

Pyydetään palauttamaan,
ellei vastaanottajaa tavata:

2

VaRa ry / Veijo Viitanen
Urheilutie 1 a B 14
23800 LAITILA

Vakka-Rasti ry:n hallitus v. 1995

Puheenjohtaja RIKU SALMINEN k. 940-5034194 t. (922) 1527222	Siht./Seuratoim.jaosto OUTI NURMI k. (922) 8422922 t. (922) 8416288	Nuorisajaosto SEIJA KANKAANPÄÄ k. (922) 8418756 t. (922) 8424341
Kilp.järjestelyjaosto KOITTO VERHA k. (922) 8412515	Valmennusjaosto JUHO VIRONEN k. (922) 8416020 t. (922) 3311338	Kunto-retkeilyjaosto TEIJO SIRNIÖ k. (922) 8414272 t. (922) 8412780
Talousohj./Rahastonhoit. HEIKKI VENNELÄ k. (922) 8423036 t. (922) 8423271	Kartoitusohjaaja AARRE SALMI k. (922) 8412003 t. (922) 8450540	Tiedotussihteeri VEIJO VIITANEN k. (938) 8258042 t. (922) 54812
Varapuh.joht./Jäsen TAPANI RAUTAVUOMA k. (922) 8413192 t. (922) 154300	Jäsen TIMO PENTTILÄ k. (922) 874042	Jäsen KATI VÄYRYNEN k. (922) 8416902 t. (922) 599232

Vakka-Rasti ry:n toimihenkilöitä v. 1995

Kirjanpitäjä MAARIA RITASALO k. (922) 8422708 t. (922) 8413727	Lehtiasiamies LEO RANKI k. (922) 8421470 U:ki k. (922) 878221 T-salo	Ilmoittautumissihteeri SEPPO SORRI k. (922) 8413372
Leikekirjanpitäjä VALTER HIRVONEN k. (922) 8423486	VSS ry:n alueohjaaja RAIMO REUNANEN k. (922) 8423587	Kuntorastiyhteyshenkilö MATTI JALAVA k. (922) 8414500

Rasti-Vakkanen

Vakka-Rasti ry:n
seuralehti

Vastaava toimittaja

Veijo Viitanen
Urheilutie 1 a B 14
23800 Laitila

Painopaikka

Laitilan
Kirjapaino Ky



20



RASTI- VAKKANEN VAKKA-RASTI

1 / 1995

KESÄKUU





VAKKA-RASTI ry
Nordströminkatu 5
23500 UUSIKAUPUNKI

* Pankkiyhteys *
U:gin Seudun OP
549 102--210 616

* Jäsenmaksut *
80 mk Aikuiset
160 mk Perhemaksu
30 mk Nuoret, seniorit

* Lisenssimaksut *
Seura ei maksa kilpailu-
lisenasseja. Lisenssin
vakuutusturva on
henkilökohtainen etu.

* Laskujen hyväksyntä *
VaRa-toimintalaskut
hyväksyy seuran pj.
Laskuissa oltava ko-
jaoston pj:n käsittely-
merkinnät.

* Hallituskokoukset *
VaRa-hallitus kokoontuu
kunkin kk:n toisena
keskiviikkona klo 18,30
(ei heinäkuussa eikä
joulukuussa).

* Vakuutustoiminta *
Vakuutusasiames-
toiminnan yhteydet:
- Pohjola-Yhtiöt
- Vak. Oy Sampo
- Tapiola
Vakuutuksia tehtäessä
pyydettyä "kohteeksi"
VaRa-asioimisto. Näin
palkkio seuralle.

Puheenjohtajan palsta

Kuntorastit on suunnistuksen muoto, jonka kautta oravapolkuihin jo ohittaneet harrastajat löytävät lajimme pariin. Uudet rastilaiset ovat luonnollisesti erittäin tervetulleita suunnistamaan, mutta näkykö tämä myös käytännössä?

On todennäköistä, että ensimmäisen kerran rasteille tuleva on 'yhtenä kysymysmerkinä'. - Mitä varusteita tarvitaan? Mikä on kilpailukortti - onko täällä pakko kilpailla? Mistä saa kartan? Millaisia ratoja on tarjolla? Piirretäänkö rastit itse? Eiväthän rastit ole piilossa? Voiko suunnistaa ryhmässä? Voinko suunnistaa ilman ajanottoa? Ovatko kuvalliset rastinmäärittelyt joku vanha sumerilainen keksintö, vai...??

Kuntorastien konkareille kartat ja kortit ovat tuttuja jo vuosien varrelta. Aloittelevalla suunnistajalla sen sijaan on (ainakin mielessään) kysymysten tulva. Apua voisi saada kokeneemmilta - jos uskaltaa häiritä kysymyksillään mallikartan ympärillä kyykkiviä suunnistajia. Myös suunnistukseen oleellisesti oppimis- ja viihtymismielessä liittyvän jossittelun ja jälkipelin tapojen soisi siirtyvän kokeneemmilta myös uusille harrastajille.

Kuntorastien ratamestarilla on toki 'viran puolesta' tärkeä rooli siinä, ettei kenenkään suunnistusura lopu lyhyeen. Kuitenkin aivan yhtä tärkeää on se, apu ja ystävällisyys, jota jokainen kuntorasteille osallistuva voi lähtö- ja maalipaikalla sekä metsässä tarjota. Auttakaamme siis ystävällisesti ja kärsivällisesti kaikkia tarvitsevia, ettei vanha suunnistajan sananlasku toteudu:

'Kysyvä ei tiedä minne eksyy' ...

Ystävällisin terveisin

KANSIKUVA

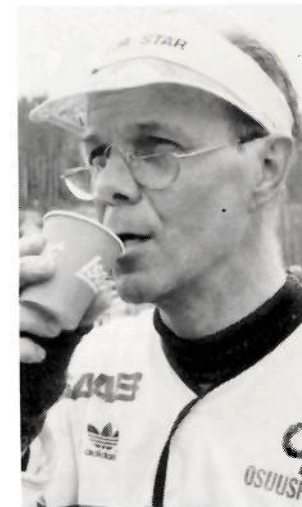
Kansikuvassa yksi kevään tyylikkäämmistä leimauksista Kuntorasteilla Pyhämaassa.

SISÄSIVUN KUVASARJA

Kuvasarjassa rastilaisten riemuja Rauliossa. Asut osoittavat, että kevään keli on ollut kolea. Mutta vauhtia on löytynyt, mitä muutakaan eräiden kuvien epätarkkuus voi todistaa...

Rasti-Raimo alueohjaajaksi

Nimi: -- Raimo Reunanen, Rasti-Raimo
Ikä/sarja: -- lokakuussa 59 v.;
sarja H55 vielä tämä vuosi
Harrastukset: -- suunnistus, tennis (!),
mökkeily Putsaareissa 1/2 vuotta
Puuhastelut: -- elämä Leenan (vaimon) kanssa
Tehtävät: -- v. 1995 alkaen Varsinais-Suomen
Suunnistus ry:n alueohjaaja;
-- 1995-99 Suomen Suunnistusliiton
liittovaltuuston varajäsen



Mitä kuuluu, Varsinais-Suomen Suunnistus ry:n uusi alueohjaaja?
-- Kiitos, hyvin on alku lähtenyt. Piirin asiat ovat aika hyvin koko Suomi huomioiden.

Tehtäväsi VSS:n alueohjaajana?
-- Koordinoin alueiden toimintaa asetettujen tavoitteiden mukaan.
-- Olen myös puheenjohtajan varamies. Oheisprojektinani ratamestarikoulutus.

