

KYS siläinen



Kymin Suunnistajien jäsenlehti

14.12.2018



Karttaakon palveluihin kuuluu mm.

- Kaavoitus ja muu maankäytön suunnittelu.
- Kaavoituksen edellyttämät selvitykset ja vaikutusarvioinnit.
- Kaavoitukseen liittyvä asiantuntijaneuvonta.
- Verkottumalla monipuolinen asiantuntemus koko kaavoituksen sektorilla sekä kaavojen internetsovelluksissa.
- Pienen organisaation kulurakenne ja kohtuulliset hinnat.
- Henkilökohtainen palvelu ja vahva ammattitaito pitkäaikaisen kokemuksen ja pysyvien henkilösuhteiden seurauksena.

Vuodesta 1990 alkaen

- Asema- ja yleiskaavoja yli 40 kunta-asiakkaalle, joista valtaosassa jatkuvasti toimeksiantoja
- Asiakkaina useat kunnat, yritykset ja yksityiset.
- Vuosittain runsaasti yksityisiä toimeksiantoja



Iskikö yllättävä auton tarve?
Hae OP Yhteisauto ajoon Kotkan tai
Kouvolan konttoriltamme.

Lataa OP Yhteisauto -sovellus ja rekisteröidy käyttäjäksi.
Syötä sovellukseen koodi: OPKYMENLAAKSO
Auton vuokra 8 e/h ja 50 e/vrk
OP Yhteisauto -palvelun tuottaa
Pivo Wallet Oy, joka on
osa OP Ryhmää.

Ensimmäinen vuosi takana – miten meillä meni?



Takana on jälleen yksi hieno vuosi suunnistuksen parissa. Puheenjohtajana pääsin seuraamaan ja vieläpä toteuttamaan Kyssiläisyyttä seuratoiminnan ytimessä. Kiitokset teille kaikille seuratyöhön osallistuneille, oli se sitten valmennusta, ratamestarointia, talkoilua tai vaikka Rannareille osallistumista. Olette kaikki tärkeitä!

Superkiitokset kuuluvat myös meidän yhteistyökumppaneillemme! Olette olleet mahdollistamassa erityisesti lasten ja nuorten kilpaurheilua, sekä liikunnan iloa luonnossa. Esimerkiksi Hipposuunnistuskoulu oli menestys tänä kesänä niin lasten kuin ohjaajien kannalta. Menossa mukana pääyhteistyökumppanit OP Kymenlaakso, Kyndata ja Steveco. Kiitos myös Kotkan Energia, Karttaako, Kymen Seudun Osuuskauppa, Kotka Lihamestarit sekä Sulzer.

Kyssin valmennustoiminta kehittyi niin kesä- kuin talvilajeissa. Esimerkiksi itsekkin muutamassa yhteistreeneissä KS:n ja VeVen kanssa käyneenä koin, että olemme uudistuneet ja toiminnasta on tullut entistä ohjatumpaa. Oli mahtavaa aistia nuorten ja nuoren mielisten (kuten minä) suunnistajien into, kun kokoonnuimme kuuntelemaan ohjeita. Myös hiihtosuunnistusmenestyksen myötä näen, että valmennustoiminnasta on tullut ympärivuotista ja tavoitteellista tekemistä. Koska peräti kolme Kyssiläistä on päässyt hiihtosuunnistuksen nuorten maajoukkueeseen, päätettiin ensi vuonna panostaa entistä enemmän HiSuun niin rahallisesti kuin valmennuksellisesti. HiSu on kovassa nosteessa Kyssissä ja uskon että se tulee näkymään myös menestyksenä jatkossa.

Kyssiläiset olivat edustettuna myös lukuisissa kilpailuissa ympäri Suomen niin SM- kuin AM-tasolla.

Menestyneimmät palkittiin seuran puolesta kauden päättäjäisissä Seurantalo Tapiossa. Syyskuun alussa allekirjoittanut uskaltautui myös lähtöviivalle avoimessa AM-sprintissä Inkeröissä. Ekaa kertaa sprinttikisassa, niin hauskaa (ja hapottavaa) oli, että jatkoa varmaan seuraa...

Tänä vuonna Lahti Jukolassa ei jännitetty pelkästään kisasuorituksia vaan myös vuosien 2022 - 2023 Jukolajärjestäjien julkistamista. Pettymys koettiin, kun jäimme kolmannelle sijalle Porvoon ja Kauhavan kiilatesa ohi. Vielä on harkinnassa haetaanko uudelleen seuraavalle kierrokselle, joten palataan siihen keväällä. Saimme kuitenkin Jukolan esikisaksi ajatellun Nuorten Jukolan järjestelyn vuodelle 2022, joka sekin on suuri kilpailu. Kilpailujen järjestämisen osalta on myös kaikenlaisia suunnitelmia kilpailujaostossa.

