

# RISTIIN RASTIIN

SUOMUSSALMEN RASTIN  
SUUNNISTUSJAOSTON  
TIEDOTE 1/08



## SUUNNISTUSJAOSTO 2008

Puheenjohtaja  
Jussi Kauppinen  
jussikau(at)gmail.com  
0400 -104 205

Karttavastaava  
Arvi Noponen  
arvi.noponen(at)pp.inet.fi  
08 - 712 644, 040 - 718 7985

Koulutusvastaava  
Päivi Tolonen  
paivitolonen(at)luukku.com  
044 - 082 1039

Maija Aatsinki  
maija.aatsinki(at)kainuu.fi  
040 - 544 1786

Keijo Kannainen  
keijo.kannainen(at)pp.inet.fi  
08 - 711 084, 040 - 718 6548

Timo Laaksoviita

Sihteeri ja tiedotus  
Mirja Humalamäki  
mirja.humalamaki(at)gmail.com  
08 - 712 343, 0400 - 295 472

Kuntosuunnistusvastaava  
Timo Sirviö  
timo.sirvio57(at)luukku.com  
040 - 559 8599

Nuorisovastaava  
Mikko Turunen  
mikko.turunen(at)ppc.inet.fi  
040 - 718 4774

Jari Anttonen  
jari.anttonen(at)raja.fi  
040 - 533 6669

Juha Kvist  
juha.kvist(at)pp1.inet.fi  
08 - 713 337, 0400 -453 180

Pertti Oikarinen  
pertti.oikarinen(at)dnainternet.net  
08 - 712 379, 050 - 454 8610

[www.suomussalmenrasti.fi](http://www.suomussalmenrasti.fi)

Postiosoite: Kiannonkatu 42, 89600 Suomussalmi  
Sähköpostiosoite: [mirja.humalamaki\(a\)gmail.com](mailto:mirja.humalamaki(a)gmail.com)  
Pankkitilin numero: OP Suomussalmi, 544 209 - 515 2863

Kannen kuva: Hannu Huttu, Tunturisuunnistus 2007 Kilpisjärvellä



## KESÄ TULEE...

Talven jälkeen alkaa mieli tehdä taas metsään ja suunnistamaan. Urheilukanava näytti jo Huippuliigan kisan Paimiosta ja näyttää joku rastilainen avanneen kautensa jo Ankkurirasteilla. Hieman nuo hanget vielä meillä hidastavat kulkua.

Kuntorastit on kuitenkin päätetty aloittaa tiistaina 8.5. joten jospa siihen mennessä ainakin Ämmänsaaren keskustassa olisi maastoa lumettomana tossun alle.

Kesäkuun 8. päivä on meidän vuoromme järjestää Kainuun Maakuntaviesti ja sinne tarvitaan jälleen väkeä talkoisiin. Paikka on Akonvaara, jonne Arvi on päivittänyt kartan. Perinteisesti myös omalla seuralla on mahdollisuus asettaa viestiin joukkueita, joten ilmoittautumisia odotetaan Verkkovihkoon. Maaston oikein hyvin tuntevien kannattaa jäädä järjestäjiksi, mutta toivottavasti saamme mukaan sekä nais- että miesjoukkueet. Naisillahan viestissä on kolme osuutta ja miehillä viisi.

Jo ennen sitä avataan Kainuun nuorisocup kuntorastien yhteydessä tiistaina 20.5. Sarjoja on H/D8 rastireitistä aina H/D18:aan, joten toivottavasti saamme kaikki nuoret mukaan tähän kisaan.

Viime syksynä saadut uudet suunnistuspuvut saavat pian tulikasteensa. Naisten mallin paitoja on vielä varastossa pari kappaletta ja ne myydään ensin ehtiville 40 euron hinnalla.

Myynnissä on myös Komulaisen Sepolla vähän käytetty emit-kilpailukortti, jota voi tiedustella Sepolta. Suunnistuskamppneiden kierrätystapahtumaa on aina välillä kysely ja täytyy katsoa, saataisiinko sellainen järjestettyä tänä keväänä.

