Joskus täällä ei ehdi nukkua tarpeeksi. Ja kamalin asia tähän mennessä on ollut Alissien paluu Brasiliaan.



Toistaiseksi en ole mitenkään hyötynyt suunnistustaidostani. Keväällä menen kertomaan partiolaisille suunnistuksesta. Useimmat eivät ole edes koskaan kuulleet suunnistuksesta. Olen kyllä yrittänyt selittää, mitä suunnistus on.

En ole tavannut ketään vanhoja tuttuja Suomesta. Tapaan kyllä joka kolmas kuukausi neljää suomalaista rotary -vaihto-oppilasta. Ullaa kaipaen kyllä useimmin.

Minä sain todella paljon ennakkovinkkejä monilta eri henkilöiltä ennen reissua. Täytyy kuitenkin muistaa, että USA on suuri maa, jossa eletään monenlaisissa olosuhteissa. Sitäpaitsi kaikkien muiden mielestä minnesotalaiset puhuvat hassusti. Kaupasta löytyy jopa kasetteja, jotka opettavat puhumaan minnesotalaisittain!

Lopuksi haluan lähettää terveisiä kaikille tutuille ja myös tuntemattomille. Yrittäkää vielä pärjätä ilman minua (Hehheh).

- Sanna

Vakka-Rastin ilmoittautumiset Tomin kautta

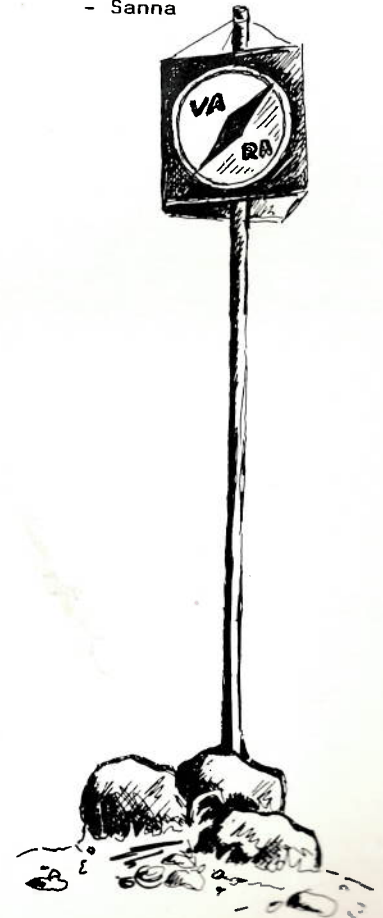
Vakka-Rastin suunnistajien ilmoittautumissihteerinä toimii Tomi Virtanen. Kansallisiin yms. suunnistuskilpailuihin haluavien on ilmoitauduttava Tomille vähintään kolme päivää ennen Suunnistaja-lehdessä mainittua ilmoittautumisaajan päättymistä.

Vakka-Rasti maksaa jäsentensä osanottomaksut suunnistuskilpailuihin. Kyse ei ole pikkupennosista, joten vakkarastilaisilta toivotaan huolellisuutta ilmoittautumisissa.

Tomi Virtasella (puh. 922-23488) on käytössä VaRa:n automaattinen puhelinvastaaaja. Kun vakkarastilaiset jättävät ilmoittautumisia automaattiin, pitää kertoa selkeästi oma nimi, kilpailu, sarja, mahdollinen kyytitarve ym. perusasiat.

Lisäksi ilmoittautumissihteerit Tomi toivoo, että mahdollisesti jälki-ilmoittautumaan joutuva VaRa-suunnistaja hoitaisi ilmoittautumisen itse. Samoin maksu pitää hoitaa itse. Seuralta voi sitten aikanaan tositetta vastaan periä normaalimaksun osan takaisin.

Ilmoittautumisissa on Vakka-Rastinkin osalta kyse sen verran suurista rahoista, että niitä ei pidä tehdä "varmuuden vuoksi". Kisoihin pitää myös mennä, kun on ilmoittautunut. Jos tulee kuitenkin yllättävä este, sairastuminen tms., pitää hankkia itselle sijainen.