Rannikkorastit kokivat uudistuksia, jotka ainakin itse kuulemani palautteen perusteella olivat onnistuneita. Kiitokset kesäratamestareille, joiden käsialaa olivat mm. ratavaihtoehtojen uudistaminen. Toinen itselle näkyvä uudistus oli Suunnistusliiton kehittämä Rastilippupalvelu, jonka kautta pystyy ilmoittautumaan ja maksamaan ennakoon. Vähän kuin olisi ollut VIP-asiakas, kun kaikki tiedot olivat valmiiksi koneella ilmoittautuessa. Myös tuloslaskijan työ helpottui uuden tabletin ja Navigant-ohjelman myötä.

Syyskokous järjestettiin marraskuun lopulla ja osanotto oli totutun "runsas". Johtokuntaan ja sitä kautta jaostojen puheenjohtajuuksiin tuli pientä vaihtuvuutta. Tervetuloa mukaan aitiopaikalle Antti ja Sinikka! Muut toimitsijat jatkavat tutulla kaavalla. Kiitokset teille, kun jaksatte tehdä töitä Kyssin eteen.

Kevään lehdessä totesin lopuksi, että Tehdään yhdessä hieno vuosi! Yllä olevaan summaukseen viitaten, minun näkökulmasta saatiin paljon aikaiseksi ja sitä kautta on ollut mahtava vuosi.

Levollista Joulua ja Rastirikasta Uutta Vuotta 2019 !!!

Pauli Kainiemi
Puheenjohtaja

PS. Kausi jatkuu mm. sisätreenien merkeissä ja kohta myös hiihtäen. Näyttää että vihdoinkin saadaan talvi tännekin. Tätä kirjoittaessa satoi lunta.

 **RANNIKKO RASTIT**

Rannikkorastien palautekysely avoinna:
www.rannikkorastit.fi

Terveiset pohjoisesta!



On inspiroivan kutkuttavaa palata KySsin väreihin hiihtosuunnistajana 10 vuoden "tauon" jälkeen. Osalle seuran väkeä olen varsin tuttu omilta juniorivuosiltani tai velipoika Väinön ja isä Petrin kautta, mutta toisaalta osalle väkeä olen vasta uusi tuttavuus. Ilokseni huomasin mm. toissa vuonna Ikaalisten leimausleirillä KySsin porukkaa opastaessani, että uusia tuttavuuksia on varsin paljon!

Nimeni on siis Tuomas Kotro. Olen Kotkasta, tarkemmin Mussalosta, kotoisin. Koulumatkaa taitoin entiselle Lankkarin koululle yläasteelle sekä lukioon. Vastatuuli puhalsi Ruonalan silloilla aamulla, ja vastatuuli puhalsi iltapäivällä.. Sittemmin Etelä-Karjala ja konetekniikan insinööriopinnot kutsuivat Lappeenrannassa. Lähdin

opiskelemaan teknisten laitteiden parissa insinööriksi, kuten jo 7-vuotiaana Lego-palikkoja kootessani olin äitilteni ilmoittanut. Tavoitteenani oli nyt oppia valmiudet tulevalle tuotekehitysinsinööriin uralle.

Viimeisenä opiskeluvuotena kesällä 2017 palasin taas Kotkaan. Olin puoli vuotta töissä opinnäytetyötä tehden. Urheilun kannalta tilanne oli uusi. 8h työpäivät ja samaan aikaan treenit kahdesti päivässä asetti oman haasteensa, mutta tahdoin yrittää. Työmatkana kuljin samoja tuttuja Ruonalan siltoja edestakaisin, tällä kertaa rullasukset jalassa ja reppu selässä. Välillä oli kolmaskin treeni iltarasteilla tai sitten ihan vaan illalla juosten Linkinkallioille uimaan. Työpäivät pakottivat aikaiseen rytmiin, mikä näin jälkikäteen ajateltuna oli vain hyvä asia. Samaisena kesänä koin ahaa elämyksen asiasta, jota kaikissa valmennusryhmissä ja urheiluakatemia luennoilla oli paapatettu unen ja ravinnon määrästä.

Jouluna 2017 valmistuin insinööriksi ja oli seuraavan episodin aika. Tunsin oppineeni vasta, mitä vaatisi, jos haluan voittaa kisoja myös arvokisoissa. Päätin kokeilla unelmaani urheilijana ja muuttaa Rovaniemelle lumen äärelle ainakin Olympiadin ajaksi. Tunsin pohjoisesta pari kaveria ja yhden tytön. Minulla oli säästöissä sen verran, että hetken aikaa pärjäisin, vaikka ei miljoonadiilejä sponsoreiden kanssa heti syntyisikään. Loppu oli uskon varassa, uskon siihen, että jos oikeasti haluan yrittää, heittäytyä ja elää unelmaani, täytyy minun mennä, tehdä,



epäonnistua ja yrittää uudestaan. Samalla asenteella treeneissä, arjen väsymyksessä, sponsoreiden kosinnassa tai työhakemuksen tekemisessä osa-aikatyöhön.

Olen tähän mennessä voittanut suomenmestaruuden kaikilta kilpailtavilta matkoilta. Nyt tavoitteenani on nukkua, syödä ja treenata enemmän ja paremmin viikko

viikolta, päivä päivältä, seuraavan kolmen vuoden ajan elää unelmaani todeksi urheilijana. Samalla tarkoitukseni on jakaa kokemustani seuratovereilleni erityisesti askeleessa aikuisten sarjaan.