Mikä on mielestäsi em. tehtävässä tärkeintä?
-- Aktiivinen osallistuminen ja vaikuttaminen.

Tavoitteesi piiriäoston toimintakaudelle?
-- Piirin asioiden hoitoon perehtyminen sekä eri alueiden toimintaan tutustuminen.

Löytyykö Vakka-Suomesta eväitä/vietävää muualle piiriin?
-- Löytyy! Tietoja ja taitoja on kehittämistyön perustaksi.

Mitä ideoita toivot kentältä, esim. vakkarastilaisilta?
-- Kertokaa huolistanne.
-- Esittää uusia suunnistuksellisia ajatuksia.

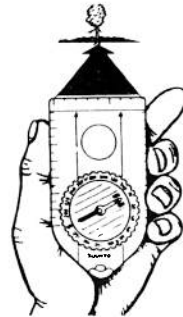
Miten Sinut parhaiten tavoittaa?
-- Posti kulkee Keulatielle Uuteenkaupunkiin. Puhelinkin on ja matkapuhelin on
hankkeilla myös Putsaareen.
-- Vähäisen kyyhkyskannan takia posti ei ainakaan vielä lennä Putsaareen.

Terveisesi Rasti-Vakkasen lukijoille?
-- Jäsenet ovat seuran voimavara. Toisin sanoen seura toimii juuri niin hyvin kuin sen
jäsenet toimivat!
-- Suunnistuskautsi on alkanut - ihanaa.



Vakka-Rastin hallitus teki päätökset v. 1995 ensimmäisessä kokouksessaan osanottomaksujen ja muiden kilpailukulujen maksamisesta sekä matkakustannusten korvauserusteista.

Ohjeet ovat entisten kaltaisia. Jäsenistön toivotaan noudattavan erityistä huolellisuutta esim. ilmoittautumisissa. "Kimppakyydit" kisoihin ovat tärkeitä. Säästäväisyys on arvokasta. Turhiin kuluihin seuralla ei ole varaa, sillä tulojakaan ei kilahda kassaan helposti.



Kilpailujen osanottomaksut

- Suunnistuskilpailujen osanottomaksut maksetaan (vrt. rajoitukset).
- SM-Erävaelluksen osanottomaksut maksetaan.
- Rajoitukset:
 - * Vain yksi kauden rastiviikko (Kainuu, FIN5, O-Ringen tai vast.) maksetaan.
 - * Mikäli yksilön valmentautuminen tai seuran nuorisotyö vaatii, useampikin rasti-
viikko maksetaan (valmennusjaoston/nuorisajaoston eri päätöksin).
 - * Muiden seurojen järjestämien kuntosuunnistusten osanottomaksuja **ei makseta.**
- **Kilpailuihin ilmoittautuneilta, mutta niistä poisjääneiltä, peritään osanottomaksut takaisin seuran tilille.**

Muut kilpailukulut

- Suunnistuksen kilpailuihin liittyviä muita kuluja ei korvata (esim. majoitusmaksut, laiva-
matkojen hyttipaikat, ruokailut yms. elantomenot, teltpapaikat, parkkimaksut).
- Valmentautumisen tai nuorisotyön kulut kuitenkin erillisen, ko. jaoston päätöksen
perusteella (esim. valmennusleirimajoitukset, nuorisoleirit) saatetaan korvata.

Kilpailujen matkakulut

- Matkakulut korvataan (kaikki kilpailijat):
 - * SM- ja pm-kilpailuihin.
 - * Muihin suunnistuskilpailuihin, joihin seura järjestää linja-autolla yhteiskuljetuksen
(omien autojen kuluja ei tällöin korvata).
 - * Valmennusjaoston nimeämiin viesti-, tarkkailu- ja katsastuskilpailuihin.
 - * Valmennusjaoston nimeämiin harjoitus- ja valmennustilaisuuksiin.
- Matkakulut korvataan (alle 18-v. nuoret kilpailijat):
 - * Lähimmät kansalliset suunnistuskilpailut.
- Matkakorvauksena seura maksaa omaa autoa käytettäessä osall. kilpailijasta 0,25 mk/km.
- Matkalaskut hyväksyy Vakka-Rastin puheenjohtaja. Laskun on perustuttava tarkoin
eriteltyn laskelmaan (kilpailu, pvm, km:t, kilpailijoiden nimet, maksun saaja, pankkitili).
- Seura ei korvaa korvauserusteiden ulkopuolelle jäävien yksittäisten eri puolilla maata
pidettävien kilpailujen matkakuluja. Näitä ovat esim. lomamatkoilla tapahtuvat kilpailut
ja erilaiset rastiviikot. Seuran järjestäessä bussikuljetuksen, ei muita matkatapoja korvata.

Vakka-Suomen kisat 1995

Vakka-Suomen suunnistusseurojen kesken kilpaillaan vuosittain Vakka-Suomen Sanomien lahjoittamasta kiertopalkinto Vakka-Maljasta seuraavien säännöin:

1. Palkintoon huomioidaan Vakka-Suomen mestaruuskilpailuina pidettävät kilpailut ja sarjat:

Hiihto- suunnistus	Pika- matka	Päivä- kilpailu	Yö- suunnistus	Viesti- kilpailu
H21 D21	H21 D21	H21 D21	H21 D21	H21
H21C D35	H21C D21C	H21C D21C	H21C D35	H35
H35 D40	H35 D35	H35 D35	H35 D40	H45
H40 D17-20	H40 D40	H40 D40	H40 D17-20	H55
H45 D15-16	H45 D45	H45 D45	H45 D15-16	H15-16...H13-14
H50 D13-14	H50 D17-20	H50 D17-20	H50 D13-14	H11-12...H9-10 (rastireitti)
H55 D11-12	H55 D15-16	H55 D15-16	H55	
H60	H60 D13-14	H60 D13-14	H60	D21
H65	H65 D11-12	H65 D11-12	H65	D35
H17-20	H17-20	H17-20 TR	H17-20	D15-16...D13-14
H15-16	H15-16	H15-16 D9-10	H15-16	D11-12...D9-10 (rastireitti)
H13-14	H13-14	H13-14 RR	H13-14	
H11-12	H11-12	H11-12TR		
		H9-10RR		
(20 sarjaa)	(22 sarjaa)	(24 sarjaa)	(18 sarjaa)	(10 sarjaa)

2. Henkilökohtaisessa päiväkilpailussa jaetaan palkintoina Vakka-mitalit nuorten sarjojen (10) kolmelle parhaalle. Jako viipymättä kisapaikalla (viimeiset lähdöt klo 18,30 mennessä). Mitalit hankkii Vakka-sihteri.
3. Päiväkilpailun sarjoissa H9-10RR ja D9-10RR kaikki osanottajat palkitaan heti maalissa.
- Pikkupalkinnot hankkii ko. järjestäjäseura.
4. Viestien sarjat H11-12...H9-10 ja D11-12...D9-10 käydään väliaikalähtöisenä rastireittikilpailuna (RR), jossa kolmen etukäteen joukkueeseen nimetyt ajat lasketaan yhteen.



Viestien v. 1995

yhteyshenkilöt

		puh./koti
H60	Valter Hirvonen	8423486
H55	Kari Honkanen	8423325
H50	Koitto Verha	8412515
H45	Leo Koistinen	8412554
H40	Jaakko Raula	55383
H35	Timo Penttilä	874042
H21	Juho Vironen	8416020
H15-20	Teemu Ritasalo	8422708
-H/D14	Seija Kankaanpää	8418756
D15-21	Sini Laaksonen	8424628
D35	Maaria Ritasalo	8422708

Viereisessä kuvassa muikistelevan miehen valmentaja ei ole Silakka eikä mies ole R.Vormisto, mutta kuuluu silti parhaaseen A-ryhmään, sillä hän osaa suunnistaa lähes suoraan rastilipulle myös yöllä.