Suomussalmen Rastin jäsenmaksulappuja lähetetään kuntorasteilla käyneille. Kilpailuihin osallistuvilta edellytetään seuran jäsenmaksun maksamista ja jos maksulappua ei kilpailuihin mennessä postilaatikkoon tipahda, kannattaa sellainen pyytää tilitoimisto Tilivariasta (08 – 711 710).

Kilpailuihin osallistuvien tulee muistaa myös lisenssin maksaminen. Tänä vuonna järjestäjät valvovat maksuja ja osallistuminen evätään, jos maksua ei liiton tietokannassa näy. Jos maksulappu on kadonnut, onnistuu maksu liiton nettisivujen ohjeiden avulla.

Suomussalmen Rastin nettisivut palvelevat jäseniä niin paljon kuin tiedottaja ehtii ja viitsii niitä päivittää. Toissa viikonloppuna saattoi joku ihmetellä Turkin lippua pääsivulla, kun palveluntarjoajan palvelin joutui kurdikannattajien hyökkäyksen kohteeksi. Nyt sivut ovat kuitenkin kunnossa ja tietoturva toivottavasti parannettu.

Minulla on käytössäni joitakin jäsenten sähköpostiosoitteita, joihin lähetän yleensä am-kilpailuiden kutsuja ja kiireellisiä tiedotteita. Jos halua mukaan tälle listalle, lähetä viesti ja osoitteesi minulle osoitteella [mirja.humalamaki\(at\)gmail.com](mailto:mirja.humalamaki(at)gmail.com).

Mirja

## MENNEELTÄ KAUDELTA

Viime kesän merkkitapaus oli Kuusamossa järjestetty Veteraanien MM-kisa, johon saatiin vankka edustus myös Rastista. Peräti 9 rastilaista pääsi A-finaaliin eli kahden karsintakisan yhteisajassa 80 parhaan joukkoon ja näin kisaamaan maailmanmestaruudesta. Parhaaksi saavutukseksi tuli Eero Väisäsen 7. sija sarjassa H55. Muut menestyneet olivat Teuvo Minkkinen 15. (H70), Juha Kvist 34. (H40) ja Annikki Kyllönen 37. (D45).

SM-kisoista Eero Väisänen saavutti kaksi viidettä sijaa, pitkällä matkalla ja sprintissä.



kuva: Hannu Huttu

Kainuun Rastiviikolla Sotkamossa oli kilpasarjoissa mukana 23 rastilaista. Eero Väisänen voitti jälleen sarjansa ja kuvassa maaliin spurттаava Henna Huttu oli D12 sarjassa kuudes. Kuntosarjoissa kävi lisäksi eri päivinä toistakymmentä rastilaista kokeilemassa sotkamolaisia maastoja.

Kaikkiaan Suunnistusliiton tietokannan mukaan 36 rastilaista osallistui kansallisiin kilpailuihin ja vihdoinkin tänä vuonna kaikki heistä olivat myös suorittaneet liiton lisenssimaksun eli kilpailuluvan.

Kuntorasteilla päästiin jälleen toiselle tuhannelle suorituksissa, kun 23 rasteilla kirjattiin 1015 ratakiekkoa. Ahkerin kävijä oli jälleen Juhani Hellsten, joka oli mukana kaikilla kerroilla. 22 kertaa mukana olivat Maija-Liisa Sirviö ja Aku Pyykkönen.

# JUKOLAN KASTE

Odotan hermostuneena vaihtoalueella satojen muiden venlojen seassa. Katselen malttamattomana ja hermostuneena metsään, josta piakkoin pitäisi tädin juosta ja päästää minut maastoon. Tuntuu ihan hurjalta, että nyt se on oikeasti tosi lähellä. Viisi kuukautta sitten en vielä ihan vakavissani uskonut, että tulen juoksemaan Jukolassa Venlojen viestiä.

Havaitsen seurakavereiden kanssa tuttuja seuran värejä viimeisellä rastilla ja oma osuuteni on määrä alkaa aivan kohta. Täti kaartaa vaihtopuomille tuomaan kartan. "Tarkkana, pahoja on" kuulen tädin ohjeistus hänen antaessaan kartan ja päästäessään minut metsään kohti pelottavaa ja synkkää Simpsiön vuorta.