PIIRIN MESTARUUSKILPAILUT



KILPAILUSARJAT SUUNNISTUKSEN PIIRIN MESTARUUSKILPAILUJESSA 1982

Kilpailumuoto Sarja	H21	H35	H40	H45	H50	H55	H60	H65	H70	H19-20	H17-18	H15-16	H13-14	H11-12	H-10
päiväkilpailu	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x
yökilpailu	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x
pitkä matka	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x
partiokilpailu	x	x	x	x	x	x	x	x	x	H17-20	x	x	x	x	x
viestikilpailu	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x
latusuunnistus	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x
hiihtosuunnistus	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x
hiihtosuunnistusviesti	x	x	x	x	x	x	x	x	x	H17-20	x	x	H11-14	x	x
	D21	D35	D40	D45	D50	D19-20	D17-18	D15-16	D13-14	D11-12	D-10				
päiväkilpailu	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x
yökilpailu	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x
pitkä matka	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x
partiokilpailu	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x
viestikilpailu	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x
latusuunnistus	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x
hiihtosuunnistus	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x
hiihtosuunnistusviesti	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x

- 1) saavat taivaltaa koko matkan yhdessä
- 2) reitti-viiva

OHJEITA PM-KISOJEN JÄRJESTÄJILLE:
(ja myös osanottajille)

- Kutsu lähetetään seuroille kuukautta ennen kilpailua. Kesän pm-kutsut pyritään lähettämään kerralla.
- Ilmoittautuminen päättyy viikkoa ennen kilpailua. Viikonlopun pm-kisan viimeinen ilm.päivä on maanantai. (Huom: Vakkarastilaisten ilmoittautumiset Tomille 3 päivää em. ajankohtaa aikaisemmin!).
- Jälki-ilmoittautumisia ei hyväksytä.
- Järjestäjä lähettää tulokset suoraan osallistuneille seuroille ja piiriin.
- Ulkoista tiedottamista parannetaan vähintään kansallisten kilpailujen tasolle. Tulokset toimitetaan ripeästi lehdistölle.
- Pm-kilpailujen johtajille ja ratamestareille piiri-valvoja Anssi Saarinen on luvannut järjestää yhteisen koulutus-/tiedotuspalaverin.



MATKAT

VAKKA-RASTIN HALLITUS on vuoden ensimmäisessä kokouksessaan vahvistanut seuralle ns. matkustusohjesäännön ja kustannusten korvausperusteet. Ohjeet ja korvausperusteet ovat samat kuin parina aikaisempanakin vuotena:

MATKAKULUT korvataan; kaikki kilpailijat:

- SM-, pm- ja Cup-kilpailuihin sekä seuraotteluihin,
- valmennusjaoston nimeämiin viesti-, tarkkailu- ja katsastus-kilpailuihin,
- muihin suunnistuskilpailuihin, joihin seura järjestää linja-autolla yhteiskuljetuksen (omien autojen kuluja ei tällöin korvata),
- valmennusjaoston nimeämiin harjoitus- ja valmennustilaisuuksiin hyväksytyn suunnitelman mukaan.

MATKAKULUT korvataan; nuoret kilpailijat (alle 18-vuotiaat):

- piirikunnalliset suunnistuskilpailut,
- lähimmät kansalliset suunnistuskilpailut.

MATKAKORVAUKSENA seura maksaa omaa autoa käytettäessä osallistuvasta kilpailijasta 0,20 mk/km.



MATKALASKUT hyväksyy VaRa:n puheenjohtaja (Raimo Reunanen). Matkalaskun on perustuttava tarkoin eritelttyyn laskelmaan (kilpailun nimi, pvm, mihin, km:t, kilp.nimet, saajan pankki).

(SEURA EI KORVAA korvausperusteiden ulkopuolelle jäävien yksittäisten eri puolilla maata pidettävien kilpailujen matkakuluja, esim. loma-matkoilla tapahtuvat kilpailut ja erilaiset rastiviikot. Seuran järjestäessä linja-autokuljetuksen ei muita matkustusvaihtoehtoja korvata.)

KAKSI HARJOITUSTA PÄIVÄSSÄ — PARAS VAIHTOEHTO MYÖS KUNTOILIJALLE?

