

KYS siläinen



Kymin Suunnistajien jäsenlehti

11.5.2022



Yhdessä edistämme ympäristöystävällisiä valintoja



Me MM Kotkamillsillä olemme jo astuneet muutokseen valmistamalla helposti kierrätettäviä pakkausmateriaaleja.

Teemme jatkuvaa kehitystyötä kuluttajien ja ympäristön tarpeita kunnioittaen.

Valitse käännteentekevät kartonkimme. Ota tulevaisuus haltuusi.



KOTKAMILLS

Kohti Superviikonloppua



Tämän vuosi on erityinen, kun järjestämme VeVen kanssa Superviikonlopun elokuussa. Se tarkoittaa Nuorten Jukolan lisäksi useita muita kisoja lauantaina ja sunnuntai aikan. Tapahtumaan odotetaan useita tuhansia osallistua eli talkoolaisia tarvitaan. Tule mukaan kokemaan kisat "tiskin toiselta puolen". Seuran nettisivuilta löytyy ilmoittautumislomake Nuorten Jukola 2022 -otsikon alta. Hommia löytyy kaikille nuoresta vanhaan, ennen kisaa, kisan aikana, kuin kisan jälkeen. Hommia on makkarapaistosta liikenteenohjaukseen, karttojen lajittelusta rastipukkien tekoon, videokuvaamisesta sisällöntuotantoon. On tärkeää että ilmoittaudut ajoissa, jotta pystytään suunnittelemaan tapahtuma käytännön tasolla. Pienikin panos riittää! Lisää tietoja tämän lehden sivuilta.

Olipa mahtava talvi niin satunnaiselle hiihtäjälle kuin hiihtosuunnistajalle. Keminmaalla järjestettiin EM ja MM kisat, joissa tuli jälleen suomalaismenestystä. SM kisoissa oli myös hienoja suorituksia Kyssän väreissä!

Onneksi Koronan kanssa on opittu elämään ja päästään Rannikkorasteilla ja treeneissä normaaliin elämään. Keväinen metsä odottaa ottajaansa eli rasteilla nähdään!

Kevätterveisin,
Pauli Kainiemi
Puheenjohtaja



Lehden tulosti
Kopioklubi Oy



Aineistoa toimittivat

Pauli Kainiemi
Sari Kaitainen
Ari Kukkonen
Tuomas Kotro
Antti Seppä
Kalle Tarhonen
Anni Väyrynen

Kiitollisena yhteen kokosi:

Mika Kilpinen,
p. 040 481 4291
mika.kilpinen
@kopioklubi.fi

Kuulumisia Rannikkorasteilta

Muutamaan vuoteen Rannikkorastien kausi on lähtenyt käyntiin normaalein käytännöin. Ja hyvä niin. Toivotaan että poikkeuskäytännöt ovat nyt historiaa.

Vaikka korona-ajan piti lisätä ulkoliikuntaa ja esimerkiksi suunnistuksen piti olla selkeästi voittava laji muiden joukossa, niin toisin vain kävi. Edelliskauden kävijämäärä oli karkeasti vain noin kolmannes normaaleihin kausiin verrattuna. Syy tähän ei ole tiedossa, mutta muualtakin kuultuna, tilanne ei meillä ole poikkeus. Tästä huolimatta katse meillä on tulevassa ja uuden kauden tekemisessä.

Tällä kaudella tulemme varmasti näkemään teltalla myös paljon uusia kasvoja, suunnistuskouluihin kun on ilmoittautunut mukavasti väkeä. Muistakaa jokainen ottaa uudet kasvot hyvin vastaan ja opastaa aina tarvittaessa. Positiivinen kokemus Rannikkorasteilla kantaa varmasti pitkälle. Toivotaan että saamme suunnistuskoulujen kautta paljon uusia harrastajia lajin pariin.

Omatoimitapahtumia

Itse Rannikkorastit jatkaa melko lailla vanhoilla kuvioilla, ja näkyvämpi lisäys tarjontaan on omatoimitapahtumat valikoiduissa tapahtumissa. Näitä tapahtumia on tänä kesänä 8 ja ne ovat auki aina tiistaista sunnuntaihin. Käytännössä siis tiistaina pidettävän normaalin kuntosuunnistuksen jälkeen rastit jätetään metsään seuraavaan sunnuntaihin asti.

Omatoimirasteille kartan saa ladattua maksun jälkeen Rastilippu-palvelusta. Kausikorttilaisille toimitamme tarvittaessa latauslinkin, josta haluamansa kartan saa ladattua. Myös Haaviston konepajalla olevaa postilaatikkoo pyritään käyttämään ylimääräisten karttojen jakamiseen. Tarkemmat ohjeet tulevat nettisivuille lähempänä ensimmäistä tapahtumaa.

Omatoimirastien alustava kalenteri

17-22.5	Korvenkallio
31.5-5.6	Huruksela
14-19.6	Heinlahti
28.6-3.7	Hakamäki
5-10.7	Saarijärvi
12-17.7	Ylänummi
26-31.7	Uusikaupunki
16-21.8	Laajakoski

 **RANNIKKO RASTIT**
www.rannikkorastit.fi

Firmaliigaa



Firmaliiga on Rannikkorastit-kuntosuunnistustapahtumien sisäinen kilpailu, jossa firmat, perheet, kaveriporukat tai yhteisöt voivat leikki- ja joskus vakavammallakin mielellä kilpailla toisiaan vastaan.

Firmaliigaa kisaillaan aiempaan tapaan 6 osakilpailun mittaisena. Kolme osakilpailua pidetään alkukaudesta ja loput kolme loppukaudesta. Kesälomien ajan vedetään happea. Firmaliigaan kuuluu myös perinteinen firmaliigaviesti, jossa pääsee kokematonkin mukaan hektiseen matalan kynnyksen viestimitteluun.

Kerätkäähän siis omista suunnistus-/työ-/kaveriporukoista 3-5 hengen ryhmä kasaan ja lähtekää mukaan leikkimieliseen kisaan. Sarjoja on taitotasojen mukaan kaksi, joten missään nimessä mikään kilpasuunnistaja ei tarvitse olla lähteäkseen mukaan.

Tarkemmin firmaliigasta ja ilmoittautumisesta Rannikkorastien nettisivuilla.