Oravat rasteille

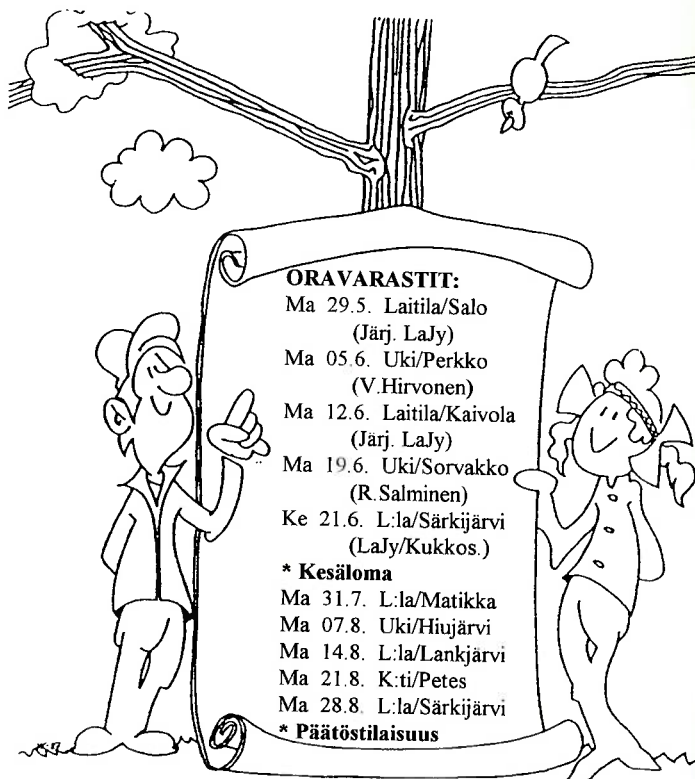
Oravarastit järjestetään yhteistyössä VaRa:n ja Jyskeen kesken.

Maanantaisin alkaen noin klo 17,30.

Harjoituksissa tarjolla rastireitti-rata, tukireitti-rata sekä lyhyt norm. suunnistusrata.

Junnuille järjestetään kuljetukset. Tarkemmin U:gin San./Seuratoim. palsta (VaRa toimii).

Oravat, ohjaajat ja vanhemmat mukaan!!



E NIINKUIN EMPATIA

Empatia tarkoittaa eläytymisen kykyä. Kykyä aidosti osallistua toisen ihmisen tunteisiin, ajatuksiin ja kokemuksiin. Empatian edellytyksenä on hyvä ja terve itsetunto. Empatian kykenevä ihminen kykenee arvostamaan itseään ja muita.

Ole empaattinen: Osoita tunteesi, rohkease ja lohduta kavereitasi, opettele kuuntelemaan ja yritä ymmärtää. Meillä kaikilla on joskus vaikeita aikoja. Empaattinen, myönteinen kaveri, joka osoittaa hyväksyvänsä sinut vaikeinakin aikoina hyväksyvällä katseella, lempeällä tönäisyllä tai pienellä halauksella, on tosi kiva omistaa.

Ole sinä sellainen kaveri!

ARVOSTA ITSEÄSI -- ANNA ARVO TOISILLEKIN!

Sinun on opittava pitämään itsestäsi, arvostamaan itseäsi. Silloin sinun on mahdollista oppia arvostamaan muitakin. Ymmärrät, että jokainen meistä on ihan yhtä arvokas, vikoineen ja puutteineen. Virheetöntä ihmistä ei ole olemassakaan.

Opettele tuntemaan hyvät ja huonot puolesi, vahvuutesi ja heikkoukset. Hyväksy itsesi, koko paketti. Pyri vahvistamaan hyviä puolia ja karsimaan heikkouksiasi. Siinä riittää tehtävää ja tsemppataa koko loppuikäsi!

Kehitä itseäsi ihmisenä ja urheilijana, mutta muista, ettei voitto tee sinusta sen parempaa tai arvokkaampaa ihmistä – tai tappio huonompaa!!

KANNUSTA KAVEREITA!

Jokaisesta on kiva menestyä, saada kannustusta ja kehuja. Kannustusta tarvitaan kuitenkin muulloinkin kuin pelkästään voiton huumassa. Kannustus auttaa yrittämään loppuun asti, pistämään parastaan vaikka tappiokin hämmöttäisi. Kannustus kuuluu jokaiseen urheilusuoritukseen, harjoituksiin ja kilpailuihin.

Opettele kannustamaan muita. Tee se vilpittömästi, älä koskaan pilkaten ja ivaten. Jokainen, joka yrittää tosissaan, panee kaikkensa peliin ja on kannustuksensa ansainnut!

Nuorille ohjaajia

Vakka-Rastin nuorisosaasto käynnisti talvella nuorten ohjaajajärjestelmän. Tarkoituksena on, että kokeneemmat suunnistajat ohjaavat oravasunnistajia. Varsinaisina valmentajina ohjaajien ei tarvitse toimia. Vanhempia suunnistajia on nimetty nuorille "kummeiksi".

Nuorisosaaston puheenjohtaja Seija Kankaanpää esitteli järjestelmää VaRa:n kevätkokouksessa. Suunnilleen näin loihe Sepi lausumaan:

- Ohjaajat tekevät yhteistyötä nuorten kanssa. Homman pitää olla molemminpuolista. Toiminta olkoon iloista, omin ehdoin tapahtuvaa, ei väkisin ohjaamista.

- On tärkeää, että ohjaajat pitävät yhteyttä nuoriinsa. Kannustetaan ja mennään mukaan Oravarasteille, Kuntorasteille. Jopa kilpailuihinkin, mikä on uusi kokemus monille.

- Kukin tehköön omat ohjaussuunnitelmansa. Eikä toiminnan tarvitse olla pelkkää suunnistusta. Menkää vaan yhdessä uimaan, retkille ja mihin milloinkin.

- Ja pyydän, että ohjaajat ottavat yhteyksiä myös VaRa:n nuorisosaastoon. Molemminpuolinen palaute on tarpeen.

- Hei, lisää positiivista ajattelua. Toimitaan yhdessä, kaikkia tarvitaan. Porukassa on kivempaa kuin yksin... Den glider in, sade Sepi inte till sist.

OHJAAJA

- Pidä huolta nuoresta.
- Toimintasi on tärkeää.
- Aktivoi, kannusta, nauti.
- Ideoikaa yhdessä!

- Uusia ajatuksia -- tuuleta.
- Onnistumisen iloa.
- Vähän kilpailumieltäkin?
- Katse tulevaisuuteen.

- Kaikki metsään.
- Mukavaa yhdessäoloa.
- Suunnistusta sun muuta.
- Yhteispelejä: kokenut/orava.

KUVASARJASSA
VaRa:n Oravapolun
suunnistajista ainakin
Kai, Pekka, Tuula,
Henriikka, Elina,
Mika, Johanna, Outi,
Samu, Jari ja Teemu.



RASTI- VAKKANEN

LEIMAUS -95



- ♦ Suunnistusliiton juhluvuoden suurleiri
- ♦ 15.-18.6.1995 Pieksämäellä
- ♦ Partaharjun leirikeskus
- ♦ Vakka-Rastikin mukana isolla joukolla!