JUOKSIJA -lehti 11/88

Johan Engholm on Ruotsin parhaita keskimatkureita. Hän kirjoittaa Jogging-lehdessä, mitä harjoittelu kaksi kertaa päivässä saa aikaan. Lehden toimituksen mielestä, myös "vakavan kuntoilijan" kannattaa harkita asiaa. Olemme poimineet ydinkohdat Engholmin juursta:

"Kahdesti päivässä harjoittelu ei välttämättä merkitse harjoittelun muodostumista kaksi kertaa aikaisempaa raskaammaksi. Päivän toinen harjoitus voi päinvastoin keventää pääharjoituksen rasittavuutta!

Kahdesti päivässä tapahtuvaan harjoitteluun siirtyään usein silloin, kun kunto

ei tunnu enää kehittyvän ensisellä harjoittelulla. Päivän harjoitusta on pidennetty ja pidennetty, mutta ennen pitkää ei kehitystä enää tahdu. Tällaisessa tapauksessa palautuminen saattaa tulla ongelmaksi. Illan lenkkiä voi lyhentää ottamalla ohjelman lyhemmän aamu-harjoituksen. Kokonaiskilometrimäärää saadaan nostetuksi ilman, että yhdellä kertaa tarvitsee juosta liian pitkiä lenkkejä.

Pyrkimys lisätä tehoa harjoitteluun on toinen syy kahteen harjoituskertaan siirtymiseen. Kun aamulenkkiä saadaan kasaan kilometrejä, niin toisessa harjoituksessa on helpompi keskitt

tyä laatuun.

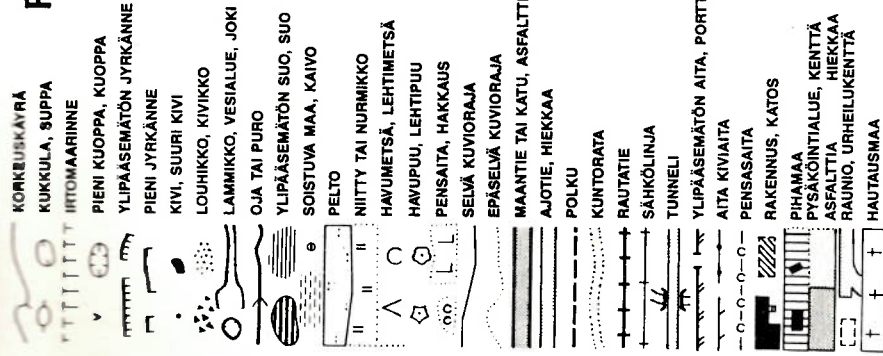
Kolmas syy on palautumisen helpottuminen. Kevyt aamulenkki edellisillan kovaa harjoituksen jälkeen auttaa poistamaan harjoitus-kaukua ja seuraavan illan harjoitus sujuu paremmin.

Unen tarve on kuitenkin tyydytettävä. On mentävä nukkumaan riittävän aikaisin, että ehtii harjoittelemaan aamulla. Jos on aloitettava työnteko epätavallisen aikaisin aamulla, silloin kannattaa jättää aamulenkki väliin. On mahdoton yhdistelmä lisätä harjoittelua ja vähentää nukkumista.

Harjoitusten välisestä sopivasta aikarosta on vaikea sanoa mitään. Jos harjoitel-