Rannikkorasteja tekemään

Rannikkorasteja rakennetaan talkoovoimin ja jokaisen teistä apu tapahtumien järjestämisessä on korvaamaton. Ratamestarin tehtäviä on auki vielä muutama, mutta suurin osa tuloslaskijan ja tapahtumanjärjestäjän tehtävistä on edelleen auki. Alla olevan QR-koodin kautta pääset tapahtumakalenteriin ja täyttämään nimesi suoraan listaan. Omien tapahtumien lisäksi nimen voi laittaa sekä EKSun että PyVon tapahtumiin.



Mukavaa kuntosuunnistuskautta kaikille!

Terveisin,
Rannikkorastit-jaosto

Nuorten Jukola ja Superviikonloppu lähestyvät



Talven selkä taittui viimein ja lumet sulavat vauhdilla. Suunnistuskausi on polkaistu käyntiin jo joitakin viikkoja sitten eteläisessä Suomessa ja tällä viikolla tositoimiin on päästy myös eteläisessä Kymenlaaksossa. Meille tämä tarkoittaa myös neljän vuoden odotuksen päättymistä. Ensimmäinen Nuorten Jukola tällä alueella kisataan lauantaina 20.8.2022. Upea, vaativa ja hyväkuluinen maasto takaa hienot puitteet keskeisellä paikalla Kotkassa. Kiitos tästä kuuluu erityisesti naapuriseura Etelä-Kymen Suunnistajille. He antoivat sopimusta vastaan tämän paikkakunnan ”helmen” nuorten päätapahtuman näyttämöksi.

Tampsan montun ja -lavan ympäristöön rakentuu elokuun kolmannen viikon lopulla hieno kilpailukeskus, josta kilpailua on helppo seurata sekä paikan päällä, että kotikatsomoissa. IS-TV lähettää kilpailun suorana netin välityksellä. Kilpailua voi seurata myös kilpailukeskukseen tulevalta screeniltä, samalla kisatunnelmaa aistien. Tämänhetkisten suunnitelmien mukaan yleisöllä on myös mahdollisuus käydä lauantai-iltana kellottamassa haluamansa viestirata kuntosuunnistustapahtumassa. Näin voi verrata omaa osaamista ja vauhtia Suomen eri ikäisten huippujen vauhtiin. Samoilla rasteilla kilpailun päivällä suunnistaneet nuoret voivat myös ”yrittää” parantaa aikaansa tai käydä verryttelynomaisesti palauttelemassa seuraavaa päivää varten, mahdolliset ”pummit” korjaten.

Sunnuntaina meidän rallimme jatkuu Honkalan ampu-mahiihtostadionilla. Aamupäivällä juostaan nuorten henkilökohtaiset cup-kilpailujen finaalit, joihin myös omien seurojen juniorit voivat osallistua (Kompassi-tapahtuma 10–14 v. ja INOV-8, 16–20 v.). Iltapäivällä areenan valtaavat Suomen huippusuunnistajat. Televisioitava Viestiliigan

osakilpailu käsittää sekä naisten, että miesten 3-osuuksisen Kymen Rastiviestin. Emme unohda myöskään kuntosuunnistajia, Honkalan vaativiin maastoihin on mahdollista tutustua saman päivän aikana kilpailujen tuomat rajoitukset huomioiden.

Kuten alussa mainitsin, neljän vuoden odotus on pian ohi. Hyvin suunniteltu on puoliksi tehty vai kuinka se nyt menikään? Maali ja palkinto hämöttävät noin neljän kuukauden kuluttua, mutta nyt se tekeminen vasta varsinaisesti alkaa. Suunnistajankin pitää tehdä suoritus maaliin asti, muuten usein seuraa pettymys ja ”voitto” menetetään juuri siinä viimeisillä väleillä kuulutuksen jo kuullessa. Samaa ”pääkylmänä, oikea suunta ja oleelliset kohteet huomioiden” -toimintamallia odotan itseltäni ja Meiltä koko joukkueena. On ollut ilo seurata organisaation työskentelyä, suunnittelua sekä sitoutumista yhteiseen hyvään. Talkootunteja on kertynyt jo hurja määrä vastuuhenkilöille ja kesän edetessä niitä tulee myös muille talkoolaisille. Suunnistajan areena on siitä erityinen, että se tulee tehdä joka kerta uudestaan, meidän jopa kahdeksan kertaan.

Suurimmassa osassa talkootehtäviä ei tarvita suunnistusosaamista lainkaan. Riittää, että on varustettu reippaalla ja iloisella mielellä. Tapahtumaviikonloppu 20.-21.8.2022 on avattu omat nettisivut, jotka löytyvät Jukola.com sivun tai seurojen (KyS/VeVe) kautta. Siellä kerrotaan tarkemmin tapahtumasta, talkoolaistehtävistä sekä annetaan ohjeet, kuinka pääset mukaan. Mikäli herää kysymyksiä asian suhteen, ole reilusti yhteydessä Marjaan (Streng), Sallaan (Töyrylä), Mikään (Nokka), Mikkoon (Niskanen) tai minuun. Pyritään löytämään jokaisella sopiva ja mieluinen tehtävä tapahtuman aikana, ennakkoon tai ”jälkikitoissa”.





Haluan antaa erityiskiitokset jo mukana oleville lukuisille yhteistyökumppaneillemme sekä talkoolaisille. Talkoolaistilanne näyttää nyt ajankohta huomioiden melko hyvältä, meitä on mukana jo reilut 90 henkilöä. Kokonaistavoitteeksi olemme asettaneet 150–200 henkilöä eli mukaan mahtuu vielä. Talkoolaisasusteet ovat lähdössä pian tilaukseen, joten oikean koon ilmoittamalla T-paita ei ole kireä tai löysä. Aikaista ilmoittumista kaivataan myös talkoolaisten muonitukseen ja vakuutuksiin liittyen eli nyt on viimeistään oikea aika laittaa nimi listalle.

Tule mukaan rakentamaan nuorille ja itsellesi mukava tapahtumaviikonloppu! Palkinnoksi on kaavailtu tapahtumakokemuksen lisäksi syksyille yhteinen talkoolaisillanvietto, jossa muistellaan tapahtumaa, juhlitaan ja suunnataan katsetta vuodelle 2026. Neljä seuraavaa vuotta rakennetaan vaihe vaiheelta sellaista tapahtumaa Kymen metsiin, jota täällä ei ole ennen koettu.