Ensimmäiset rastivälit taittuivat yllättävän työläästi, kun käyn ensin varmistamassa vähän jokaisen lähimaastosta löytyvän lipun. Matkan keskivälillä toimintani alkaa vaikuttaa jo oikealta suunnistamiselta. Loppupuoliskolla huomaan tekeväni yllättävän suuria mutkia, ihan kuin vajaan kuuden kilometrin lenkki ei olisi tarpeeksi.

Viimeinen maastossa oleva lippu osoittautuu yllättävän haastavaksi. Aikaa tuntuu kuluvan yllättävän paljon. Etsin ja kiroilen matkasta uupuneena, että miten voi olla näin hankalaa. Lopulta havaitsen oikean koodin lipussa ja voin huokaista. Varovasti väsyneenä vajoan maalisuoran päähän rinteestä ja kuittaan rastin 222 käydyksi. Raahustan juoksua muistuttavalla tavalla maalisuoraa. Vaihtoalueella yritän vielä esittää oikein fiksua suunnistajaa ja huikkaan äidille jotain "hitto mä tein sen!! Pahoja lopussa ja alussa, oo tarkkana".

Vaihtoalueelta päästyäni alan oikeasti tajuta, että kiertämäni matkan on itselle kovin urheilusuoritus ikinä. Kiersin vaativan radan, enkä edes hitaimmin yli 900 naisen joukossa. Tunnetta kuvaavat sanat väsymys, ylpeys, tyytyväisyys ja pian sen jälkeen liikutun. Katse sykemittariin tuo hymyn huulille, kaloreita tuli kulutettua kyseisellä lenkillä 1545. Että ei pöllömmän, vaikka aikaa kuluikin paljon ja vähän päälle. Maaliskuussa luotu ajatus sukujoukkueesta toteutui ja voitin itseni. Tunne kyseisen lenkin jälkeen luo jo ajatuksen, seuraavana vuonna uudestaan!

Kaisa Kauppinen



## KUNTORASTIT 2008

Yhtä varmasti kuin kesä tulee, alkavat Suomussalmen Rastin kuntorastit. Ne eivät ole tarkoitettu vain vannoutuneille suunnistajille, vaan mukaan voivat tulla kaikki luonnossa liikkumisesta kiinnostuneet. Rasti-illat järjestetään tiistaisin ja torstaisin.

Kuntorastit alkavat klo 17.00. Maastoon voi lähteä klo 17-19 välillä omaan tahtiinsa. Karttamaksu, joka peritään vain yli 18-vuotiailta, on edelleen 2 euroa.

Ratoja on valittavissa eri pituisia ja taitovaatimuksiltaan eri tasoisia. Ratojen ohjeelliset pituudet ovat: A-rata (vaativin) 5-8 km, B-rata 4-6 km, C-rata (helppo rata aloittelijoille) 2-4 km. Lapsia ja muita aloittelijoita varten kesällä vaihtelevat Rastireitti (siimari maastossa, johon tukeutuen suunnistetaan) tai siihen verrattava todella helppo D-rata.

Leimaus ja ajanotto tapahtuvat elektronisella Emit-leimauskorteilla, joita on lainattavissa järjestäjiltä. Rastit on mahdollista kiertää myös ilman ajanottoa, mutta ilmoittautuminen järjestäjille metsään lähtiessä ja sieltä palattaessa on ehdottomasti muistettava.

Kuntorasteista tiedotetaan Ylä-Kainuu-lehdessä Muista-palstalla. Tarkempi opastus rastien pitopaikalle on nähtävissä Ämmän Erä-Urheilun näyteikkunassa. Kalenteri on myös Suomen Suunnistusliiton ylläpitämässä koko maan kattavassa kuntorastikalenterissa. Siellä on uutena palveluna myös kartta rastien opastuspaikalle.

Lisätietoja kuntorasteista voit kysellä Timo Sirviöltä 040 - 559 8599.