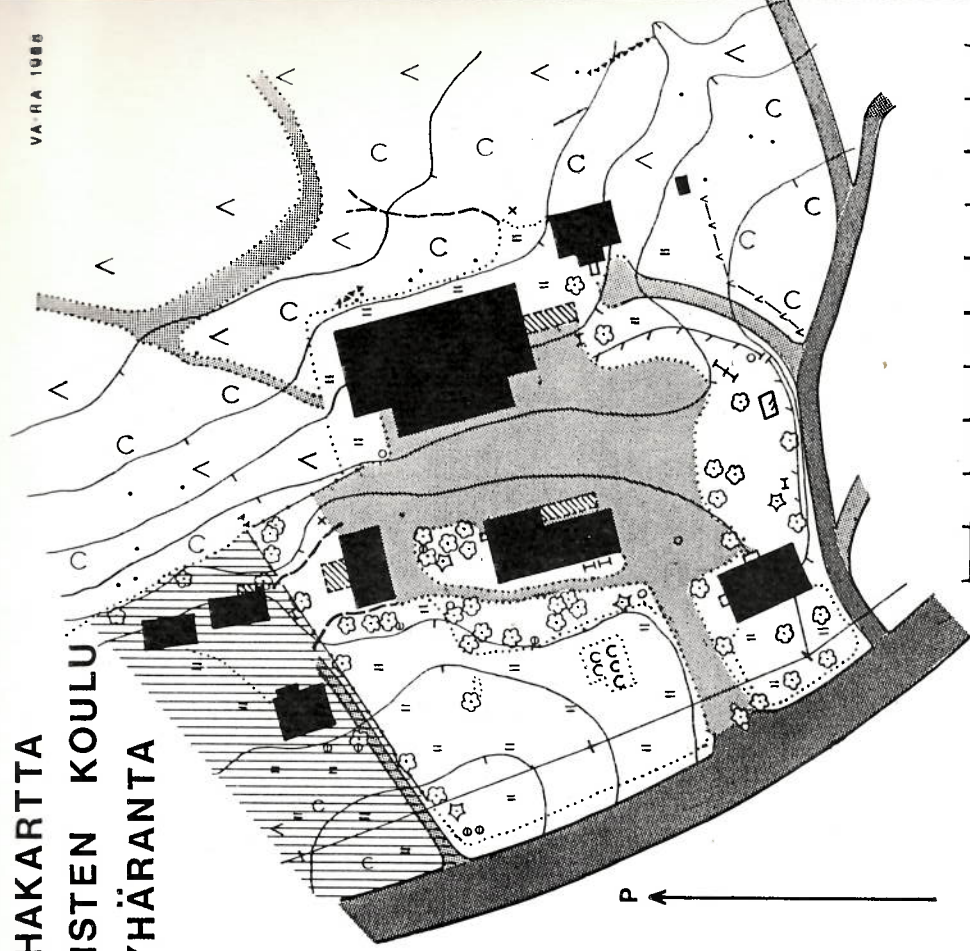
laan ennen aamiaista ja toinen harjoitus tehdään ilta-päivällä tai illalla, niin palautumisaika on riittävä. Vaikeampi yhdistelmä on syödä aamulla ensin aamiaisen ja juosta sen jälkeen. Käytännön kokemusten mukaan tämä ei tahdo onnistua. Samaten useimmilla on vaikeuksia tehdä päivän kovempi harjoitus aamulla.

On tärkeää, ettei aamun harjoituksessa rutisteta liikaa. Lenkin pituus ei saa ylittää puolta illan pääharjoituksesta. Puoli tuntia on sopiva aika, sen jälkeen harjoittelu tulee aika tavalla raskaammaksi. Tämä johtuu tyhjistä vatsasta.



PIHAKARTTA ROHDAISTEN KOULU PYHÄRANTA

VA RA 1988



Varsinais-Suomen piirin suunnistuksessa on läpiviety koulujen pihakartta -projekti jo jonkun aikaa. Tarkoituksena on saada joko mustavalkoinen pihakartta tai värillinen opetuskartta piirime kaikkien koulujen tuntumasta.

Vakka-Rasti sai pihakarttojen teon käynnistettyä syyskesällä, kun Saimin Aare teki ensimmäisen Pyhämaan k:n koululta. Toinen samanmoinen syntyi aivan vuoden lopulla allemerkinneen & Aarren voimin Pyhärannan Rohdaisista.

Tarkoituksena on saada lasten, Oravien alkeisopetuskäyttöön selvälukuisia, suurimittakaavaisia karttoja tutuista ympäristöistä. Kartat painetaan (kopioidaan) mustavalkoisina ja VaRa:n vuoden -89 toimintasuunnitelmassa ovat seuraavat pihat:

- Haapaniemen ala-aste
- Hakametsän ala-aste
- Kamelin ala-aste
- Lokalahden ala-aste
- Pohitullin ala-aste
- Seikowin ala-aste
- Saarniston ala-aste
- Hallun ala-aste
- Lahden ala-aste
- Männäisten ala-aste
- Pohjoiskulman ala-aste
- Sairisten ala-aste