Nuorille suunnistajille ja suunnistuksesta kiinnostuneille tarkoitettu tapahtuma, jossa jokainen saa oman kunto- ja taitotasonsa mukaista valmennusta ja opastusta.

Leimaus -95 tarjoaa neljän kesäpäivän ajan yhdessäoloa hyvän harrastuksen parissa, mahdollisuuksia tavata suunnistuksesta kiinnostuneita ikätovereita ja oppia lisää hienosta urheilu- ja kuntoilumuodosta. Luvassa on ikimuistoisia hetkiä Savon sydämessä.

Tapahtumassa on ns. alaleirejä eli samanikäiset ja samantasoiset suunnistajat sijoittuvat samaan ryhmään. Harjoittelu tehostuu ja asioiden oppiminen nopeutuu.

Oravaleimaus on oravapolkuikäisten taitoleiri. **Teholeimaus** on kilpaa suunnistavien nuorten taitoleiri. **Harrasteleimaus** alaleiri muodostuu suunnistuksen ja luonnon ystäväistä. **Perheleimaus** on koko perheen suunnistusleiri. **1-leimaus** on uusien suunnistajien leiri.

VaRa:n leirimatkan osalta jaetaan tarkemmat tiedot ilmoittautuneille. Luvassa on yhteinen bussimatka, majoittuminen telttoihin ja jänniä, ohjelmallisia leiripäiviä. Lisätietoja myös Seijalta (puh. 8418756) tai Outilta (puh. 8422922). -- Jeps, tulossa hyvät kesäbileet.

Oravien viestileimauksen tarkastelussa kuvassa alla Jyskeen Jaakko Hannula (vas.), VaRa:n Henriikka Suominen ja Elina Penttilä sekä MS-52:n Sanna Laaksonen ja Henna-Riitta Tasanen.



RASTI- VAKKANEN

Talvi vihdoin takana ?



Pitkän mutta vähälumisen talven avauskisa oli Varsinais-Suomen Suunnistuksen alue-mestaruuskilpailu latusuunnistuksessa (6.1.95) Loimaalla. Suunnistus sujui juosten ja pm-hopeaa hankkivat Jaakko Raula (H40) sekä Veijo Nurmi (H50).

Latusuunnistuksen pm-pronssille kilpailivat Rauli Helkkula (H40), Kari Honkanen (H55), Outi Nurmi (D35) ja Maija Verha (D45). Loimaan rastit valvoi VaRa:n Heikki Pelli.

Pm-hiihtosuunnistuksessa (4.2.95) Säskylässä hiihrettiin hyvissä oloissa. Heikki Pelli (H55) voitti mestaruuden ja pm-hopean saavuttivat Jaakko Raula (H40), Pekka Paukku (H55), Maaria Ritasalo (D45) ja Raili Vienola (D50).

Hiihtorastien pm-viesteistä (5.2.95) Vakka-Rastille kaksi mestaruutta. H40-sarjassa voittivat Rauli Helkkula, Jaakko Raula ja Leo Koistinen sekä H55-sarjassa Pekka Paukku, Raimo Reunanen ja Heikki Pelli.

Talven menestyksistä tärkein tulee tämän lehden ainoana (?) uutisena. Valtsu raportoi toisaalla, että **Erkki Luntamo kilpaili H75-sarjan SM-pronssille lyhyiden matkojen hiihtosuunnistuksessa (11.3.95) Kaustisella.** Onnea, Erkki! Ja VaRa:n SM-italivuosisille on näin saatu taas hyvää jatkoa.

Vakka-Suomen hiihtosuunnistuksen pitämiseen ei valitettavasti löytynyt järjestelyvoimaa. - Vakka-viestit pidettiin kevättalven koleassa kelissä (16.5.95) Laitilassa. Avauspisteet Vakka-Maljaan: 1)VaRa 51 2)MS-52 41 3)LaJy 23 4)TaTa 1.

Talven tapahtumiin on listattava myös Äitienpäivän (14.5.95) perinteinen VaRa:n valokuvausuunnistus U.gissa. Lumimyrsky pudotti osallistujamäärän alle 10 prosenttiin normaalista. - Olisikohan jo nyt talvi takana, vai mitä P.Lipposen veret seisauttava takatalven hallitus meille vielä kehittääkään...

KESÄÄN

- ♦ AURINKOTUOTTEET
- ♦ IHONHOITOTUOTTEET
- ♦ YM.



Sinä, suunnistaja !

Saat tällä kupongilla

ostoistasi

- 15 %



kosmetiikka
palvelu

Alinenkatu 30, U:ki, puh. (922) 8413510

LEIKKAA
TALTEEN



PALOJA

* Alkuvuoden aikana neljä VaRa-jäsentä on saavuttanut 50 vuoden iän. Huhtikuussa Ellen Valio täytti 60 vuotta ja Erkki Nurmi 80 vuotta. Syksyllä Vakka-Rastin jäsenistä rastilla koodiltaan 50 leimaavat Raimo Nurmi, Aarre Salmi, Juha Ståhl, Kari Nurmi ja Kirsti Tervakangas. - ONNITTELUT.

* Helmikuun 24. päivänä poistui keskuudestamme VaRa-jäsen Pekka Verha. Vielä viime keväänä Ukki kiersi oraviensa kanssa nuorten rasteja. - Osanottomme suruun.

* Kevään ylioppilaskirjoituksiin on taas osallistunut muutama vakkarastilainenkin. Tätä kirjoitettaessa abien tärkeä tieto ei ole vielä julkisuudessa. - Onnea uusille ylioppilaille.



* Pitkien matkojen SM-kilpailut suunnistettiin 20.5.95 Karjalohjalla. Erkki Luntamo voitti nuorempiensa joukossa H75-sarjan Suomen mestaruuden. Maija Verha (D45) suunnisti SM-plaketille, hyvälle kuudennelle tilalle. - Onnittelut.

* Kaarlo Uusitalo on hankkinut vuosien 1994-95 sujutteluin Maailman hiihtomestari -tittelin, kunniakirjan ja kultamitalin. Palkintoja tuli Suomeen kaikkiaan 14. Ensi talvena Kalle aikoo hiihtää Ranskaan, Viroon, Australiaan... Mutta ennen talvea ovat jo kesän alussa veteraanien MM-suunnistukset Pietarin lähellä. - Hyvää jatkoa kestävyysurheilulle.



* Vakka-Rastista on Varsinais-Suomen piirin suunnistusvalmennettavien ryhmään valittu Teemu Ritasalo (H18) ja Timo Ritasalo (H16).

* VaRa:n suunnistuspukujen hinnat ovat 100 mk ja 150 mk. Tiedust. seuratoiminta-jaostosta, esim. Outi-sihteeriltä, puh. (922) 8422922.

* Vakka-Rastin oravapolkulaisten perheretkellä Kalantiin, Penttilän tilalle oli mukana 38 henkilöä. Raportin mukaan nuorten Discossa Nordströminkadun Nuorisotalolla oli mukana 13+6 osallistujaa. Disco ei ollut yli 4-kymppisille, vaan alle 12-vuotiaille, sanoi Johanna selvästi.

* VaRa:n perinteisen Elit Loppet -kilpailun voitti tänä talvena Saku Salminen. Hän oli siis nopein jäsenmaksunsa maksaja seuramme piirissä.

KIITOS

Kiitokset KLL:n pm-kilpailujen (18.5.95) kaikille toimitsijoille hyvin tehdystä työstä. Sade häiritsi, mutta kisat sujuivat. Kiitos!