<b>Aika</b>	<b>Paikka</b>	<b>Järjestäjät</b>	<b>D</b>	<b>RR</b>
to 8.5.	Ämmänsaari	Jussi ja Jaana Kauppinen		
ti 13.5.	Hietasärkät	Eija Aarnio ja Jari Anttonen		x
to 15.5.	Haverinen	Raimo Moilanen, Jukka ja Marja Hakala	x	
ti 20.5.	Saukkokangas	Pirjo ja Kimmo Neuvonen Kainuun Nuorisocupin osakilpailu		x
to 22.5.	Suomussalmi	Reijo Hakonen, Seppo Moilanen ja Eino Martikainen	x	
ti 27.5.	Hulkonniemi	Hannu ja Petteri Kymäläinen		x
to 29.5.	Aittokoski	Timo Kinnunen ja Lauri Seppänen	x	
ti 3.6.	Varisjärvi	Pertti Oikarinen ja Timo Laaksoviita		x
to 5.6.	Hulkonniemi	Kirsi, Hannu ja Henna Huttu	x	



<b>Aika</b>	<b>Paikka</b>	<b>Järjestäjät</b>	<b>D</b>	<b>RR</b>
ti 10.6.	Akonvaara	Rauno Pyykkönen ja Aku Pyykkönen		x
to 12.6.	Haverinen	Jari ja Annikki Kyllönen	x	
ti 17.6.	Akonvaara	Heikki Laurinseppä ja Juha Kvist (pitäjän mestaruus)	x	x
to 19.6.	Hietasärkät	Tauno Väisänen ja Juhani Hellsten	x	
ti 24.6.	Hulkonniemi	J-P Mäkeläinen, Päivi Tolonen ja MikkoTurunen		x
to 26.6.	Akonvaara	Jukka Falck ja Ulla Lehtonen	x	
to 17.7.	Saukkokangas	Teuvo ja Pertti Minkkinen	x	
ti 22.7.	Hulkonniemi	Mikko Keränen, Heikki Manninen ja Anneli Manninen	x	
to 24.7.	Akonvaara	Timo, Maija-Liisa ja Hannu Sirviö	x	
ti 29.7.	Varisvaara	Arvi Noponen ja Seppo Sirviö	x	
ti 5.8.	Hulkonniemi	Mirja Humalamäki ja Maija Aatsinki	x	
ti 12.8.	Varisjärvi	Keijo, Anneli ja Antti Kanniainen		x
ti 19.8.	Varisjärvi	Pentti ja Martti Seppänen	x	
su 31.8.	Kelkkakangas	järjestäjä avoin		

## **OPASTUSTA ALOITTELIJOILLE**

Aloittelijoille järjestetään jälleen muutamien kuntorastien yhteydessä opastusta, jonka avulla harrastuksessa pääsee alkuun. Ohjaajana on Mirja Humalamäki ja opastuskurssi järjestetään klo 17:30 alkaen seuraavilla rasteilla:

8.5. Ämmänsaari

27.5. Hulkonniemi

15.5. Haverinen

3.6. Varisjärvi.

## **JÄRJESTÄJIEN KOULUTUSTA**

Kaikille kuntorastien järjestäjille pidetään koulutustilaisuus maanantaina 5.5.2008 klo 18 Metsähallituksen neuvottelutiloissa. Tilaisuudessa käydään läpi ohjeistusta järjestäjille, tulospalvelun järjestämistä ja ratojen suunnittelua.

Uusien karttaohjelmien myötä karttojen päivittäminen ja uusien karttojen tulostaminen valmiilla rastipisteillä on myös tullut helpommaksi ja tarkoituksena on keskustella niiden järjestämisestä.

## KESÄN 2008 SUUNNISTUSKOULU

Kesäkaudella 2008 suunnistuskoulu toteutetaan kolmena keskiviikkona Ruukinkankaan koululla ja tämän jälkeen kuntorastien yhteydessä.