Viereisellä sivulla olevan Pyhärannan kartan maastotyöhön kului aikaa 4 tuntia, mikä mielessäni oli yllättävän paljon. Mutta suuri mittakaava vaatii maastossa tarkkuutta, kun kohteet on saatava paikalleen alle 1-2 m:n virhemarginaalilla. Toisaalta maastosta "löytyi" paljon sellaista tavaraa, jota en ollut koskaan ennen nähnyt, vaikka olen käynyt pihalla satoja kertoja. Lisäksi minulta meni maastokonseptin puhtaaksi piirtämiseen 1,5 tuntia ja Aarrelta ilmeisesti toinen samanverta varsinaisessa piirtämisessä.

Aikaisemmasta kartoituskokemuksesta on pihakartan teossa hyöttyä, mutta onnistuu se varmasti

ensikertalaiseltakin. Itselleni uutta oli suora-kulmatekniikan (vrt. piirros alla) omaksuminen. Kompassia en käyttänyt, viivainta sitä enemmän.

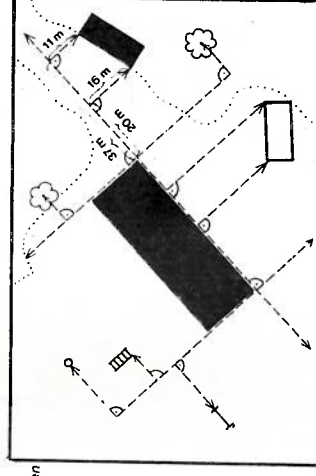
Jotta VaRa-pihakarttoja alkaisi keväällä syntyä, lähdetään joukolla liikkeelle! Yhden päivänpuolikaan uhraaminen lasten hyväksi ei ole paljon ja homma saadaan ennen rastikesää kätevästi pois käsistä (emmethän voi edellyttää, että yksi nimetty karttamies tekisi kaiken yksin!).

Pihakartan teosta on pieni opaskirja, jonka voit pyytää kartoitusohjaaja-Aarrelta. Hän myös neuvoa mielellään työn toteutusta ja hankkii tarvittavat pohjamateriaalit.

Veijo V.

PS: Pihakarttojen teossa pääsee mukavasti kosketuksiin ihmisten kanssa ja voi ohimennen markkinoida suunnistusta. Mm. Rohdaisissa muuan Arolan Antti lenkkinsä lomassa kyseli, että onkos suunnistaja eksynyt? Varmuuden vuoksi hän vielä näytti suunnan kohti Pyhärannan kirkon tornia. - Kiitos vain, löysinpä sitten kotini.

Pihakartan laatiminen



NÄIN METSÄ VASTAA

Vakka-Rasti tiedottaa toiminnastaan Uudenkaupungin Sanomien Seuratoiminta -palstalla, VaRa TOIMII otsikon alla. Palsta julkaistaan enintään pari kertaa viikossa. Palstan tiedot Tomi Virtaselle, puh. (922) 23488 (myös puh.automaattiin) tai postitse os. Nokikanakuja 3, 23520 UKI 2.

Vakka-Rastin muuhun sisäiseen tiedotukseen on tämä seura-lehemme Rasti-Vakkanen käytettävissä. Vuonna 1989 lehti kootaan vielä maaliskuussa, huhtikuussa (tabloid joka kotiin), elokuussa ja marraskuussa. Toimitusosoite takasivulla.

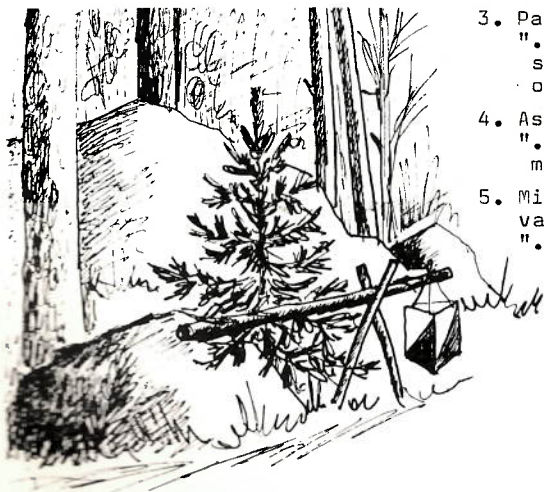
Rasti-Vakkasen valmistus on nykysysteemin työläs tapahtuma. Lehden valmistusta auttaa mukavasti avustajakunta kirjoittel-millaan. Ne ovat aina tervetulleita ja lähes kaikki on myös julkaistu!