VaRa ry

KUTSU

Tervetuloa mukaan toimitsija-tehtäviin Varsinais-Suomen pm-viesteihin (20.8.95) Lokalahdelle. Varaa päivä kalenteriisi. Tervetuloa!

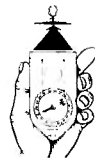
VaRa ry

PALOJA

* Vakka-Rasti voitti Tuomisen Villen johdolla Laitilassa suunnistuksen Grand Slam -koripalloturnauksen. Koska Ville oli liian hyvä, järjestäjät tarkistivat äkkiä osallistumisen sääntöjä... Sittemmin Ville on ollut koriksen nuorten maajoukkueessa ja aikoo kesällä suunnistaakin vauhdilla, kunhan vain palloiluleirit antavat periksi.

* Uudessakaupungissa oli koripallon merkeissä suurta urheilun juhlaa. KoriiiiiiiHiiiiiiiiiiiit ja äänet käheiksi. Hienoa tunnelmaa ja SM-mitali U:kin.

* Seuralehti Rasti-Vakkanen ilmestyy taas syksyllä. Kirjoitelkaahan kesätarinoita. - Ja osallistukaa kesäsuunnistuksiin ja -tapahtumiin. Rauman Pitsiviikollakin on rasteja ja Mustan Pitsin Yössä voi jopa nähdä, miten Tainan pohje siellä vilahtaa.



* VaRa:n nuorisajaosto ottaisi mielellään vastaan KOMPASSI-lahjoituksia. Niitä tarvittaisiin Oravien opetuksessa ja perusharjoituksissa. Uusia tai vähänkätettyjä, ei tietenkään mitään marssikompanseja... Ilmoita/lahjoita Seijalle tai Outille. Kiitos.

* Uudenkaupungin lähistöltä löytyy KIINTORASTEJA. Karttojen myyntipiste on Vakka-Suomen Näkökeskuksessa, os. Koulukatu 1, 2. krs, Meritori.

* Nukin Heli on antanut laajan haastattelun ELÄMyS-seuralehteen. Hänen mielivärinsä on tumma violetti, hänen perheeseensä kuuluu suunnistushulluja, MS-52:lla on upea seurabussi ja abin elämän kolme tärkeintä asiaa ovat terveys, perhe ja rakkaus. Mutta koska Heli on lehden mukaan helposti suuttuva, pikkutarkka, jääräpää, pitänee RV-toimituksenkin näin varoa...

* Toinenkin seuravaihtaja, Ruususen Johanna on PR-Rastipostin mukaan äkkipikainen. Tosin onneksi hän on kohtuullisen helposti leppyvä. Julkaistun haastelun mukaan Johanna haluaisi tutustua Iiro Viinaseen ja hän kieltää ehdottomasti EI katsovana Kauniita ja Rohkeita.

* Aktiivisesti toimiva, myös suunnistava, Sauvon Urheilijat täytti 18.3.95 60 vuotta. Paimion Rastin perustamisesta tulee syksyllä kuluneeksi 10 vuotta. - Onnittelut.

* Väli-Klemelä myy Ruotsissakin, Anna nimittäin. Vauhdikas tyttö juoksee Ruotsin Suunnistusliiton tarvikeluettelon, "Förlags-1995-katalog", hienossa kansikuvassa.

* Vakka-Rasti osallistuu kuuden joukkueen voimin Sipoon Jukolaan kesäkuussa. Venlojen ns. 1-joukkueen kapteenina toimii Maaria Ritasalo ja 2-joukkueen kapteenina Outi Nurmi. Miesten Jukolan C-päitaiset ovat: ns. 1-joukkue Leo Koistinen, 2-joukkue Riku Salminen, 3-joukkue Juho Vironen ja 4-joukkue Teuvo Suikkanen.

Kapteenit vastaavat joukkueistaan ja juoksujärjestyksistä. Majoitukseen on varattu kaksi sotilastelttaa. Jukolaan lähtö seuran varastolta lauaintaina 10.6. klo 8,00. - Bussi kulkee. Toivotaan iloista Jukola-reissua!

JUKOLA '95  **KERAVA SIPOO**



Talven lumilta...



Vähälumisessa ja räntäisessä Vakka-Suomessa ei ole tänä vuonna päästy nauttimaan hiihtosuunnistuksen hienouksista. Eikä täältä ole kovin monen innostus riittänyt lumisiikaan maisemiin suunnittelemaan. Veteraanit ovat sentään olleet mukana erilaisissa mestaruuskilpailuissa.

Veteraanisuunnistajat ry:n hiihtosuunnistusmestaruuskilpailuissa Ähtärissä (25.2.) Vakka-Rastin teräsvaari **Erkki Luntamo** suunnisti jälleen kerran mestaruuteen, tällä kertaa H80-sarjassa.

Myöskin **Raili Vienola** otti D55-sarjan mestaruuden. Laitilan Jyskeen **Jorma Lemmetti** saavutti H60-sarjassa hopeamitalin. **Valter Hirvonen** sijoittui H70-sarjassa seitsemänneksi.

Ähtärin hiihtourat oli onnistuneesti ja poikkeuksellisesti suunniteltu tunnetun Eläinpuiston ja Mini-Suomen maisemiin, ei kuitenkaan karhujen polulle. Luminen talvi esittäytyi siellä Laskiaisen kunniaksi parhaimmillaan.

Hiihtosuunnistuksen SM-kilpailut lyhyillä matkoilla käytiin (11.3.) pelimannien paikkakunnalla Kaustisella. Sielläkin oli mainiot lumiolosuhteet ja osanottajia lähes tuhat. Kilpailujen johtajana toimi ex-vakkarastilainen **Markku Kaura-aho**, joten terveisiä vaan Markulta.

Eikä ilman menestystä tultu tältäkään matkalta. Erkki Luntamo suunnisti vanhimmassa eli H75-sarjassa komeasti SM-pronssimitalille. Erkki oli erikoisesti mielissään nyt saavuttamastaan ensimmäisestä hiihtosuunnistusmitalista. Varsinaisia suunnistuksen SM-mitalejahan Erkillä on roppakaupalla.

Raili Vienolan ja Valter Hirvosen saavutukset olivat vaatimattomampia. Ei edes plakettisijoja SM-pikamatkalla. Jyskeen Jorma Lemmetin plakettisija H60-sarjassa oli seitsemäs ja vain puolisen minuuttia mitalisijasta.

Vielä talven lumilta kerrottakoon, että veteraanit Erkki Luntamo ja Valter Hirvonen olivat myös mukana Varsinais-Suomen piirin joukkueessa Sotaveteraaniliiton hiihtomestaruuskilpailuissa (4.3.) Keuruulla.

Siellä nähtiinkin ladulla tosi veteraaneja, sillä vanhin osanottaja oli M84-sarjassa kilpailut, tänä keväänä 96 vuotta täyttävä Otto Teittinen. Hän on osallistunut kaikkiin liiton mestaruuskilpailuihin ja lupasi tulla mukaan ensi vuonnakin, jos elonpäiviä riittää. Tunnettuja urheilijoita olivat myös olympiavoittaja Sylvi Saimo N80-sarjan voittajana sekä ex-maratoonari Mikko Hietanen, joka sijoittui M84-sarjassa viidenneksi.

Erkki Luntamon sijoitus oli hienosti viides M81-sarjassa, jossa voittaja oli tunnettu Kymenlaakson hiihtäjänimi Tauno Vanhoja. Kun hiihtotapa oli perinteinen, valitteli Erkki, että olispa saanut hiihtää luistellen! Valter Hirvonen oli runsaslukuisessa M72-sarjassa 49. Virkeitä veteraaneja näissä kisoissa oli mukana lähes 300.