Tavataan sukset jalassa ja teline rinnassa,
Tuomas Kotro

Terveiset pohjoisesta, osa 2!

Minä olen Akseli Virtanen. Tässä on kokemuksia ensimmäiseltä hiihtosuunnistuksen maajoukkueleiriltä.

Leiri ajoittui 11-18.11 mutta menimme sinne jo 9.11. Tapahtumapaikka oli Rovaniemen urheiluopisto, Santasport. Kyssillä oli vahva edustus. Peräti kolme urheilijaa, minä, Väinö Kotro ja Aapo Viippola. Yhteensä nuorten maajoukkuekapasiteetti oli 13, siihen päälle aikuisten joukkue ja valmennus, sekä huolto. Ensimmäiset päivät haettiin lumituntumaa ja rauhallista pk-harjoittelua. Lumitilanteesta sen verran, että oletus oli lumen riittävän, mutta kuinkas kävikään. Jos alkuvuikosta oli ajettua latua n. 9 km, niin loppuvuikosta hiihdimme 1,5 km pituista baanaa. Me ei tosin tähän voitu vaikuttaa ja näytti se latu kelpaavan mm. Frederico Pellegrinolle, Sergei Ustiugoville ja Jessica Digginsille (ketähän he on?). Ladun kunto oli myös paikoin erittäin keho. Onneksi leirilleme sattui samaan aikaan Suomen cup ja FIS-hiihdot, joten latua korjattiin tarpeen mukaan. Leirin edetessä siirryimme

enempi tehoharjoitusten pariin. Rovaniemen Santasport on kyllä laadukas urheiluopisto, jossa puitteista ei voi valittaa. Paikka oli sen suhteen oikea leirille.

Harjoituksia kertyi päivään vähintään kaksi, usein kolme. Ne koostuivat hiihdosta, sauvakävelystä, juoksusta, eri peleistä, lihaskunnosta ja testeistä. Hisuttamaan ei ikävä kyllä päästy. Leirin loppuksi oli vielä parisprintti 4x2 km/henkilö vedoilla. Määrää kertyi paljon. Tunteja kelloitin 22+ ja kilometrejä kaikenkaikkiaan n. 130. Onneksi palautumisaikaakin oli riittävästi. Suurin osa harjoituksista oli laadukkaita, mutta muutaman kerran ladun kunto haittasi tekemistä.

Parasta leirillä oli ehdottomasti poikien ryhmähenki ja välillä hieman villit jutut. Vaikka leirillä oli paljon hyvää, niin myös kehitettävää löytyy. Niistä mainitsen ryhmämaksun korkean hinnan suhteessa valmennuksen laatuun. Mielenkiintoinen kokemus silti.



Valmennusjaoston puheenjohtajan terveiset!

Valmennusryhmässä hyvä vuosi

Kulunut vuosi on ollut valmennusryhmässä toiminnan täyteinen. Vuosi aloitettiin muuttamalla hieman Kymin Suunnistajien valmennusryhmän ja nuorten harjoittelun rakennetta. Päätimme kokeilla yhdistää nuorten ja valmennusryhmän toimintaa. Tämä osoittautui kuitenkin hieman haasteelliseksi. Harjoituksissa suurimpana haasteena oli saada nuorille oman tasoisia harjoituksia. Hyvänä puolena oli taas se, että saimme harjoituksiin mukavasti porukkaa ja nuorille vanhemmista urheilijoista harjoittelun mallia. Tulevaksi vuodeksi kehitystyötä pitää edelleen jatkaa, jotta harjoittelu saadaan paremmin vastaamaan kaikkien urheilijoiden tarpeita.

Valmennusjaosto sai vuoden alussa uuden puheenjohtajan sekä vastuunkantajat. Tämä vuosi on ollut jaoston näkökulmasta ikään kuin sisäänajoa uuteen toimintakulttuuriin. Mielestäni olemme onnistuneet tässä tehtävässä vähintäänkin kohtuullisesti. Tulevalle vuodelle jaosto on edelleen kasvanut, kun olemme saaneet Tiina Paavolan mukaan kehittämään jaoston tiedottamisesta ja viestinnästä. Lisäksi Anni Väyrynen on lupautunut ottaa vastuuta jaoston laskutuksesta sekä budjetin seuraamisesta. Nämä ovat tärkeitä apuja laadukkaaseen toiminnan takaamiseksi.

Vuosi piti sisällään paljon hyvää ja aktiivista toimintaa sekä menestystä. Alkuvuosi hisutettiin toden teolla niin kotimaissa kuin ulkomailakin. Kevätkausi ja leirit alkoivat maaliskuussa Pajulahden leirillä. Leiri toteutettiin yhdessä Kouvolan Suunnistajien kanssa. Kevään toinen leiri pidettiin Savitaipaleen supi-

koissa, joissa nuoret pääsivät testaamaan suppasuunnistustaitojaan. Kesäsuunnistuksen joulu vietettiin Lahti-Hollola Jukolan merkeissä Hälvälän haastavissa suppamaastoissa. Loppukesän perinteiseksi muodostunut SM-kilpailuihin valmistavaleiri pidettiin Repoveden koskemattomissa korpimetsissä. Syksyllä kyssiläisiä osallistui kiitettävä määrä SM-kisoihin aivan Rovaniemeä myöten.