Lopuksi lainaan Suomen Suunnistusliiton Tapahtuma- ja seurapäällikön Timo Saarisen sanoja Suunnistajalehden pääkirjoituksesta 1/2022, ”Seurat pohtivat usein taloudellista tulosta järjestelyissään, mutta itse koen myös tärkeäksi lajikulttuurimme piirteen, jossa tapahtumien järjestäminen toisille harrastajille nähdään myös vastaavuoroisuuden näkökulmasta.”

Tehdään yhdessä laadukas ja taloudellisesti kannattava superviikonloppu!

Ari Kukkonen
Kilpailunjohtaja

24.4.2022 Jäppilä, Kotka



Suunnistusliiton Koulu Kartalla -teemaviikot

Koulu kartalla -teemaviikot liikuttavat kouluissa ja päiväkodeissa huhtikuun ajan monenlaisten suunnistusvirikkeiden merkeissä. Tarkoituksena on innostaa lapsia suunnistamaan ja liikkumaan luonnossa. Suunnistuksesta halutaan antaa positiivinen, inspiroiva ja hauska kokemus, jonka kautta laji jää tutuksi ja toivottavasti myös sellaiseksi, jonka pariin halutaan palata myös uudestaan.

Kotkan ja Pyhtään alueilla rastit olivat neljässä maastossa kahden viikon ajan huhti-toukokuun vaihteessa. Opettajat saivat tulostaa kartat nettisivuiltamme ja käydä oppilaiden kanssa omien aikataulujensa puitteissa suunnistamassa.



Lasten suunnistuskoulun kausi lähti vauhdikkaasti käyntiin

Vihdoinkin, 2 välivuoden jälkeen, päästiin aloittamaan ihan oikea suunnistuskoulu. Kymenlaakson Osuuspankki antoi tärkeää markkinointiapua ja sen avulla saatiin houkuteltua lajin pariin iso joukko uusia suunnistajan alkujä. Aloittavien ryhmät tulivat niin täyteen, että kauden alettua ei enää uusia voida ottaa.

Tänä vuonna suunnistuskoulu kestää juhannusviikolle asti ja elokuussa järjestämme vielä muutamia yhteisiä tapahtumia. Tällä kaudella panostetaan myös siihen, että Rannikkorastit tulisi tutuiksi lapsille ja heidän perheilleen.

Suunnistuskoululaisia on paljon, ja mitä enemmän meitä ohjaajia on, sitä henkilökohtaisempaa opastusta pystymme antamaan. Yksittäisille kerroille ohjaajaksi voi ilmoittautua nimenhuudossa. Lisäksi ohjaajilla on oma whatsapp-ryhmä, jossa jaetaan kartta ja muuta ohjeistusta ennen harjoitusta. Ilmoittaudu tähän ryhmään laittamalla viestiä 0505626779 /Sari Kaitainen

Niin oli vauhdikasta että yhtään kuvaa ei ensimmäiseltä suunnistuskoulukerralta jäänyt talteen. Ohjelmassa oli alkuleikki, karttamerkkejä, suunnistusrata ja paras kaikesta eli leimausrata.

Sari Kaitainen

VALMENNUSRYHMÄESITTELY

Kymin Suunnistajien valmennusryhmään kuuluu tänä vuonna yhteensä 16 suunnistajaa. Uusina niminä valmennusryhmässä on tänä vuonna Mico Kokko, Kasper Huttunen sekä Nelli Tani. Lisäksi valmennusryhmässä jatkaa monia tuttuja nimiä. Alla lyhyt esittely tämän vuotisesta valmennusryhmästä.

Kysymykset

1. Nimi:
2. Ikä:
3. Harrastamasi suunnistuksen lajit:
4. Muut harrastukset:
5. Tulevan kauden tavoite:
6. Kuvaile itseäsi kolmella sanalla:
7. Suosikkitreeni:

1. Matias Seppälä

2. 15 vuotta
3. Suunnistus
4. Hiihto ja laskettelu
5. Kehittyä reitinvalinnoissa ja suunnistustarkkuudessa.
6. Rauhallinen, positiivinen ja erähenkinen.
7. Intervallijuoksut

1. Mette Soini

2. 19 v.
3. Suunnistus
4. Hiihdän talvella mutta en kylläkään kilpaile siinä
5. Tavoitteena on tehdä suunnistusuran parhaat suoritukset SM-kisoissa
6. Määrätietoinen, sosiaalinen, eläinrakas
7. Pitkä pk-treeni suunnistaen

1. Nelli Tani

2. 13 v.
3. Suunnistus
4. Joukkuevoimistelu, hiihto, ampumahiihto
5. Kehittää suunnistustaitoja ja kisoissa pärjääminen
6. Rauhallinen, notkea ja tunnollinen
7. Pimeä harkka

1. Lassi Kaitainen

2. 18 v.
3. Suunnistus
4. Frisbeegolf
5. Jukolan viestissä onnistuminen
6. Joustava, tehokas ja rento
7. Haastava keskimatkan harjoitus

1. Anni Väyrynen

2. 27 v.
3. Suunnistus
4. -
5. Jos syksyksi pääsisi parempaan juoksukuntoon niin A-finaalipaikka syksyn SM-kisoissa sekä Venlojen viestissä osuussijoitus 150 joukkoon
6. Positiivinen, hetkessä eläjä, introvertti
7. Suunnistusintervallit ja rastinottoharjoitus

1. Aliisa Kiiski

2. 17 v.
3. Suunnistus ja hiihtosuunnistus
4. Yleisurheilu (kilpakävely ja kestävyysjuoksu)
5. Saada onnistuneita suorituksia kilpailuissa, menestyä SM-kilpailuissa ja saada suunnistuksen rytmitystä paremmaksi.
6. Urheilullinen, määrätietoinen ja sosiaalinen
7. Suunnistusvedot ja sprinttiharkat.