Seuralehdessämme tärkeinä asioina pitäisi olla jaostojen toimintatietoja tulevista tapahtumista, esim. 1-2 kk:ta eteenpäin. Myös nuorten jutut pääsevät aina palstoille eikä valmennustekstikään olisi pahitteeksi.

Ja koska Rasti-Vakkasessa saisi myös olla enemmän henkilö-haastatteluja, julkaisemme jutun muutaman vuoden takaa. Se ei ole ennen päässyt lehteen, koska jäljet viittaavat M. Lörpöttiin? Liekö muuten ko. haastateltu koskaan huomannut, että häntä on haastateltu:

RAILI VIENOLA

1. Mikä on kengännumerosi?
"En minä anna mitään haastattelua..."
2. Milloin ja miksi aloitit?
"...sitten te kuitenkin laitatte sen Rasti-Vakkaseen..."
3. Paljonko harjoittelet?
"...ja kirjoitatte kaikkea sellaista, mitä minä en ole sanonut..."
4. Asemasi seurassa?
"...haastatelkaa jotakuta muuta minun sijastani..."
5. Mikä on suunnistuksessa vaikeinta?
"...EI TAVUAKAAN ENÄÄ!!!"



Ei pas pussat
papurukkasel
suul.

TUOTEUUTUUKSIA

Vakka-Rastille hankitaan jo kevääksi seuran suunnistusasuusteistoa täydentävät, seuran värejä mukailevat TRIKOOT.

Trikoot ovat lyöneet itsensä läpi ainakin huippujen käytössä ja parhaiten niiden lämpöarvosta hyöttyy sekä kevään että syksyn viileillä keleillä.

Trikoissa on myös se "hyvä puoli", että ne ovat suhteellisen kalliit. Näin aivan arkitreeneihin ja Oraville niitä ei kannattane hankkia. Niin, ja ihoa myötäilevä "rikoo on riskillä ruma"...

Trikoot -projektia hoitaa VaRa:ssa varustepäällikkö Heikki Vennelä, jolle voi ohjata alustavat tilaukset. Jos nyt joku hankkii trikoot jo aivan heti, suosittelemme kirkkaansinisiä - ne eivät riko VaRa:n tuttua sini-puna-valko väritystä!

KUVA: Trikoita on mukava pitää ja ... kiva katsella!



Joulun alla ilmestyi perinteinen RASTIVUOSI 1988 -kirja, joka kokosi vuoden tärkeimmät suunnistustapahtumat pähkinänkuoreen, koviin kansiin ja 248 sivulle. Kirjassa on mm:

- 40 värikartta- ja kuvasivua mukanaan parhaiden reitit,
- Runsaasti suunnistajien kommentteja ja reittianalyysseja,
- Perusteellinen ja helppokäyttöinen tilasto-osa,
- Kaikkiaan n. 70 karttaa ja 200 valokuvaa.

Rastivuosi -kirja ilmestyi nyt seitsemännen kerran. Muistaakseni joskus taannoin puheenjohtajamme Rasti-Paimo sanoi, "ettei osta sikaa säkissä, edes suunnistuskirjaa". Nyt kirjalla on jo niin paljon vuosia takana, että uskallan suositella sitä ainakin jokaiseen aktiivisuunnistusperheeseen (huolimatta noin 250 mk:n "mukavasta" hinnasta).

Ja entäpä viime vuoden kirja vakkarastilaisittain. Seuramme aktiiveista löytyvät kirjan kuvista selvästi tunnistettavina ainakin Koskivaaran Eija, Kolkkalan Reeta ja Riina, Nukin Teemu, Verhan Maija, Sorrin Seppo, Salmin Aarre, Paulan Seppo, Meriläisen Petri ja Pullin Janne.

Veijo V.