Kyssin nuoret menestyivät erinomaisesti niin hiihto- kuin kesäsuunnistusrintamalla. Akseli, Väinö ja Aapo pääsivät edustamaan Suomea Bulgariaan nuorten EM- ja MM-kilpailuihin ja mukanaan tuomisina pojilla oli kaksi kultaa ja yksi pronssi. Hiihtosuunnistuksen SM-kilpailuista Kyssin nuoret saalisivat kaksi SM-hopeaa sekä tukun plakettisijoja. Kesäpuolelta Kyssille tuli yksi SM-pronssi ja useita plaketisijoja. KLL-kilpailut Sipoossa olivat myös Kyssin nuorille menestyskakkat. Kaikkiaan kahdeksan urheilijaa suunnisti itsensä kymppisakkiin. Kyssillä on siis menestyksen puolesta hyvin pullat uunissa. Toki suunnistus on muutakin kuin menestystä.

Viikoittaiset taitoharjoitukset kokivat myös hieman uudistusta, kun järjes-

telyvastuut jaettiin VeVen ja KS:n kanssa. Yhteisharjoitukset osoittautuivat urheilijoiden mielestä loistaviksi. Muun muassa yhteislähtöharjoitusten myötä urheilijat pääsivät testaamaan kilpailumaista harjoittelua toisten alueen suunnistajien kanssa. Sekös, jos mikä kehittää taitoa. Muuta toimintaa kauden aikana olivat HiSukotileiri heinäkuussa, rullahisuharkat, suunnistusvaellukset ja syksyllä alkaneet Ruonalan hallijuoksuuharkat.

Paljon on vuoden aikana tapahtunut. Tulevasta vuodesta voimme siis hyvillä mielin odottaa harjoitusten, kilpailuiden ja leirien täyttämää vuotta. Tehkäämme vuodesta 2019 loistava suunnistusvuosi.

Hiihtosuunnistuksessa kovaa pöhinää

Kymin Suunnistajat vahvistavat entistään toimintaa hiihtosuunnistuksessa. Kyssin punaisiin ja takaisin kasvattajaseuraan siirtyy yksi Suomen hiihtosuunnistuksen kirkkaimmista arvokisamitalisteista sekä maajoukkueurheilijoista. Tuomas Kotro on viimeiset vuodet edustanut imatralaista SK Vuoksea, mutta tulevalle kaudella Tuomas liittyy osaksi Kymin Suunnistajien valmennusryhmää. Tuomas tuo Kyssin toimintaan



Kesähelteilläkin hisutellaan, kuvassa innokkaat hisuttajat hymyssä suin valmiina harjoitukseen.

ammattimaista ja määrätietoista asennetta ja otetta, jonka uskotaan näkyvän kyssiläisten hyvänä ja laadukkaana harjoitteluna ja sitä kautta menestyksenä tulevien vuosien arvokilpailuissa.

Tuomaksesta team leader

Tuomas Kotro toimii tulevana kautena Kymin Suunnistajien valmennusjaoston hiihtosuunnistus ryhmän team leaderina. Hänen tehtävänä on linjata vuodeksi kerrallaan painopistealueet (pää tavoitteet), joihin urheilijamme ja jaostomme hiihtosuunnistuksessa keskittyvät. Tuomas laatii painopistealueiden/tavoitteiden lisäksi karkean vuositason suunnitelman, kuinka hiihtosuunnistuksen osalta tulisi harjoittelua rytmittää. Tämä tarkoittaa noin kuukausitason suunnitelmaa, josta ilmenee, mitä pitää missäkin kilpailukauden vaiheessa harjoittelussa ottaa huomioon. Team leader on omien kilpailusekä harjoitteluohjelmien puitteissa mukana toteuttamassa seuran hiihtosuunnistustoimintaa sekä leireilyä.

Menestystä odotettavissa

Siirtyminen Kymin Suunnistajiin antaa Tuomakselle mahdollisuuden veljensä Väinön ja Aapo Viippolan kanssa lähteä tavoittelemaan menestystä SM-viesteissä miesten pääsarjassa. Pääsarjatasen SM-mitali onkin todella harvinaista herkkua. Edellisestä H21 sarjan SM-mitalista onkin kulunut jo ties kuinka kauan. Se olisi hieno saavutus tulevalta kaudelta. Mielenkiinnolla jäämme seuraamaan miesten edesottamuksia.