1. Mico Kokko

2. 13 v.
3. Suunnistus
4. Hiihto, yleisurheilu, maastopyöräily, partio, ampumahiihto
5. Parantaa juoksunopeutta metsässä
6. Hyväntuulinen, innostunut, haaveilija
7. Kaupunkisprintti

1. Väinö Kotro

2. 22 vuotta.
3. Hiihtosuunnistus ja suunnistus.
4. Maastohiihto.
5. Hiihtosuunnistuksen SM viesti kulta.
6. Ilmainen, yllytyshullu, sisukas.
7. Intervallivedot rullahiihtämällä

1. Olavi Kiiski

2. 15 v.
3. Suunnistus, hiihtosuunnistus
4. Yleisurheilu
5. Saada suorituksia tasaisemmiksi ja sujuvammiksi
6. Nopea, urheilullinen ja voitontahoton
7. Sprintti harjoitukset

1. Onni Vepsäläinen

2. 17 v.
3. Hiihtosuunnistus
4. Suunnistus
5. Menestyä SM-kisoissa
6. -
7. Veto treeni

1. Katariina Outinen

2. 17 v.
3. Suunnistus, hiihtosuunnistus
4. -
5. Parantaa tarkkuutta ja sujuvuutta suunnistuksessa
6. Pirteä, iloinen, avoin
7. Sprinttaviestiharjoitus

1. Kasper Huttunen

2. 14 vuotta
3. Suunnistus
4. Hiihto, ampumahiihto, yleisurheilu ja olen innolla kokeillut uusia lajeja mm. Mäkihyppyä.
5. Tulevan kauden päätavoitteena minulla on olla isoissa kisoissa, menestyä ja INOV-8 liigan finaali.
6. Olen positiivinen, oppimisenhaluinen ja monipuolinen.
7. Taitoharjoitus metsässä

1. Venla Kääriä

2. 23 v.
3. Suunnistus
4. Hiihtely
5. Puhtaat suoritukset sekä paljon kilometrejä nastareiden alle
6. Positiivinen, päättäväinen, ongelmanratkaisuhaluinen
7. Taitoharjoitukset

1. **Titta Paavola**
2. 17 v.
3. Suunnistus
4. -
5. Tulevan kauden tavoite on saada hyviä ehjiä suorituksia.
6. Rohkea, huumorintajuinen ja Kymiläinen
7. Suosikki treeni on vaellus ja pk pitkät

1. **Miina Hietala**
2. 32 v.
3. Suunnistus
4. Retkeily, kuntosali, hiihto, kylmävesiuinti, neulominen, lukeminen
5. Nauttia lajista, pysyä ehjänä ja tehdä omaa parasta viesteissä ja SM-kisoissa.
6. Usko, toivo ja erämaa
7. Sprinttirata

1. **Rasmus Töyrylä**
2. 15 v.
3. Pääpaino kesäsuunnistuksessa, HiSutan myös.
4. Koripallo ja erilaiset juoksukisat
5. EM- kisoihin pääsy ja SM- mitalit.
6. Päämäärätietoinen, hyvä keskittymiskyky, kilpailuhenkinen
7. Maximi kestävyys vedot



Yllä Mette,
vas. Nelli.



Matias



Vas. Aliisa, yllä Mico.



Yllä, Väinö ja Olavi



Anni



Onni, Katariina ja Kasperi



Titta, Rasmus ja Miina

Valmennusryhmän harjoitukset

Valmennus-, vauhti ja harrasteryhmän yhteiset taitoharjoitukset alkoivat hieman huhtikuun puolen välin jälkeen. Tänäkin vuonna taitoharjoitusten osalta tehdään yhteistyötä Vehkalahden Veikkojen kanssa. Lisäksi taitoharjoituksia järjestetään Rannikkorastien yhteydessä. Harjoitukset ovat avoimia myös edellä mainittujen ryhmien ulkopuolisille.

Tänä vuonna uutena toimintana valmennus- ja vauhtiryhmien osalta alkoi Itä-Suomen Junioni nimeä kantava Kaakon ja Savo-Karjalan alueiden seurojen nuorten yhteinen leiritys. Junionin ensimmäinen leiri järjestettiin huhtikuun alussa Kotkassa ja Haminassa. Leirille osallistui lähes 90 nuorta alueen seuroista. Tälle vuodelle leirejä on suunniteltu yhteensä viisi

Itä-Suomen Junionin leirit

2.-3.4. Sprinttileiri, Hamina/Kotka

15.4.-17.4. Pääsiäisleiri, Lounais-Suomen rannikko

26.-28.5. Leijonaleiri, Ruokolahti

27.-30.6. Helleleiri, Vuokatti

8.-9.8. SM-leiri, Anttola

Alla valmennusryhmän kevään ja alkukesän alustava harjoituskalenteri. Ajantasaisen harjoituskalenterin, harjoitusinfon sekä ilmoittautumisohjeet harjoituksiin löytyvät seuran nettisivuilta <https://www.kyminsuunnistajat.fi/valmennusryhman-harjoituskalenteri-2022/>

20.4. Taitoharjoitus, sprintti (KyS)

27.4. Taitoharjoitus, rastinotto (VeVe)

28.4. Taitoharjoitus, Rytminvaihto (VeVe)

4.5. Taitoharjoitus, sprintti (KyS)

5.5. Taitoharjoitus. Rannikkorastien yhteydessä, pelkistetty kartta/kompassi (KyS)

11.5. Ratatesti 3000m

12.5. Taitoharjoitus Rannikkorastien yhteydessä, sprintti (VeVe)

17.5. Taitoharjoitus Rannikkorastien yhteydessä, teema avoin (KyS)

24.5. Taitoharjoitus Rannikkorastien yhteydessä, keskimatka (VeVe)

31.5. Ratatesti 3000/5000m

2.6. Taitoharjoitus Rannikkorastien yhteydessä, pitkä matka (VeVe)

3.6. Jukola -harjoitus (KyS)

8.6. Taitoharjoitus, reitinvalinta/pitkät välit, 1:15 000 (KyS)

15.6. Taitoharjoitus Rannikkorastien yhteydessä, viestiharjoitus (VeVe)

Valmennusryhmän pääkilpailut kaudella 2022

SM-kilpailut

15.5. SM-sprintti, Jyväskylä

3.-4.9. SM-pitkä, Ylämaa

10.9. SM-keskimatka, Hyvinkää

11.9. SM-viesti, Hämeenlinna

24.9. SM-yö, Anttola

15.10. SM-erikoispitkä, Jämsä

Nuorten näyttökilpailut

20.5. eSprint 2022 (sprintti), Espoo

21.5. Maastotesti, Kisakallio

11.-12.6. O-Games (keskimatka + pitkä matka), Vihti

Inov-8-liiga (H/D16, H/D18, H/D20)

23.4. FinnSpring (pitkä matka), Askola

20.5. eSprint 2022 (sprintti), Espoo

11.-12.6. O-Games (keskimatka + pitkä matka), Vihti

15.7. Fin5 3. osakilpailu (sprintti), Lahti

21.8. Inov-8-liigan finaali (takaa-ajo), Kotka

Kompassi-cup (H/D14 ja nuoremmat)