Julkaisija:
SVUL:n
Varsinais-Suomen piiri

URHEILU-88

Toimitus:
tiedotusvaliokunta

SUUNNISTUS

Reetamari Kolkkala Va-Ra, D20 päivämestaruus

Helena Mannervesi PaiRa, D40 yö- ja päivämest.

Angelnien Ankkurit (Hannu Kurppa, Seppo Väli-Klemelä, Jussi Salusvuori) D35 viesti

SVUL:n Varsinais-Suomen piiri julkaisi perinteisen joululehden, jonka sisältö oli monipuolisen hyvää luettavaa. Mutta tilasto-osastossa ainakin suunnistuksen kohdalla oli 1988 Suomen Mestareiden listassa virheitä ja pahoja puutteita. SM-voittajista puolet oli unohtunut???

Pilkuntarkasti lukien piirilehden listassa oli seuraavat virheet:

- Reetan nimi oikein kirjoitettuna on Reeta-Mari ja Vakka-Rastin seuralyyhenne VaRa.
- Helena Mannervesi voitti myös SM-pitkät matkat ja Paimion Rastin seuralyyhenne on PR.
- Angelnien suunnistusseura on Ankkuri ja ikämiesten sarja oli H35. Sitäpaitsi pojat juoksivat järjestyksessä Jussi - Seppo - Hannu.

Helena Mannerveden jo mainitun kolmannen mestaruuden lisäksi piirilehden listasta puuttuivat:

- Turun Suunnistajat (Aimo Mononen, Jouko Nikulainen, Aarne Neuvonen) H55 hiihtosuunnistusviesti.
- Jussi Salusvuori Anga H40 pitkät matkat -mestaruus.
- Teemu Nukki VaRa H40 yömestaruus.

SUOMEN MESTARIT

YHTEISLENKILLA HAVAITTUA...

Tiistaisin kello 17.30 lähtee joukko vakkarastilaisia yhteislenkille uuden loistavan uimahallimme edestä. Mukana on ollut muutaman viimeisen kerran eräs "nuorimies", jolla on mukanaan valko-musta-pilkullinen koira. Rotua en osaa sanoa - ikävä kyllä. Välillä koira vetää miestä eteenpäin ja sivulle niin että tossut vilkkuvat ja ainakin minä tarvitsisin piikkarit pysyäkseni pystyssä. Toisinaan (aika usein) taas koira jää jonkin pylvään juureen hetkeksi, ja mies tietenkin jää porukasta jälkeen ottaakseen kovalla vauhdilla meidät taas kiinni. Oman lisänsä tähän yhteislenkin kuvioihin on tuonut kaupungin muut koirat, jotka sattuvat matkan varrelle! Saattajat kun sattuvat olemaan nuoria myöskin ja niin vain on käynyt, että sinne jäivät koirat ja muut.??? Ainaskin pari viimeistä kertaa.

Onkohan kyseessä uusi vetoharjoittelumuoto, intervalli vai se kauan odotettu rastivainun oppimismuoto?

Rasti-Raimo

Maailman ainutlaatuisin Saab-kokoelma Uudessakaupungissa.



Oy SAAB-VALMET Ab

AQUARIUS

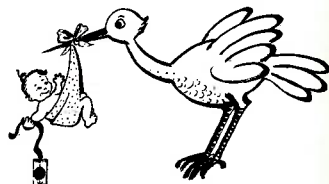
ENEMMÄN KUIN HOTELLI
MERA ÄN ETT HOTELL

Kullervontie 11 B, 23500 Uusikaupunki,
puh./tel. (922) 131 23, (922) 161 35, telefax (922) 135 40

PALOJA

-

- Vakka-Rastin hallituksen jäsen, seuramme Kalanti-jaoston puheenjohtaja Pekka Raula ynnä vaimonsa Pirkko ovat saaneet joululahjaksi tytön 23.12.1988. Rastilaisten onnittelut perheenisäyksen johdosta!



Syntyneita

JÄSENASIAA

- Jyväskylän suunnistaja-Pirjo opiskelee Raumalla ja hänellä on tuttua jyskettä myös Nousiaisten suuntaan. Viime vuoden valtakunnallisella ranki-listalla hän oli sijalla 56. Pirjo on D21-sarjan joukkueisiin hyvä vahvistus.