Kymin Suunnistajat saavat myös toisen urheilijan valmennusryhmäänsä. Aaro Ojala (2002) siirtyy Kouvolan Suunnistajista vahvistamaan Kymin Suunnistajien hiihto-

Markkinamäen jylhät maisemat olivat kohteena niin kesän taitoharjoituksessa kuin syksyn vaelluksellakin. Kovaa kyytiä oli toimitukseen kantautuneiden huhujen mukaan tarjolla.

suunnistusryhmää. Aaro on KS:n luottomies tossu puolelta. Hän edusti Suomea viime kesänä nuorten EM-kilpailuissa ollen mukana H16-sarjan hopeaa voittaneessa viestijoukkueessa. Kovaa kulkee siis myös kesällä. Aaron mukaan tulo mahdollistaa entistä vahvemmin Kymin Suunnistajien osallistumisen laajemmalla rintamalla SM-viesteihin ja SM-kilpailuihin.

Kaikki valmennusryhmän harjoitukset olivatpa ne hiihtosuunnistusta, yhteislenkkejä tms. ovat avoimia kaikille seuran jäsenille. Tule mukaan nauttimaan laadukkaista harjoituksista ja ammattimaisesta toiminnasta. Tule mukaan, olemaan osana menestystarinaa.



Jussi Virtanen



Suunnistuskoulun kesä oli hikeä ja riemua täynnä!



Suunnistus taitaa olla aika trendikäs ja haluttu laji. Näin päättelin, kun seurasin keväällä suunnistuskoulun ilmoittautumistulvaa. Ja onhan se, kyllä me suunnistajat se jo tiedetäänkin. Tänä keväänä myös markkinointi ylitti kaikki odotukset. Lopulta ilmoittautuneita oli huhtikuussa kun suunnistuskoulu alkoi, liki 100! Aivan päätähuimaava määrä. Viime vuosina 60 ilmoittautunutta on ollut aika vakiintunut määrä.

Ja miten hieno kaudesta tulikaan! Paitsi innokkaiden suunnistajanalkujen määrä yllätti iloisesti, myös ohjaajien määrä yllätti sekin todella iloisesti.

Tänä vuonna lapsia kävi keskimäärin 55/kerta (38 lasta v. 2017). Ohjaajia oli tällä kaudella keskimäärin 12/kerta (6 ohjaaja/kerta v. 2017). Tässä onkin selitys sille, että kaudesta tuli niin hyväntuulinen: ohjaajia oli riittävästi ja jokainen lapsi sai henkilökohtaista ohjausta. Iso kiitos jokaiselle ohjaajana toimineelle!

Tällä kaudella järjestettiin myös Suunnistusliiton ohjaajakoulutus ja sen ansiosta olemme saaneet virallisestikin päteviä ohjaajia lisää. Erityisen suuresti ilahduttaa, että seuran nuoret kilpasuunnistajat ovat tarttuneet haasteeseen ja ovat osallistuneet koulutukseen sekä toimineet ohjaajina suunnistuskoulussa. He ovat myös toimineet suunnistuskoulun ratamestareina.

Nuori Suunta- ohjaajakoulutuksesta uusia eväitä ohjaamiseen

KYS toimi tänä vuonna isäntänä 2-osaisessa Nuori Suunta-koulutuksessa. Jälkimmäinen osa järjestettiin 24. – 25.11. Jäppilän Wanhalla koululla, Kotkassa. Todistuksen saivat Miina Hietala, Lassi Kaitainen ja Mette Soini.



Sain kurssilta uusia ideoita erilaisten suunnistusharjoitusten järjestämiseen, sanoi Miina. Samoin totesi Mette, joka lisäsi, että kurssilta sai erilaisia näkökulmia ohjaamiseen. Onneksi kurssiin sisältyi pelkän istumisen lisäksi myös suunnistusharjoituksen suunnittelu ja toteutus, sanoi Lassi. Kaikki kolme ovat mukana ohjaajina ja ratamestareina myös ensi kesän suunnistuskoulussa. 15-vuotiaat valmennusryhmäläiset Lassi ja Mette toistaiseksi vielä apuohjaajina.

Ensimmäiselle osalle osallistui useampikin kyssiläinen, mutta muiden yhteensattumien takia kaikki eivät päässeet tälle toiselle osalle. Kurssia ei kannata jättää kesken, vaan KYS maksaa myös muilla paikkakunnilla tapahtuvan koulutautumisen. Koulutuskalenteri löytyy suunnistusliiton sivuilta www.suunnistusliitto.fi

Sari Kaitainen

Kurssin muonitusvastaava

Suunnistuskoulun rastikerho alkaa

Tervetuloa kaikki tällä kaudella suunnistuskoulussa käyneet ja/tai ensi vuonna siihen osallistuvat

Suunnistuskoulun rastikerhoon Honkalan, os. Honkalantie 12

Maanantaisin klo 18-19. Kerho alkaa 21.1.2019.