2.5. Henkilökohtainen kisa, Hamina

11.5. Henkilökohtainen kisa, Kotka

22.5. Henkilökohtainen kisa, Hamina

16.6. Viesti, Kouvola

13.8. Henkilökohtainen kisa, Kouvola

14.8. Viesti, Kouvola

6.9. Henkilökohtainen kisa, Kouvola

21.8. Valtakunnallinen Kompassi-tapahtuma, Kotka

Muut kilpailut

18.-19.6. Lukkari Jukola, Mynämäki

26.-27.8. KLL, Seinäjoki

1.10. Nuorisoviesti, Turku

2.10. Oravatoni; Mynämäki



Venla, Lassi



Suunnistusprojekti

Suunnistus on kuulemma insinöörien ja opettajien laji. Itse en ymmärrä mistään näistä kolmesta aiheesta mitään, joka pätevoittääkin minut siis nykyajan twitter-standardin melkoiseksi asiantuntijaksi. Käsitellään siis suunnistussuorituksen parantamista insinöörinäkökulmasta, sillä onhan Linkedinkin täynnä tietoja, kuinka insinööri maailma voi muka oppia kaiken maailman jäälläliukumisvoitoista; miksipä asia ei siis toimisi toisinkin päin. Mikäli joku humanisti erehtyy tämän tarinan lukemaan, on heille lopuksi tarjolla runo.

Insinööri maailmassa pienistäkin asioista tehdään projekti, tehdään siis suunnistussuorituksestakin.

Jokainen kunnon projekti alkaa aloituskokouksella. Kerää siis seuraavalla kuntasarikerralla teltan ympäristöstä itsellesi kunnon projektiorganisaatio ja istukaa hetkeksi (kutsussa lukee 15 min, kestää siis tunnin) pohtimaan kuinka suoritus viedään kunnolla maaliin. Kovaäänisin ja vähiten suunnistuskokemusta omaava valitaan projektipäälliköksi. Toinen vaihtoehto on valita ryhmän paras suunnistaja päälliköksi, jolloin kukaan ei varmasti ole elementissään. Hänen tehtävänsä on laatia aikataulu projektille, eli siis määrittää tavoiterastivälit. Jos johtaja osaa hommansa, hän asettaa tavoitteen neljän minuutin kilometriaikaan, sillä näin hän on ainakin tehnyt työnsä oikein. Mikäli koet projektin suorittavassa portaassa tavoitteen epärealistiseksi, sillä tielläkin maksimivauhti on noin 6 min/km, ei huolta. Ensinnäkään sinulta ei kysytä. Tässä astuu mukaan projektiorganisaation ulkopuolinen konsultti. Hänet tunnistaa teltan läheisyydessä suurimmista käsien liikkeestä. Konsultti motivoi sinut juoksemaan oikeaa tahtia keksimällä projektille iskulauseen, tyyliin "Mahdottomuus on mahdollisuus". Konsultille on hyvä maksaa ainakin puolet projektin budjetista, eli 7€. Muita projektille tärkeitä henkilöitä ovat mm. fasilitaattori, coach ja marketing manager. Heidänkin on hyvä tietää varsin vähän itse suunnistuksesta, jottei realisimi pääse paljastamaan teräviä kulmahampaitaan.

Aloituskokouksen jälkeen projekti pääsee liikkeelle. Suoritus on hyvä tehdä japanilaisten tuotanto-oppien mukaisesti, eli ns. Lean-periaatetta hyödyntäen. Käsitääkseni Leanin idea on se, että sen sijasta että tehtäisiin asiat raivolla hukkien, niin poistetaan siitä kaikki turha hukka jolloin tehtävä valmistuu samalla efortilla, mutta ripeämmin. Erilaisia hukkia tässä tuotannon ihmeläkkeessä ovat:

Kuljetukset

- * Ei tuhlaata siis energiaa esim. tulemalla pyörällä kuntaripaikalle.

Varastot

- * Ei mietitä tulevia tai menneitä rastivälejä, vaan ainoastaan käsillä olevaa väliä.

Liike

- * Suunnistetaan siis suoraan rastille, ilman pummeja.

Odotusaika

- * Ei jäädä rastille kupeksimaan, vaan suoritus jatkuu sujuvasti

Ylituotanto

- * Ei suunnisteta turhia rastivälejä, kuten esim. perhoslenkeissä saattaa tapahtua

Yliprosessointi

- * Ei haeta täydellistä reitinvalintaa, vaan riittävän hyvä joka voidaan toteuttaa.

Viallinen tuote

- * Varmistetaan rastikoodit joka rastilla.

Mikäli sinusta taas tuntuu, että ihan kaikkia vaatimuksia ei ole mahdollista täyttää, elä huolehdi siitäkään. Jokaisen rastivälin puolellessavälissä, juuri kun olet pääsemässä flowtilaan pidetään jatkuvan parantamisen hengessä seuran tapalaveri, sillä muut projektiorganisaation jäsenet kokevat että heillä käy aika pitkäksi. Siispä pieni osa heistä keskustelee mielestään parhaasta tavasta toteuttaa seuraava rastiväli, samalla kun osa lukee iltasanomia kännykällä. Lopulta siirretään päätös toteutuksesta seuraavaan palaveriin, ja joudut siis suunnistamaan kuitenkin ihan omin taidoin. Jokaisen rastivälin jälkeen on myös hyvä syöttää menneen ja tulevan rastivälin tiedot johonkin tuotannonohjausjärjestelmään, (esim. SAP) joka tosin vie puolet koko suunnistukseen käytettävästä ajasta. Valitettavasti käytössäsi oleva järjestelmä on universaali, ja se ei tunnista juoksua ja nastareita, joten joudut etenemään kontaten ja korkokengissä. Tärkeintä kuitenkin on, että järjestelmään saadaan eteneminen raportoitua oikein.

Jossain vaiheessa saatetaan huomata, että tavoitteeseen ei kuitenkaan tulla pääsemään. Tämä tulee kaikille yllätyksenä, sillä vastaava tilanne on ollut kaikissa aiemmissakin projekteissa. Nyt on kolme vaihtoehtoa projektikolmion mukaisesti.

Tingitään laajuudesta, pidetään aikataulusta ja kustannuksista kiinni

- * Eli oikaistaan muutama rastiväli ja vakuutetaan teltalla että käytiin jokaisella rastilla. Näin voitetaan kilpailijat, mutta myöhemmin saattaa tulla sanomista. 