### Ruukinkankaan koululla:

Lasten suunnistuskoulu kokoontuu toukokuussa Ruukinkankaan koululle kolmena peräkkäisenä keskiviikkona. Suunnistuskouluun osallistuvat lapset jaetaan ryhmiin ikänsä ja taitojensa mukaan. Pienimmät lapset tutustuvat suunnistukseen leikkien myötä, suuremmille lapsille on tarjolla jo enemmän suunnistukseen liittyviä harjoituksia. Ruukinkankaan harjoituksissa lapset saavat myös valmiudet osallistua kesäkauden kuntorasteille. Vanhemmat voivat jättää lapsensa ohjaajien huostaan suunnistuskoulun ajaksi, kuitenkin alle 6 v. lapsilla olisi hyvä olla huoltaja mukana.

Suunnistuskoulu  
Ruukinkankaan  
koululla  
keskiviikkoisin  
7.-21.5.2008  
klo 18.00-19.30.  
Sen jälkeen  
suunnistetaan  
kuntorasteilla.



### Kuntorasteilla:

Ruukinkankaalla saadut opit voi testata osallistumalla kuntorasteille. Niitä järjestetään tiistaisin ja torstaisin elokuun lopulle saakka. Suunnistus on hyvä ja mielenkiintoinen harrastus ja kuntorasteille ovat lämpimästi tervetulleita kaikki kuntoon ja ikään katsomatta. Suunnistus on myös hyvä perheharrastus, jolloin vanhemmat voivat kiertää ratoja lastensa kanssa. Huoltajien toivotaankin olevan kuntorasteilla lasten mukana, elleivät he vielä osaa liikkua maastossa yksin. Kuntorastien pitäjät ja suunnistuskoulun ohjaajat auttavat mielellään kuntorastien ensikertalaiset alkuun.

### Suunnistuskouluarpajaiset

Suunnistuskoululaisten aktiivinen osallistuminen palkitaan. Jokainen osallistumiskerta suunnistuskouluun Ruukinkankaalla tai kuntorasteilla parantaa mahdollisuuksia syksyn arvonnassa. Suunnistuskoululainen saa jokaisesta osallistumisestaan merkinnän ja hän osallistuu syksyn arvontaan yhtä monella arpalipulla kuin hänellä on osallistumismerkintöjä kauden ajalta. Palkintoina arvotaan suunnistukseen ja urheiluun liittyviä tuotteita.



**Suunnistus on hirveen kivaa, tervetuloa mukaan.**

**t. Suunnistuskoulun ohjaajat**

Lisätietoja:

Päivi Tolonen: 0440 - 821 039

Mikko Turunen: 040 - 718 4774





## KELKKAKANKAAN RASTIVIIKKO 2009

Neljä vuotta on taas vierähtänyt nopeasti edellisestä rastiviikosta ja seuraavan järjestäminen on ovella. Vaikka julkisuudessa ei vielä ole suunnitelmista paljon kuulunut, on suunnistusjaosto hoitanut järjestelyjä jo parin vuoden ajan.

Ensimmäinen tehtävä on ollut kilpailumaaston valinta, mikä tehtiin lopullisesti puolitoista vuotta sitten syksyllä. Kisa päätettiin järjestää kolmannen kerran sen historian aikana Pyykkölänvaaralla. Edellisen kerran siellä kisattiin 1984. Nyt kilpailukeskus kuitenkin viedään alueen keskelle Kelkkakankaalle, josta parhaat maaston osat ovat paremmin saavutettavissa.

Alue on ilmakuvattu vuosi sitten ja kartoituksen pohjatyö on valmistunut. Kartan teosta vastaa tällä kertaa K-Map ja Pasi Jokelainen ja maastotyö tehdään ensi kesän aikana.

Kilpailunjohtajaksi on lupautunut Jussi Kauppinen ja organisaation vastuuhenkilöt on pääosin valittuna. Ratojen suunnittelusta vastaa ratamestariryhmä, johon kuuluvat Timo Sirviö, Jari Anttonen, Heikki Laurinseppä ja Pertti Oikarinen. Kilpailukeskuksessa on jo tehty paljon raivaustöitä, joita on johtanut tekninen johtaja Rauno Pyykkönen.