Rastikerhossa ollaan pääasiassa sisätiloissa ja harjoitellaan suunnistustaitoja kivassa porukassa. Ota mukaan jumppapatja ja päälle sisäliikuntavarusteet; laita myös sisäkengät, koska Honkalan lattiat ovat viileät. Kerhoon ei tarvitse ilmoittautua etukäteen, mutta mielellään otan tiedon vastaan, että olet tulossa. Ei erillistä maksua, kerho sisältyy ensi kauden suunnistuskouluun. Lisätiedot Sari Kaitainen puh. 050 562 6779 tai sari.kaitainen@gmail.com

LEIMAUS 2018

Lassi Kaitainen



Lähdimme aamulla yhteisellä bussilla VeVen kanssa kohti Kisakallion urheiluopistoa. Matka sujui todella hyvin. Vähän ennen määränpäätä pysähdyimme Lohjan ABC:llä. Saavuttuamme Kisakallioon isoimmat majoittuivat lattiamaajoitukseen. Pienemmät menivät hotelliin ohjaajien kanssa. Rannekkeemme olivat hukassa eikä niitä saatu ennen ensimmäistä harjoitusta. Ensimmäinen harjoitus oli sprinttiharjoitus Kisakallion lähialueella. Harjoitus oli todella helppo koska kaikilla oli sama harjoitus. Harjoituksen jälkeen kävimme syömässä. Illalla oli avajaiset, jossa oli mm: voimisteluesitys. Seuraavana vuorossa oli iltasuunnistus yhteislähdöillä. Rata meni omalta osalta maastoon tutustumalla. Suunnistuksen jälkeen jäljellä oli enää iltapalan nouto ja sen syönti.

Tiistaina aamupalan jälkeen lähdimme bussilla kohti Lohjan keskustaa ja sprinttiharjoitusta. Sprinttiharjoitus sisälsi useita lyhyitä kovavauhtisia vetoja. Harkan jälkeen ohjelmassa oli uinti. Uimisen jälkeen palasimme Kisakallioon syömään. Seuraavaksi lähdimme Kisakalliosta harjoitukseen. Se osoittautui todella rankaksi ja tiistaina menimmekin aikaisin nukkumaan koska seuraavana aamuna oli aikainen herätys.

Keskiviikon harjoituksen teemana oli kaksintaistelu. Harjoitus tuntui aluksi vaikealta, mutta loppua kohden alkoi sujumaan. Ilari oli ensimmäisenä maalissa, ja hän sai jäätelön palkinnoksi. Iltapäivän harjoitus oli haastava, sillä vuorossa oli multitekniikkaharjoitus. Alussa oli väylää. Väylän jälkeen oli pieni pätkä normaalia suunnistusta. Lopussa oli vielä micro-o.

Viimeisenä aamuna kaikki olivat väsyneitä edellisten päi-

vien rasituksesta johtuen. Viimeisenä suunnistuksena oli vuorossa leirin päättävä leiriviesti. Kaikilla meni todella hienosti. Syömisen jälkeen pakkasimme tavarat kasaan ja lähdimme kotiin nastarit täynnä hienoja kokemuksia.



Kuvasuunnistus 2018

Tehtävänä on paikallistaa valokuvissa esiintyvien rastilippujen paikat kartalla. Rastien paikallistamisessa ovat tärkeänä apuna rastimääritteet. Rastimääritteen lisäksi on ilmoitettu kuvaussuunta kamerasta rastilipulle. Suunnat ovat 360-jakoisen kompassin asteina. Radan pituus on 5,8 km. Kuvat tulevat myös seuran nettisivujen kuvagalleriaan.

Tämän lehden liitteenä olevalle Alhonvuoren kartalle tai sen kopiolle tulee merkitä lähtö, rastit numeroineen, rastiväliiivat ja maali. Lisäksi tietysti kilpailijan nimi ja osoitetiedot. Vastaukset tulee postittaa tai muuten toimittaa ratamestarille 31.1.2019 mennessä osoitteeseen:

Timo Pirtilä
Risuniityntie 35
48410 Kotka
tai
timo.pirtila@gmail.com.

Myös sähköpostivastaukset siis hyväksytään.

Parhaat ja onnettaren suosikit palkitaan. Tiukka-pipoisimmista kuvasuunnistussäännöistä poiketen maastotarkistukset ovat sallittuja. Laduilla kävely on kuitenkin kielletty, tätä ohjetta rikkovien ylle lankeaa tämän lehden toimituksen leppymätön ja ikuinen viha.

Kuvasuunnistus 2018									
Rata		5,8 km							
▶	70	☹							
1	115	▲					♀		
2	170	∩							
3	285	•					☉		
4	160	○					♂		
5	40	≡							
6	70	∩							
7	40	■							
8	285	⌈							
9	90	▲					♂		
10	30	↗					♂		
11	350	▲					♀		
⊙	40	▲					♀		



Rasti 2, 170°, notko



Rasti 3, 285°, pistekumpareen lounaispuoli



Lähtö, 70°, sorakuoppa



Rasti 4, 160°, kumpareen päällä



Rasti 1, 115°, kiven eteläpuoli



Rasti 5, 40°, jyrkänne



Rasti 6, 70°, notko



Rasti 7, 40°, kummitusrakennus



Rasti 8, 285°, sola



Rasti 9, 90°, kiven pohjoispuoli



Rasti 10, 30°, sillan päällä



Rasti 11, 350°, kiven kaakkoispuoli



Maali, 40°, kiven kaakkoispuoli

Kuvasuunnistus 2017

Edelliseen kisaan tuli yhteensä 10 kpl vastauksia; joista 4 oli täysin oikein (Hannu Pönä, Sami Rapo, Mika Kilpinen, Jukka Matilainen). Kaikki olivat saaneet rastit 6 ja 10 sekä lähdön ja maalin oikein. Arvonta suoritettiin niin että kaikkien vastaajien kesken arvottiin 2kpl palkintoja ja oikein vastanneiden 1 kpl. Voittajiksi selvisivät Hannu Pönä, Ari Mäntynen ja Mika Kilpinen. Oikea vastaus julkaistaan/julkaistu nettisivuillamme.