Talvisten lumirastien jälkeen tavataan taas kesäisillä rastipoluilla!

Valtsu H.

25 -MANNA 7.10.1995

Kesä on tulossa, mutta niin on syksykin. Jo perinteeksi muodostunut matka Ruotsiin järjestetään myös ensi lokakuussa. Koska kysessä on viesti 25-henkisellä joukkueella, on porukan kokoaminen aloitettava ajoissa. Joukkueeseen tarvitaan kaikenikäisiä ja molempia sukupuolia olevia henkilöitä.

25-Mannan matka tehdään bussilla ja tietenkin Ruotsin lautoilla. Lähtö on perjantaina 6.10. illalla ja paluu sunnuntaiaamuna 8.10. Aikuiset maksavat matkansa itse (n. 300 mk), mutta nuortensarjalaiset kustantaa seura.

Jos olet kiinnostunut, niin ilmoittautumisia ottaa vastaan Leo Koistinen, puh. (922) 8412554. Samalla voit ilmoittautua myös Halikko-viestiin seuraavana viikonvaihteena.

VaRa-pojat pissii

Vakkarastilainen ja hänen pissimistapansa:

- Seurallinen vakkarastilainen
* Menee pissille LaJylaisen kanssa oli tarvetta tai ei.
- Ujo vakkarastilainen
* Ei voi pissiä, jos riukulassa on muita. Teeskentelee lopettaneensa, mutta palaa myöhemmin takaisin yksin silläkin uhalla, että myöhästyy lähdöstä.
- Hermostunut vakkarastilainen
* Etsii aukkoa trikoistaan ja kun ei löydä, hermostuu ja repii ihokkaansa.
- Tehokas miesvakkarastilainen
* Pissii pitämättä kiinni ja tarkastelee samalla rastinmääritteitä.
- Lapsellinen vakkarastilainen
* Katselee ja ihailee poreilua riukumontun pohjalla.
- Leikkisä vakkarastilainen
* Pissii sinne tänne ristiin rastiin, ylös ja alas ja hyönteisten päälle, joita tiheään kuusikkoon rakennetussa riukulassa on runsaasti.

Toim. huom:

Yllä olevat määritellyt tulivat mukavassa yllätyskirjeessä, joka oli postileimattu 2.1.1995 Alastarolla...

Kirjeen lähettäjä väitti ei itse keksineensä noita juttuja ja toivotti hyvää vuoden jatkoa.

Näin ollen viereisellä piirroksellaakaan ei liene pohjaa riukulan karuun todellisuuteen. Tekstistä päätellen näet kuva on Norjasta, jonka maan ainoa vakkarastilainen kääntänee puhekuplan parhaiten, vaikka nykyisin asuukin postilokerossa mäntymetsän keskellä/laidalla.





Kausi jatkuu...

KESÄKUU

To 01.6	SOFT	PM 4 pv
To 01.6	R-88	POK
To 01.6	Lajy	Kuntosuunn
La 03.6	HS	Suunto-Games 2 pv
Ma 05.6	VR/LJ	Oravarastit
	(V Hirvonen + ryhmä)	
Ti 06.6	■ VaRa	Kuntorastit
	(T Jutila, L. Hännikkälä, E. Neitola)	
Ti 06.6	LoJa	Kans viestipotti
Ke 07.6	MS-52	Mynä-Rastit pikam
To 08.6	Lajy	Kuntosuunn
La 10.6	KeU	Venlojen viesti (VL 3)
Su 11.6	SV	Jukolan viesti (VL 3)
Ma 12.6	LJ/VR	Oravarastit
Ma 12.6	SäK VU	CISM/Sot.MM 7 pv
Ti 13.6	MS-52	Pm-pika
Ti 13.6	■ VaRa	Kuntorastit
	(E. Teivaala, R. Poutala, A. Honkakangas)	
Ke 14.6	MS-52	Mynä-Rastit
To 15.6	Lajy	Kuntosuunn
To 15.6	SäRa	SSL Leimaus-95 4 pv
La 17.6	SäK VU	Kans pikamarka
Su 18.6	KöLa	Kans
Ma 19.6	VR/LJ	Oravarastit
	(R. Salminen + ryhmä)	
Ti 20.6	■ VaRa	Kuntorastit
	(A. Salmi, A. Rauhkonen, S. Sorri)	
Ke 21.6	Lajy	Kukkos/RR + TR
Su 25.6	Lynx	Kans
Su 25.6	KR	Susiviesti (VL 4)
Ti 27.6	■ VaRa	Kuntorastit
	(U. Hyttinen, P. Tuominen, V. Takkunen)	
Ke 28.6	AuVa	Pm-piikki
To 29.6	Lajy	Kuntosuunn
To 29.6	IkNV	Kans

HEINÄKUU

La 01.7	FTU	Kans	Fiskars
La 01.7	OuTa	Kalevan rv (VL 5)	Oulu
Su 02.7	PuolRy	Kainuu 1	Puolanka
Ti 04.7	PuolRy	Kainuu 2	Puolanka
Ti 04.7	■ VaRa	KSV / RR + TR	Kalanti/Taipalejärvi
	(Ritasalot, P. Luotonen, J. Ståhl, E. & P. Laitinen, T. Leppilähti)		Mietoinen/Kumiruona
Ke 05.7	MS-52	KSV / RR + TR	Laitila/Kaivola
To 06.7	Lajy	KSV / RR + TR	Puolanka
To 06.7	PuolRy	Kainuu 3	Puolanka
La 08.7	PuolRy	Kainuu 4	Puolanka
Su 09.7	R-P		Permio
Ma 10.7	LaRi	FIN-5 5 pv	Lappeenranta
To 13.7	Lajy	Kuntosuunn	Laitila/Kaarainen
Su 16.7	PunkKu	Kans	Punkalaidun
Ke 19.7	MS-52	Mynä-Rastit	Mynämäki/Kivijärvi
To 20.7	Lajy	Kuntosuunn	Laitila/Lankjärvi
La 22.7	PIF	VS-Rastipäivät	Parainen
Su 23.7	MaMa	VS-Rastipäivät	Maaria
Ma 24.7	SKOF	O-Ringen 5 pv	Hassleholm/Ruotsi
Ma 24.7	RTU	Myster-suunn	Rauma/ Kolla
Ti 25.7	■ VaRa	Kuntorastit	Pyhämaa/Kammela
	(A. Kalenius, E. Kiukkonen, J. Pietilä)		
Ke 26.7	RaLu	Knyppilä-suunn	Rauma/ Pyytjärvi
Ke 26.7	MS-52	Mynä-Rastit	Nousiainen/Paijula
To 27.7	Lajy	Kuntosuunn	Laitila/Leinmäki
Pe 28.7	VaaSu	Merenkurkun rp 3 pv	Mustasaari/Malax
La 29.7	KooVee	Hämeen rp 2 pv	Tampere
Su 30.7	PiKe		Piikkio
Su 30.7	Sippu	Kymen rastiviesti	Anjalankoski
Ma 31.7	LJ/VR	Oravarastit	Laitila/Kk Matikka

Kilpailuihin ilmoittautuminen

Vakka-Rastin suunnistajien ilmoittautumissihteerinä toimii Seppo Sorri, os. Kalatiirankuja 4, 23500 UKI, puh. 922-841372 (myös puhelin vastaaja).

Kansallisiin, pm-kisoihin ym. suunnistuskilpailuihin haluavien on ilmoitettava Seppo Sorriille (tai Sorrin perheelle) vähintään kolme (3) päivää ennen Suunnistaja-lehdessä mainittua ilmoittautumisaajan päättymistä.