Tingitään aikataulusta, pidetään laajuudesta ja kustannuksista kiinni

- * Eli tehdään ajattelutyö nopeammin. Ei mietitä parasta reitinvalintaa vaan juostaan hurjalla kyydillä johonkin suuntaan. Saattaa joskus toimiakin, tosin laatukustannukset saattavat nousta.

Lisätään kustannuksia, pidetään laajuudesta ja aikataulusta kiinni

- * Eli valitaan kaikki hulluimmat jyrkänteiden yli ja kivikoiden läpi vievät reitit, ja toivotaan parasta. Saattaa aiheuttaa pitkässä juoksussa tulevista projekteista poisjäämisen

Jossain vaiheessa projekti päättyy ja päästään maaliin. Projektin päätöskokouksessa arvioidaan kuinka projekti meni. Jos päästään tavoiteaikaan, laitetaan tuloksiin päällikön nimi ja annetaan sinun juosta vielä seuraavakin projekti. Jos taas menestytään kehnemmin, todetaan että hyvästä suunnitelmasta ja motivoinnista ei tulos ainakaan johtunut; sillä neidän näyttivät voittoaika. Seuraavaan projektiin otetaan sinun sijasta siis joku muu juoksija.

Kuten huomaatte, insinöörimäisellä lähestymistavalla saadaan myös suunnistuksesta ja pakinoista jos ei nyt mukavampia niin ainakin pidempiä ja kuivempia! Jos joku tämän tarinan jaksoi loppuun, on luvaton runon aika. Haiku on myös japanista kotoisin oleva runo, jossa on riveillä 5-7-5 tavua. Aiheen pitäisi liittyä luontoon. Seuraavassa esimerkki.

Puro solisee
Kompassi valehtelee
Missä lienenkään?

Kalle Tarhonen



Kymin Suunnistajien stipendirahasto

Kymin Suunnistajien Stipendirahasto on perustettu täydentämään seuran ns. normaalitukea ja muualta yksittäisen urheilijan mahdollisesti saamaa lisätukea. Se täydentää seuran ns. normaalitukea ja muualta (järjestöt, Suunnistussäätiö jne.) mahdollisesti yksittäisen urheilijan saamaa lisätukea. Rahastolla mahdollistetaan erityisesti niiden seuramme nuorten (15-25 -vuotiaiden) suunnistajien tavoitteellinen valmentautumis- ja kilpailutoiminta, joiden perheillä ei ole taloudellisia edellytyksiä kattaa mainitusta toiminnasta syntyviä kuluja.

Miten rahastoon lahjoitetaan rahaa?

Kymin Suunnistajien stipendirahastoon voi lahjoittaa haluamansa summan yksityinen henkilö/yhteisö tai yritys. Lahjoitettava summa on täysin lahjoittajan valittavissa. Käytännössä lahjoittaminen tapahtuu maksamalla haluamansa summan Kymin Suunnistajien tilille (FI77 5172 0220 0249 22) ja merkitsemällä viestiosaan "Stipendirahasto". Ilmoita myös lahjoituksestasi pj. Pauli Kainiemelle ja ilmoita samalla, voidaanko nimesi mainita lahjoittajien listalla. Yksittäisten lahjoitusten määrät eivät ole julkisia ja kyseisiä tietoja käsitellään täysin luottamuksellisesti seuran taloushallinnosta vastaavien henkilöiden toimesta.

Miten tukea jaetaan?

Stipendejä haetaan vapaamuotoisella hakemuksella ympäri vuoden. Hakemuksessa tulee perustella stipendin taloudellista tarvetta ja eritellä kustannukset, joihin stipendiä haetaan. Työryhmä käsittelee hakemukset täysin luottamuksellisesti. Stipendien maksatus tapahtuu aina stipendin hakijan esittämiä maksukuitteja vastaan. Tällaisia kuluja voivat olla:

- Varustehankinnat
- Leirikulut
- Kilpailumatkakulut (esimerkiksi arvokilpailujen omavastuut)

Stipendityöryhmän kokoonpano

Työryhmän yhteyshenkilö on seuran pj., muut jäsenet ovat valmennusjaoston pj. sekä nuorisajaoston pj. Työryhmän kokoonpano:

- Pauli Kainiemi (yhteyshenkilö, ottaa vastaan hakemukset ja on lahjoittajien yhteyshenkilö) pauli.kainiemi@gmail.com puh. 040 663 6070.
- Anni Väyrynen (jäsen)
- Sari Kaitainen (jäsen)



Road to Keminmaa

Kausi 2021 oli arvokisojen suhteen aikuisten sarjassa minulla kautta aikojen huonoin. Pohjakosketuksessa on se hyvä puoli, että se antaa vahvan tukipinnan reflektoida, mikä on tekemisessä onnistunutta ja mikä ei. Mistä saa energiaa ja mikä taas imee tyhjäksi. On pakko pysähtyä ja kuunnella.

Tämä harjoituskausi sujui enemmän ja vähemmän suunnitelmien mukaan. Treenit lähti kulkemaan jo toukokuun jälkeen ja tasapaino kropassa löytyi. Vaikka edelliset arvokisat eivät onnistuneet, oli moni ominaisuus talvella ahnehtiessa mennyt uudelle tasolle. Heinäkuussa koin urallani harvinaisen loukkaantumisen, kun kolaustin kehäluun kiveen suunnistaessa Pinsiöllä. Syksyllä tuli vielä toinenkin vaiva vastaan, kun kaaduin jäisellä ladulla olkapään teloen. Kuitenkin visio tekemisestä oli niin vahva, että en jäänyt tekosyihin kiinni, vaan tein asioita, joille en muuten löytänyt aikaa. Ensilumen pudottua maahan ja kauden käynnistyessä vahvistui, että suunta on oikea ja opiksi ollaan otettu. Alkoi sadonkorjuun aika.