Leimaus 2019

Suomen Suunnistusliiton lajitapahtuma 8-18 -vuotiaille, Leimaus-leiri, järjestetään vuonna 2019 Imatralla. Majoitus- ja tapahtumakeskukseksi toimii Imatran Kylpylä ja leirin järjestäjänä Sk Vuoksi ry ja Joutsenon Kullervo ry.

Leiri alkaa 3.6.2019 iltapäivällä ja päättyy 6.6.2019 päivällä leiriviestin jälkeen. Kymin Suunnistajat ovat alustavasti varanneet majoituksen 35 leiriläiselle ja 15 ohjaajalle.

Hinta ja kyytiasiat selviää tarkemmin kevään aikana.

Lähde siis mukaan perinteiselle, huippumukavalle leirille!

Ilmoittautumiset ja lisätiedot:

su 7.4.2019 mennessä Anulle.
anu.soini@kypm.net tai
p.050 4001504

www.leimaus2019.fi

Kymin Suunnistajien johtokunta 2019

Pauli Kainiemi, puheenjohtaja

Anna Seppä, sihteeri

Kaisa Snell, kirjanpitäjä

Hannu Währn, rahaliikenne

Sari Kaitainen, Nuorisajaoston puheenjohtaja

Sinikka Rantanen, Seuratoimintajaoston puheenjohtaja

Antti Seppä, Rannikkorastijaoston puheenjohtaja

Jussi Virtanen, Valmennusjaoston puheenjohtaja

Mikko Kiiski, Kartta- ja kilpailujaoston puheenjohtaja

VÄÄRÄÄN SUUNTAAN



Metsässä yksinään, pummaan, on pimeää.
Vaik silmät kiinni, osaisin tuon ojan ylittää.
Rasti on paikoillaan, kohta sitä haetaan.
Miä en löydä maalia. Onkohan kukaan odottamassa?
Ei mikään oo niin kuin silloin, kun starttasin.
Luulin tietäväni, minne menen.
Ei mikään oo siel, missä luulin.
En enää tiedä, missä oon ja minne menen.

Väärään suuntaan, väärään maaliin kompassi näyttää.
En tutustusta risteyksestä enää löydä kotiin.
Väärään suuntaan, väärään aikaan.
Äiti!!!!!!

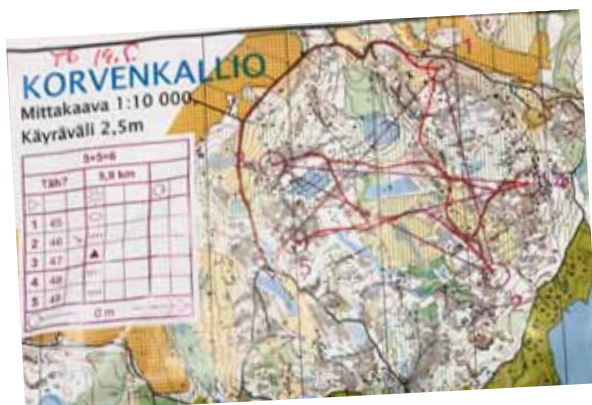
En osannut rataa kiertää. Nyt pummaan ja kaipaen apua. (Kaipaen äitiä)
Ne kaksi katosi, aina rastilla. Vauhti korjaa virheet, niin miä uskoin.
Ei enää kiirettä. On vain pois löydettävä.
Ja nyt tiedän viimein, missä mokasin.
Mut ei mikään oo niin kuin tunne, kun löysin reitin, kun tiesin, minne menen.
Ei mikään oo paikoillaan.
Ei ne enää tiedä, missä oon ja minne menen.

Väärään suuntaan, väärään rataa. Tuli haksahdettua.
En tutusta valinnasta enää luovu muuhun.
Väärään suuntaan, väärään paikkaan, apuaaaaaa!

En osannut karttaa suunnata. Nyt ryysin ja kaipaen neuvoa.
Apuaaaa-aaaaaaa! x4

Väärään suuntaan, väärään suunnistajaan tuli luotettua.
En tutusta selästä enää irrota katsetta, vaikka väärään suuntaan, väärään rastiin meneeeeee.
En osannut täällä juosta, nyt kaadun ja kaipaen laastaria.
Kaipaen sisua, Kaipaen sisua.
Kaipaen sisua!