VaRa maksaa jäsentensä osanottomaksut suunnistuskilpailuihin. Kuitenkin vain yksi rastiviikko. Muiden seurojen kuntosuunnistusten (kuntorastit, kukkosuunnistukset ym.) osanottomaksuja ei makseta.

Jälki-ilmoittautuva VaRa-suunnistaja saa hoitaa ilmoittautumisen maksun itse. Kilpailuihin ilmoittautuneilta, mutta niistä poisjääneiltä, peritään osanottomaksu takaisin seuran tilille.

Muiden kilpailukulujen, matkakulujen ja lisenssien maksamisesta tarkemmat tiedot seuralehti Rasti-Vakkasen kevätnumerossa.

KAUSIOHJELMA

Rasti-Muistio v. 1995

- * Vakka-Suomen alueen täydellinen suunnistusohjelma
- * Jakelussa Kuntorasteilla ym. suunnistuspaikoilla
- * Saatavissa myös VaRa-toimihenkilöiltä kautta maan



Pm-sarjat 1995 (Varsinais-Suomi)

	H75	
Päiväkilpailu	H21,H35,H40,H45,H50,H55,H60,H65,H70	H20,H18,H16,H14,H12,H10
Yökilpailu	H21,H35,H40,H45,H50,H55,H60,H65	H20,H18,H16,H14
Pitkä matka	H21,H35,H40,H45,H50,H55,H60,H65,H70	H20,H18,H16
Pikamatka	H21,H35,H40,H45,H50,H55,H60,H65,H70	H20,H18,H16,H14
Partiokilpailu	H21,H35,H40,H45,H50,H55,H60,H65	H17-20, H16,H14,H12*
Viestikilpailu	H21,H35,H40,H45,H50,H55,H60,H65	H20,H18,H16,H14,H12
Latusuunn.	H21,H35,H40,H45,H50,H55,H60,H65	H20,H18,H16,H14,H12**
Hiihtosuunn.	H21,H35,H40,H45,H50,H55,H60,H65	H20,H18,H16,H14,H12
Hs-viesti	H21,H35,H40,H45,H50,H55,H60	H17-20, H16,H11-14
Päiväkilpailu	D21,D35,D40,D45,D50,D55	D20,D18,D16,D14,D12,D10
Yökilpailu	D21,D35,D40,D45,D50	D20,D18,D16,D14
Pitkä matka	D21,D35,D40,D45,D50,D55	D20,D18,D16
Pikamatka	D21,D35,D40,D45,D50,D55	D20,D18,D16,D14
Partiokilpailu	D21,D35,D40,D45	D17-20, D16,D14,D12*
Viestikilpailu	D21,D35,D40,D45,D50	D17-20, D16,D14,D12
Latusuunn.	D21,D35,D40,D45	D17-20, D16,D14,D12**
Hiihtosuunn.	D21,D35,D40,D45	D17-20, D16,D14,D12
Hs-viesti	D21,D35,D40	D17-20, D16,D11-14

* Saavat taivaltaa koko matkan yhdessä

**Reittiviiva

Pm-yleisohjeita (VSS aluemest.kilp.)

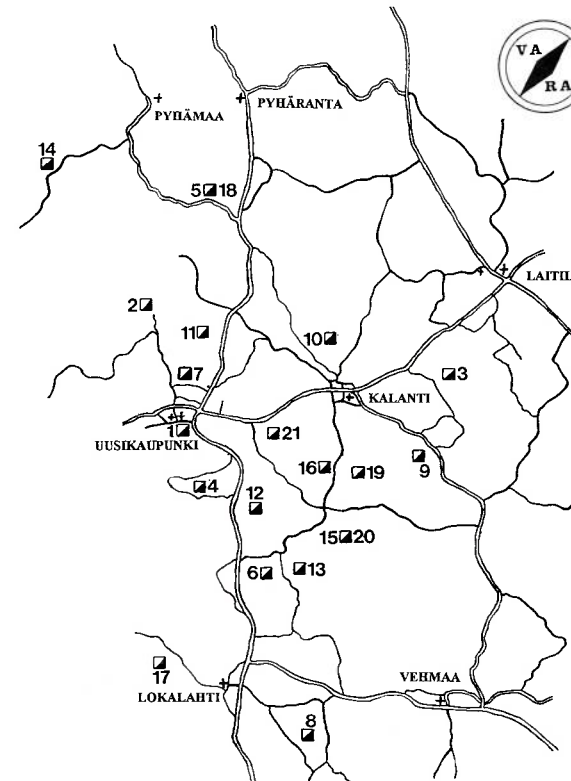
- Kutsut seuroille 1-2 kuukautta ennen kilpailua.
- Ilmoittautuminen päättyy viikkoa ennen kilpailua (postileimapäivä; esim. ma --->su)
- Jälki-ilmoittautuneita EI hyväksytty mukaan.
- Järjestäjä voi halutessaan yhdistää sarjoja (ilmoitt. johonkin sarjaan vähemmän kuin kolme).
- Pm-talvikisojen mitalit jaetaan seuroittain jälkikäteen (VSS ry:n kevätkokouksessa)
- Pm-viestien H21-sarja on edelleen 3-osuuskainen (aik. 4-os./kokeilu alk. v. 1994).

Pm-osanottorajoitukset

- Järjestävän seuran kilpailijat saavat osallistua (kaikki sarjat ja kilpailut).
- Järjestävän seuran (ja valvojan) on harkittava osanottoa silloin, jos osallistujalla katsotaan olevan esim. kartan alueella asuvana kohtuutonta hyötyä muihin kilpailijoihin nähden.
- Pitkän matkan pm-kilpailussa sarjojen H/D20 ja sitä nuoremmat saavat osallistua vain omaan sarjaansa (kohta lienee voimassa edelleen??).
- Ulkomaalaisten osallistumisen osalta on päätetty, että pm-kisoihin saavat osallistua seurat ja niiden jäsenet (vrt. kilpailusäännöt 1994, kohta 3.15).
- Pm-partioon saavat osallistua kilpailun ulkopuolella myös vajaat partiot (esim. 2 hlöä).
- Varsinais-Suomen Suunnistus ry:n päätöksiä (piiritiedote).

Idrott för
nyttänkare.

Vakka-Rastin Kuntorastit 1995



SUUNNISTUS
60
VUOTTA
1935 - 1995

VAKKA-RASTIN KUNTORASTIT 1995

1.	04.4	Sorvakko
2.	11.4	Vohdensaari
3.	18.4	Hallu
4.	25.4	Sundholma
5.	02.5	Raulio
6.	09.5	Taipalejärvi
7.	23.5	Huujarvi
8.	30.5	Puotilanvuori
9.	09.6	Sauttu
10.	13.6	Katina
11.	20.6	Huu
12.	27.6	Perkko
13.	04.7	Taipalejärvi
14.	25.7	Kammela
15.	01.8	Vellua
16.	08.8	Petes
17.	22.8	Varanpää
18.	29.8	Raulio
19.	05.9	Sauttu
20.	12.9	Vellua
21.	19.9	Orivo

OODI LÖYTÄMÄTTÖMÄLLE RASTILLE

Oli kymmenen kaksyrtäkuusi
mulle merkitty lähtöaika,
ja tuttu vaan aina niin uusi
väänsi vatsoa kilpailun taika.

Oli tahto mun kirmata kalliin,
kaipuu kahlaa kontrollit soista
sekä aatos: mä meniän malli oon
- harhaluot, pah, mitäs noista!