TERVETULOA SEURAAMME, uudet jäsenet!

- Vakka-Rastin edustuksesta ovat vuoden vaihteessa luopuneet nuoret miehet Tommi Tervakangas (uusi seura LaJy) ja Esa Ylöstalo (TuS). Kiitos Vakka-Rastin hyväksi annetusta moninaisesta panoksesta, pojat! Lisäksi seurastamme on eronnut Pyhärannan kasvatti Tarja Villman liittyttyään kotipaikkansa Joensuun Kalevan Rastiin. Kiitos mukanaolosta mm. Venla-vauhdissa, Tarja!
- Vakka-Rastin **JÄSENMAKSUT** tullaan laskuttamaan heti alkuvuodesta 1989, joten tarkkaile postiasi ja painu sitten pankkiin! Samoin liiton tulostamat **LISENSSIT** ovat tulossa aktiiveille. VaRa-hallitus on päättänyt, että jokainen maksaa itse oman lisenssinsä, koska siitä tuleva vakuutusturva on myös henkilökohtainen.
- Jos joku jäsen haluaa erota Vakka-Rastista, niin pyydämme siitä kohteli-
aimmin ilmoittamaan os. VaRa ry, Nordströminkatu 5, 23500 Uusikaupunki.
- Myös osoitteenmuutoksen tekeminen on ehdottoman tärkeä asia. Se käy
alla olevalla lomakkeella (lehtiosoitteen muutoksesta välittyy tieto myös
jäsenkirjurille!).

Osoite oikein!

Osoitteen muutos..../.... 19.. alkaen

Entinen

Nimi

Lähiosoite

Postinumero ja postitoimipaikka
UUSI OSOITE:

Lähiosoite

Postinumero ja postitoimipaikka**Päiväys ja allekirjoitus**

Virheellisen postiosoitteen käyttö aiheuttaa lähetyksen viivästymisen.

**Maksutta koti-
maan postilii-
kenteessä**

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

Pyydetään
palauttamaan,
ellei vastaan-
ottajaa tavata:

VAKKA-RASTI ry
/Veijo Viitanen
Urheilutie 1aB14
23800 LAITILA



Vakka-Rasti ry:n hallitus v. 1989

Puheenjohtaja
RAIMO REUNANEN
k. 23587
t. 1524801

Sihteeri
OUTI NURMI
k. 22922

Talousohj.(rahastonhoit.)
HEIKKI VENNELÄ
k. 23036
t. 23271

Kartoitusohjaaja
AARRE SALMI
k. 12003
t. 130240

Valmennusjaoston pj.
MATTI SALONEN
k. 12774
t. 155428

Kuntojaoston pj.
ERKKI TEIVAALA
k. 12542
t. 1523205

Kalanti-jaoston pj.
PEKKA RAULA
k. 19312

Jäsen
RIKU SALMINEN
k. 12538
t. 1527222

Tiedotussihteeri
VEIJO VIITANEN
k. 54812
k. 938-58042
t. 51505

Vakka-Rasti ry:n toimihenkilöitä v. 1989

Kirjanpitäjä
KIRSTI TERVAKANGAS
k. 70261

Jäsenkirjuri
ELLEN VALIO
k. 23767

Leikekirjanpitäjä
VALTER HIRVONEN
k. 23486

Seuravarastonhoitaja
KAUKO KIISKI
k. 23370

Varapuheenjohtaja
TEUVO SUIKKANEN
k. 16972
t. 938-3611

Kilpailujaoston pj.
KOITTO VERHA
k. 12515
t. 24311/158

Nuorisajaoston pj.
KATI VÄYRYNEN
k. 16902
t. 51051

Jäsen
TAPANI RAUTAVUOMA
k. 13192
t. 154340

Lehtiasiamies
LEO RANKI
k. 21470

Ilmoittautumissiht.
TOMI VIRTANEN
k. 23488

Rasti-Vakkenen
Vakka-Rasti ry:n seuralahti

Vastaava toimittaja
Veijo Viitanen
Urheilutie 1 B 14
23800 LAITILA

Painopalkka
Laitilan Kirjapaino Ky



RASTI- VAKKANEN VAKKA-RASTI

2 / 1989

HUHTIKUU