Sprintti on hiihtosuunnistuksessa ehkä se herkin laji, koska erot ovat usein pienet ja suunnistus toteutetaan lähes kaasu pohjassa korkealla riskitasolla. Ei ole aikaa suunnitella ja pohtia jokaista reitinvalintaa varman päälle, on oltava hereillä, läsnä ja mentävä enemmänkin vaiston

varassa. On kuitenkin tunnistettava vaihtoehdot ja tehtävä nopeita päätöksiä. On uskallettava mennä lähellä omaa maksimia taidollisesti. Keminmaan kisaviikolla, kuten monesti muutenkin arvokisaviikko alkaa sprintillä. Uuteen maastoon ja ensimmäiseen starttiin latautuu ainakin minulla samalla suurin jännitys. Tämä yhdistettynä sprintin luonteeseen on tulenarka yhdistelmä. Kisaan tullaan sopivan levänneenä ja energiaa riittää vaikka muille jakaa. Miten kaiken keskellä voi säilyttää tyyneen läsnäolon ja rauhan ottaa ensimmäinen risteys, toinen, kolmas ja ensimmäinen rasti vain asia kerrallaan? Samalla päästellä kaasupohjassa ilosta nauttien, kun sen aika radalla koittaa.

Kyssistä maajoukkueasuun sonnustautui Keminmaalle arvokisadebytantti Onni Vepsäläinen sarjassa M17 sekä aikuisissa kokeneempi kisakävijä Tuomas Kotro. Ensimmäisen päivän ohjelmassa oli lyhyen reipas sprintti. Aikuisissa voittajan kello pysähtyi aikaan 11:47. Minulla yhden sekunnin hitaampi aika ja hopeamitali oli mahtava aloitus kisaviikolle. Onni aloitti sprintin hieman hermostuneesti, mutta pääsi alun jälkeen takaisin jyvälle menosta ja lopputulemana 20. sija debyyttikisassa Suomiverkkareissa.

Takaa-ajoon oli ennakkotietojen perusteella luvassa reilusti rasteja, joten suunnitelmaksi muodostui suunnistaa itse aktiivisesti, jotta muut saavat ihmetellä passiivisuut-

taan hajontojen iskiessä. Samalla oma aktiivisuus antaisi hyvää oppia tulevalle keskimatkalle. Alussa huomasin, että minulla oli pidempi hajonta, koska kymmenkunta kaveria pääsi edelle, vaikka meno oli sujuvaa. Joskus olisi allekirjoittanut voinut tilanteesta turhautua, mutta nyt en kuunnellut ajatuksia, vaan fokusoin pienet aivoni kartanlukuun. Hiihdin kovempaa kuin kaverit edellä, joten tuumasin lopulta vain hyötyväni selistä, joita voin helpoilla pätkillä jahdata. Lyhyemmän hajonnan jälkeen ollaan jo karussa. Aavistus piti kutinsa ja vikassa kartanvaihdoissa tuli vahvistus hyvästä tilanteesta. Voittokamppailuun en ihan kerennyt, mutta 15 sekunnin päähän pääsi lopun yleisörastilla koputtelemaan. Mahtava kyllä suunnistaa kymmenien sekuntien erolla ja nähdä kuinka työn takana on jokainen sekunti, kun molemmat suunnistaa hyvin. Hopeasta sai iloa jo toistamiseen!!

Junioreilla oli toisena kisapäivänä väliaikalähdöllä keskimatka. Onni sisuuntui sprintistä ja pääsi näyttämään varmaa tekemistä keskimatkan tiheällä urastolla. Nyt ei ykkösrastikaan poltellut, vain 4 sekuntia kärkiväliaikaan! Lopputuloksissa sija 10, vaikka pieni sairastelu verottikin voimia.

Välipäivän jälkeen oli aikuisilla vuorossa keskimatka. Takaa-ajon jälkeen oli hyvä luotto omaan suunnistusrytmiin, melkeinpä vesi kielellä lähdin matkaan. Keskimatka väliaikalähdöllä eroaa luonteeltaan takaa-ajosta aika lailla. Keskimatka on enemmänkin kuin kolme sprinttiä

putkeen. Radan tunnistaminen ja siihen rytmittäminen toistuu niin monesti kisan aikana. Muutama tiukka rasti, pidempi väli, muutama tiukka, taas pidempi jne. Lyhyille väleille on löydettävä rytmi, pidemmällä uskallettava pitää vauhtia, jonka jälkeen löydettävä rytmi uudestaan väsyneenäkin. Ei kannata yrittää voittaa jokaista väliaikaa. Jossakin kohtaa on vedettävä hetki happea ja rauhassa otettava ennakkoa, jotta voi taas kohta hyökätä, kun tuntuu sujuvalta. Keskimatkan kisa lähti sujuvasti liikkeelle, vaikka ehkä hieman korkeammalla riskitasolla olisi voinut vetää. Ekan kolmanneksen kohdalla sai väliajan. Koutsilta tuli täyslaidallinen: "30s kärkeen, tämmönen ei vetele, ei riitä mihinkään." Kesällä tuli ihan pyydettyä, että välillä saa provosoida. Ja tulihan sitä, kun todella tarvitsi. Väliajan sija 10 vaihtui maalissa mitaliksi.

Onnilla viimeinen henkilökohtainen kisa oli pitkän matkan yhteislähtö. Reilusti hajontaa sisältänyt rata hajotti porukan melko tehokkaasti. Onni suunnisti sitkeästi radan läpi vaikka sairastelu olikin jo aika lailla mehut tyhjentänyt miehestä. Taskuun jäi kuitenkin arvokas kokemus yhteislähtökisasta ja sen eri vivahteista.

Sprinttiviesti oli vuorossa kisaviikon viimeisenä herkkuna. Sprinttiviesti on alkanut muodostua suhteellisen helppoksi teknisessä mielessä ja kisaviikon lopulla stadionin ympäristö alkaa olla jo urheilijoille varsin tuttua. Kisassa pelataan siis varsin pienillä marginaaleilla ja kovalla hiihtovauhdilla. Mielestäni tämä ei ole ollenkaan huono asia,



koska se luo kontrastia eri kilpailumatkojen välille. Pienet erot ja hiihtovoittoinen kisa jos mikä sopii sprinttivistiksi. Omalla kohdalla riitti viimeiselle päivälle kommelluksia vähän turhan paljon yhteen kisaan, liekö väsymystä. Ekalta loopilta tuli hiihdettyä vaihtokarsinan ohi melkein maaliin. Toisella loopilla keräili kampeita ojan pohjalta. Vikalla lenkillä tippui vielä karttakin telineestä, mutta lopulenkkin pari rastia löytyi onneksi hyvin muistin varassa. Kun vastustaa, niin vastustaa. Kyllä maalissa nauratti, että eipä ole tämmöistä kisaa ennen kokenut.