Korven sammalen peittämän kätöksä voi
käydä kummasti kun siellä leimaa,
kuuloelimiin helkkyvät harput kun soi
sekä keijut ne tanssien keimaa.

Läpi lehdon niin vehmaan ja satumaisen
kulki tietön tää tarpojan reitti,
ja huomasin kuin vanha mies nuoren naisen:
mulle taikajuoman se keitti.

Kohtaloksein on karuksi koitunut
tämä hankala tiheikkörasti.
Se on pyörimään, hyörimään noitunut
vuodest' kahdeksan kahdeksan asti.

Minä vaellan varjoista etsien
sitä piikkistä rastipukkii,
jossa, siimeksess' sysimetsien
pihdit punaiset ruusuina kukkii.

Sille seittämän vain sekä nelonen
on kylkehen kirjailitu koodi.
Usko peittävän ihmisen elon en
löytymistä, kun pitenee oodi.

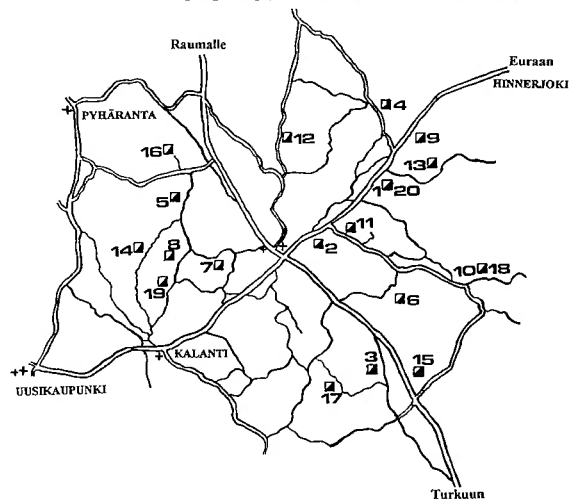
Otan suunnan ja lasken jok' askelen,
turhaan kurkistan kivien alle;
vanha heiluri kädessä kompas-
astelen, suotta katson myös taivahalle.

Haen pikkua tikkuista tiikkistä vaan
lukin seitti kai peitti jo tukin.
Kai kukin toivoo pikkuista riikkistä saa
vai mukinaaks tää lie käppänän, ukin:

Se kun kymmenen kaksyrtäkuuden
oli määrännyt starttini ajaksi,
muun ois voinut kuin ikuisuuden
panna maaliintulolle rajaksi!

© Saku Salminen

Kuntosuunnistukset Laitilassa 1995



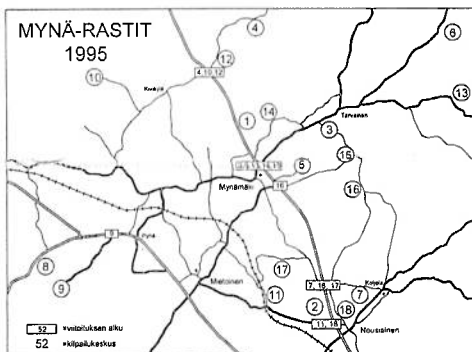
Radat: 1,5-2,0 km eritt. helppo
3 km, 5 km, 7 km
Maksut: 15 mk
10 mk (alle 16-v.)
Lähdöt: klo 17-19
Yhteyshlö: Jarmo Kerttula
puh. 949-123381
tai 922-52839
Lisätiedot: Laitilan Sanomat/urh.kal.

1.	20.4.	Malko	7.	15.6.	Salo	14.	03.8.	Särkijärvi Lehton.
2.	27.4.	Kk Matikka	8.	21.6.	Särkijärvi rantas.	15.	17.8.	Kp-Nästi
3.	04.5.	Tulejärvi hiihtom.	9.	29.6.	Suontaka hirvim.	16.	24.8.	Seppälä Potkio
4.	11.5.	Suontaka	10.	06.7.	Kaivola	17.	31.8.	Tulejärvi hirvim.
5.	01.6.	Seppälä hirvim.	11.	13.7.	Kaariainen Vekka	18.	07.9.	Kaivola
6.	08.6.	Kp-Kusni	12.	20.7.	Lankjärvi	19.	14.9.	Särkijärvi Torre
			13.	27.7.	Leinmäki	20.	07.10.	Malko (viesti)

Mynä-Rastit 1995



Radat: 2,5 km (helppo), RR+TR
5 km, 7 km
Maksut: 15 mk; 40 mk perhe
10 mk (alle 16-v.)
Lähdöt: klo 17-19
Yhteyshlö: Jari Marttila
puh. 921-4310277
Lisätiedot: TS ja VSS/seurat-palsta



7.	ke 07.6.	Rästmäki, Susi/pikam.
8.	ke 14.6.	Palometsä, Irjalan koulu
9.	ke 05.7.	Kumiruona, leirik.
10.	ke 19.7.	Kivijärvi
11.	ke 26.7.	Paijula, Nutturla
12.	ke 02.8.	Luhla, th.
13.	ke 09.8.	Hirvijärvi, Saarnavuori
14.	ke 16.8.	Vihtamäki, Aakula
15.	ke 23.8.	Mahlio, Hyypä
16.	ke 30.8.	Mustassuo, Riukula
17.	ke 06.9.	Paijula, Hyrkkö
18.	ke 13.9.	Rästmäki, pururata

OSOITTEENMUUTOS

Uusi osoite/..... 19..... alkaen

Nimi:

Lähi-osoite:

Posti-osoite:

Allekirjoitus:

Puh: k:..... t:.....

MUITA TIEDONANTOJA (jäsentieto-

muutokset, muut jäsenasiat, toimintatiedot ym):

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Posti-
maksu
2,80 mk

RASTI-VAKKANEN
/Veijo Viitanen (VaRa)

Urheilutie 1 a B 14

23800 LAITILA



Tervetuloa seuraamme

Vakka-Rastin hallitus on kokouksessaan 1/95 hyväksynyt seuraamme uusiksi jäseniksi: Ria Kerminen s. -78, Karoliina Suominen -84 ja Henriikka Suominen -86. Kokouksessa 4/95 hyväksyttiin uusiksi jäseniksi: Sampsa Ala-Pietilä -86, Kirsi Laine -58, Päivi Wallin -58 ja Tero Wallin -83.

Edelleen kokouksessa 5/95 jäseniksi: Mikko Sotka -84, Mauno Kirkkomäki -84, Tapio Sotka -53, Matti Järvinen -49, Riina Sainio -83, Kari Tuokila -55, Salme Tuokila -60, Noora Tuokila -88 ja Teemu Tuokila -90. -- Tervetuloa seuraamme!

Alkuvuoden aikana kuusi henkilöä on ilmoittanut eroavansa seuran jäsenyydestä. VaRa-jäsenyyden säilyttävät kesärasteilla muiden seurojen puolesta kilpailevat Sanna Laaksonen (La-Jy), Rauli Helkkula (TuMe) ja Teemu Nukki (TuMe).

Vakka-Rastin vuoden 1995 jäsenmaksut ovat erääntyneet maksettavaksi. Maksujen huomautuskirjeetkin ovat liikkeellä ja erääntyvät toukokuun lopussa. **Hoidathan pikaisesti! Kiitos.**

Sivun yläosassa olevalla lomakkeella voi ilmoittaa osoitteenmuutoksia jäsenrekisteriin. Jos joku jäsen haluaa erota seurasta, pitää siitä ilmoittaa (mahdollisen "erokirjeen" voi laittaa myös tuohon kuponkiin). VaRa-hallitus kirjaa jäsenyysmuutokset.