Myös markkinointityöt on jo aloitettu tiiviissä yhteistyössä Kainuun Liikunnan kanssa. Kansainvälinen esite on jo painossa ja se toteutetaan yhdessä muiden suunnistuksen suur tapahtumien Mikkelin Jukolan ja Hämeenlinnan Fin5-viikon kanssa. Ensi kesänä on sitten tärkein markkinointiaika kesän rastiviikoilla ja Jukolassa, joille tarvitaan oman seuran väkeä markkinointityöhön.



Kuva: Juhani Mustonen

Kilpailuiden suojelijaksi on lupautunut kansanedustaja Merja Kyllönen. Hän ei kuulemma kouluaikaan innostunut suuremmin suunnistuksesta, mutta suostui mielellään suojelijaksi tärkeään tapahtumaan. Vähän jo mietittiin pienen suunnistusopastustuokion järjestämistä viikon puitteissa.

# OHJEITA KILPAILUIHIN

## VERKKOVIIHKO

Kilpailuihin ilmoittautuminen tapahtuu internetissä Verkkovihkon kautta. Linkki sivuille on Rasti sivuilla ja seuran yhteinen salasana on sumt294. Kilpailuihin ilmoittaja on Jaana Rautiainen (050-349 0006), jaana.m.rautiainen(at)pp.inet.fi.

Kilpailuihin tulee ilmoittautua 2 vuorokautta ennen kilpailukutsussa ilmoitettua määräaika. Kilpailu suljetaan verkkovihkossa ja ylläpitäjä lähettää ilmoittautumiset järjestäjille ja maksaa osallistumismaksut yhdellä kertaa.

Kilpailun sulkemisen jälkeen siihen ei voi enää ilmoittautua seuran kautta vaan ilmoittautuminen ja kilpailumaksut pitää hoitaa itse. Seuran viitenumero maksuissa on 4967.

## MAKSUT

Seura maksaa osallistumismaksut kansallisiin kilpailuihin jäsenmaksun maksaneista jäsenistään. Rastiviikoille osallistuvien tulee maksaa puolet osallistumismaksusta seuran tilille OP Suomussalmi, 544 209-515 2863.

Jaosto maksaa laskua vastaan majoitukset SM-kisoissa halvimman majoituksen mukaan. Matkakorvausta maksetaan 0,20 €/km edellyttäen, että auto on kerätty täyteen ja seura ei ole järjestänyt muuta yhteiskuljetusta.

## JUKOLA

Tampere-Jukolaan ollaan jälleen lähdössä suurella joukolla. Sekä Venloihin, että Jukolaan on ilmoitettu Rastista kaksi joukkuetta ja mukaan halukkaat voivat käydä laittamassa nimensä Verkkovihkoon. Joukkueita ilmoitetaan niin paljon kuin on lähtijöitä ja venloista näyttää jo nyt tulevan ainakin kolmas joukkue. Ilmoittautumisaika Jukolaan päättyy 15.5., joten nyt nimiä listaan!

Osuuspituudet ovat Kaanaan maastoissa:

Jukola:

1. 11,4 – 11,6 km
2. 12,2 – 12,4 km
3. 13,0 – 13,2 km
4. 7,8 – 7,9 km
5. 7,8 – 7,9 km
6. 9,7 – 9,9 km
7. 13,7 – 13,9 km

Venlat:

1. 6,8 – 6,9 km
2. 6,8 – 6,9 km
3. 5,6 – 5,7 km
4. 7,8 – 7,9 km



## **KAINUUN RASTIVIIKKO**

Kainuun Rastiviikko suunnistetaan heinäkuussa Ukkohallassa. Ilmoittautumisaika KRV:lle päättyy 3.6.2008. Rastilaisia tarvitaan paikalle mainostamaan omaa ensi kesän rastiviikkoamme. Samoin menemme porukalla Saarijärvelle Fin5-viikolle markkinoimaan. KRV 2009:n vastuuhenkilöiden osallistumismaksut maksaa suunnistusjaosto kokonaan.