Mikä sitten antoi rauhan suunnistaa niin hyvin tänä talvena? Olen huomannut, että monesti näkökulma täytyy heittää aivan pääläelle, miten asiaa luontaisesti lähestyisi. Olen luonteeltani hieman sisään päin kääntyvää sorttia. Mietin ja pohdin asioita ja yritän muka löytää ratkaisun ainakin ajatustasolla. Kilpailuissa olen kuitenkin huomannut, että hereillä oloon, läsnäoloon ja nopeisiin ratkaisuihin vaiston varassa täytyy toimia täysin vasten omaa luontoa. Yritän ennen kilpailua suunnata focusta voimakkaasti ulospäin, niin että aistit olisivat hereillä ja focus olisi vain yhdessä asiassa kerrallaan. Pohtiminen, analysoiminen, asioiden hallitseminen jäisi kokonaan taka-alalle, koska ne vain jarruttavat kisan aikana. Paradoksaalista sinänsä, mitä isompi kisa, mitä enemmän jännittää, sitä vähemmän mieltä kannattaa oikeastaan asialla enää täyttää. Jännityksen nostama adrenaliini kyllä pitää huolen, että keho ja alitajunta käy kierroksilla. Moni asia tapahtuu kuin itsestään, kun vain on hereillä tässä ja nyt.

Kilpailujen osanottomaksujen korvausperiaatteet

Tässä korvausperiaatteet lyhennettynä, tarkennukset nettisivuillamme.

Kilpailujen korvaaminen valmennusryhmäläisille sekä nuorten sarjalaisille (H/D20 ja nuoremmat)

Seura korvaa valmennusryhmäläisten ja nuorten sarjalaisten osallistumismaksut Suomen Suunnistusliiton (SSL) alaisiin SM-kilpailuihin, AM-kilpailuihin, kansallisten kilpailuiden kilpasarjoihin, rastiviikkojen kilpasarjoihin, Nuorten rasticupin osakilpailuihin sekä viestikilpailuihin Kymin Suunnistajien joukkueessa. Jälki-ilmoittautumisesta koituvat lisäkulut tulevat suunnistajan itse maksettavaksi. Rastiviikot korvataan 2. ilmoittautumispöytäkirjaan mukaisesti.

Mikäli suunnistaja ei osallistu kilpailuun muun syyn kuin loukkaantumisen tai sairastumisen vuoksi, on hän velvollinen ilmoittamaan asiasta sekä maksamaan seuralle takaisin kyseisen kilpailun osanottomaksun. Tämä koskee myös SM-kilpailujen finaaleja.

Suurin saavutukseni ei kisaviikolla lopulta ollut metallin arvoiset suunnistukset. Suurin saavutukseni oli, että "hävitessäni" maailmanmestaruuden yhdellä sekunnilla osasin vihdoinkin olla vain nöyrä pieni onnellinen ihminen, joka tunsii aitoa iloa ja halasi kaveria. Ihmettelin jopa itsekin, missä on se voitonhimoinen angsti, joka kalkuloi ja analysoi, mitä voisi tehdä paremmin. Se oli poissa. Osasin kait vain olla. Olla kiitollinen. Olla armollinen. Se antoi rauhan suunnistaa.

Teksti Tuomas Kotro, kuvat SSL Mikkola



Seura ei korvaa osallistumismaksuja kilpailuihin, joista ei saa rankipisteitä. Poikkeuksena Nuorten Rasti Cup, jonka osallistumismaksun seura maksaa.

Aikuisille (H/D21 ja vanhemmat)

Seura korvaa kilpailujen osanottomaksuja täysi-ikäisille suunnistajille (H/D21->) seuraavasti, kun edustaa Kymin Suunnistajia seuraavissa kilpailuissa:

- SSL alaisissa kilpailujen kilpasarjoissa 65 euroon saakka (IRMA-maksukatto)
- Viestikilpailujen osanottomaksut Kymin Suunnistajien joukkueessa. Korvauksia vastaan seuran jäseniä toivotaan osallistumaan seuratyöhön.

Periaatteet matkakorvauksista

Seura maksaa kilometrikorvauksen valmennusryhmäläisille ja nuorten sarjalaisille 0,05 EUR/km/autokunta SM-kilpailuihin. Suunnistavista lisämatkustajista ei makseta lisäkorvausta. Autokunnat sopivat tarvittaessa keskenään kulujen jakamisesta. Kilometrikorvauksia maksetaessa lähtökohtana on, että autot ovat mahdollisimman täynnä kilpailijoita.

Johtokunta

Kymin Suunnistajien toimihenkilöitä

Johtokunta

Puheenjohtaja

Pauli Kainiemi
Makaseikka 18
48310 Kotka
040-6636070
pauli.kainiemi@gmail.com

Sihteeri

Heidi Haavisto
heidahaavisto@yahoo.com
Rannikkorastit-jaosto
Antti Seppä
050-5455021
anttiss@gmail.com

Nuorisajaosto

Sari Kaitainen
050-5626779
sari.kaitainen@gmail.com

Kartta- ja kilpailujaosto

Mikko Kiiski
0500-655071
mikko.kiiski@iki.fi

Seuratoimintajaosto

Pia-Maria Ahlfors
040 5281615
pia-maria.ahlfors@kyp.net

Valmennusjaosto

Anni Väyrynen
annievay94@gmail.com

Jukola-toimikunta

Salla Töyrylä

Maksuliikenne

Hannu Währn
Koivutie 4
48130 Kotka
044-2233287
hannu.wahrn@kyp.net

Kirjanpitäjä

Kaisa Snell
Silmupolku 11
48400 Kotka
040-8287321
kaisasnell@gmail.com

Muita toimihenkilöitä

Johtokunnan ja eri jaostojen lisäksi Kymin Suunnistajissa on joukko muita toimihenkilöitä, jotka palvelevat kaikkia seuralaisia oman vastualueensa osalta.

Ilmoitus- eli IRMA-sihteeri:

Tiina Vepsäläinen, 044 5310 105,
tiina.vepsalainen@portofloviisa.fi

Jäsensihteeri:

Heidi Haavisto, heidihaavisto@yahoo.com

Taloudenhoitaja ja varastomes-tari:

Hannu Währn, 044
2233 287, hannu.wahrn@kyp.net

Pukuvastaava:

Pia-Maria Ahlfors, 040 528 1615,
pia-maria.ahlfors@kyp.net

Toiminnantarkastajat:

Heikki Lehmus ja Jaana Pirtilä



CADMATIC

CAD- ja 3D-suunnitteluohjelmistot kolmelle toimialalle:
Marine, Process & Industry ja Construction