Puolikkaat eli jaostolle suoritettavat maksut muille KRV:lle osallistujille ovat: helmikuun loppuun mennessä ilmoittautuneille:

sarjat H/D 8-16	12,50 €/vko, 3 €/pv
muut sarjat	24 €/vko, 6,50 €/pv

3.6.2008 mennessä maksaville:

sarjat H/D 8-16	15 €/vko, 4 €/pv
muut sarjat	28 €/vko, 8 €/pv

Kunto- ja perhesarjoissa ilmoittautuminen ja maksu tapahtuvat paikanpäällä.

## **KAINUUN NUORISOCUP**

Viime kesänä aloitettu Kainuun Nuorisocup jatkuu tulevana kesänä. Kyseessä on viiden osakilpailun sarja, joka toteutetaan kuntorastien yhteydessä. Pisteitä lasketaan kolmesta kilpailusta ja parhaiten menestyneet palkitaan viimeisessä osakilpailussa.

Sarjat ovat: H/D8RR, H/D10RR, H/D12 (voi olla tukireitti tai normaalisuunnistus), H/D13, H/D14, H/D16 ja H/D18.

Sarjan kilpailut käydään:

20.5. Suomussalmella

toukokuun lopulla Puolangalla (päivä avoin)

12.6. Sotkamossa (alueen oravapolkumestaruuskilpailu)

12.8. Kuhmossa

9.9. Kajaanissa (Vimpeli, sprintti)



# 2

## KESÄN KILPAILUKALENTERIA

### TOUKOKUU

- 10. Kalevan Rasti, Kansallinen
- 13. Kajaanin Kuuhu, AM-sprintti
- 24. Kokkolan Suunnistajat, Keskipohjanmaan viesti
- 24.-25. SK Pohjantähti, Pohjantähti-rastit
- 25. Iisalmen Visa, Runnirastit
- 25. Kokkolan Suunnistajat, Kärppäjahti

### KESÄKUU

- 7.-8. Alatornion Pirkat, Tornionlaakson rastipäivät, 1.pv
- 7. Siilin Rasti, Kansallinen
- 8. Suomussalmen Rasti, Maakuntaviesti
- 8. Kuopion Suunnistajat, 60 v. juhlakilpailu
- 12. Sotkamon Jymy, AM-oravapolku
- 14.-15. Tampereen Pyrintö Koo-Vee, Tampere-Jukola
- 24. Kajaanin Kuuhu, AM-partio
- 28. Iisu, Kalevan rastiviesti
- 29. Iisu, Kansallinen

### HEINÄKUU

- 6.-11. Kajaanin Suunnistajat Rasti-Hyry, Kainuun Rastiviikko
- 13.-18. Saarijärven Pullistus, Fin5
- 26.-27. Nurmeksien Sepot, Pielisrastit
- 26.-27. Ounasvaaran Hiihtoseura, Arctic Circle Orienteering

### ELOKUU

- 1. Saloisten Reipas, Avoin PSM-keskimatka
- 2. Saloisten Reipas, Avoin PSM-pitkä matka
- 3. Saloisten Reipas, Avoin PSM-viesti
- 9. Sotkamon Jymy, AM-oravapolkuviesti
- 9.-10. Ylläksen Rasti, Suomen Tunturisuunnistus
- 9. Kuopion Suunnistajat, Hoksopoli-Rastit
- 17. Kajaanin Suunnistajat, AM-pitkä matka
- 29. Rasti-Hyry, AM-yö
- 29.-30. Hämeenlinnan Suunnistajat, KLL-mestaruus
- 31. Kuhmon Peurat, AM-keskimatka

### SYYSKUU

- 6.-7. Savon Suunta, SM-pitkä matka R1
- 6.-7. Pargas IF, SM-pitkä matka R2
- 13. Vehkalahden Veikot, SM-yö
- 20. Akilles OK, SM-keskimatka R1
- 20. IF Sibbo-Vargarna, SM-keskimatka R2
- 21. Hyvinkään Rasti, SM-viesti R1
- 21. Rajamäen Rykmentti, SM-viesti R2