Teksti Jenni Vartiainen – Selja

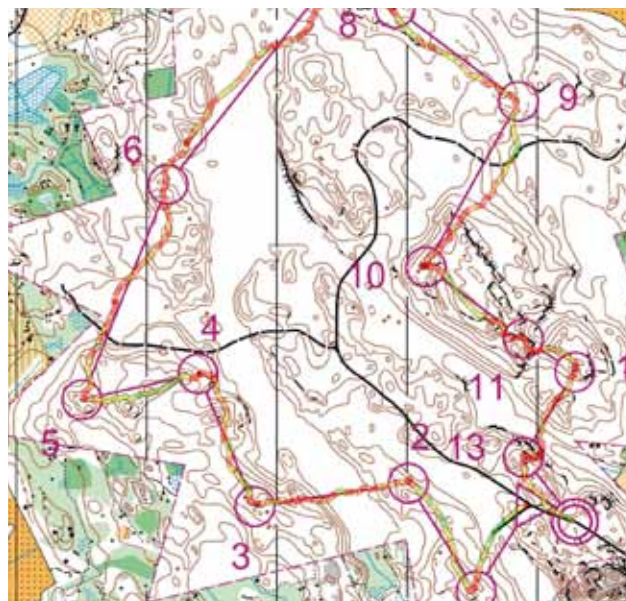


Aikuisten valmennusryhmän terveisiä



Viime kaudella käynnisteltiin myös vapaamuotoisempaa aikuisten valmennusryhmätoimintaa. Ohjelmaan kuului leirejä, kisamatkoja ja sekä yhteisiä harjoituksia joihin osallistuttiinkin innokkaasti. Suunnistusharjoituksina käytettiin pääosin "oikean" valmennusryhmän harjoituksia, sekä VeVen ja KS:n kanssa yhdessä järjestettyjä taitoharjoituksia. Innokkain ydinjoukko piti myös leirejä omalla porukallaan. Jukolan tyyppimaastossa leireilystäkö johtui, mutta varsin tyytyväisiä ilmeitä nähtiin Jukola- ja Venlasuorituksien jälkeen Hollolassa. Kangasala-Jukolankin maastoissa on jo leireilty, onnistumisia siis lienee luvassa ensi vuonnakin!

Kaiken kaikkiaan toiminnasta välittyi hyvä tekemisen meininki ja mikä parasta, mukaan mahtuu edelleen! Toimintaan voi osallistua omien aikataulujen puitteissa, omia unelmiaan kohti kurottaen, oli sitten kyseessä vaikkapa Jukolasta kunnialla selviäminen tai kilpailuihin osallistuminen tai peräti niissä menestyminen.



Kuva yllänä: Aikuisten valmennusryhmää syksyllä Kangasalan Jukolamaastoihin tutustumassa. Karttakuvissa tä(h)tiryhmäkin kutsutun valmennusryhmän inspiroimia "tähti"harjoituksia.

Kuntsarit Oslossa

Peter Svahn



KYS:n värejä Oslo Markassa

Oslo Marka on metsäalue vuonon pohjukassa sijaitsevan Oslo ympäristössä. Se on osloilaisten ulkoilualue, kooltaan varsin suuri, ehkä noin 100 km². Aluetta halkoo polkujen, hiekkateiden, vaellusreittien ja talvella latujen verkosto, siellä on lukuisia majoja (norjaksi hytter) ja levähtämispaikkoja. Paikallinen väestö ulkoilee Markassa viikolla ja viikonloppuisin jalan, pyörillä tai suksilla. Kohteena on usein jokin majoista, joista osa toimii kahviloina, osa ravintoloina, ja osassa voi jopa yöpyä. Korkeuserot ovat Markassa huomattavasti suuremmat kuin mihin olemme tottuneet Suomen etelärannikolla. Markan maastokartta löytyy sivulta <http://norgeskart.no>



Skullerud, Øst-Marka - Tapahtumapaikan sijainti

Asuimme Oslossa vuosituhannen taitteessa ja retkeilimme usein Markassa. Siihen aikaan suunnistus ei kuitenkaan kuulunut sanavarastoamme, joten emme olleet koskaan katsoneet maastoa suunnistajan silmin. Isabella aloitti opinnot Oslo yliopistossa vuosi sitten ja hänelle oli ennättänyt kertyä kokemusta muutamilta iltarasteilta. Päätimme lähteä suunnistusretkelle kokeilemaan vuonomaan kuntsaritarjontaa.

Kuntosuunnistus Markassa

Osallistuimme kuntosuunnistukseen Skullerudissa, Itä-Oslossa maraskuun ensimmäisenä lauantaina. Skullerudin asemalle matkasimme metrolla keskustasta ja sen jälkeen kävelimme tapahtumapaikalle noin kilometrin matkan, Markalle mentessä tyypillisesti ylämäkeen. Olimme edeltä käsin tutustuneet tapahtuman netti-fooon, joka oli ilahduttavan tarkka.

Oslo kuntosuunnistussarja, Rankingløp, järjestetään kerran viikossa huhtikuusta joulukuun alkuun. Ohjelma on kesätauolla heinäkuussa. Syksyn pimetessä tapahtumat järjestetään viikonloppuisin kuten meillä Suomessakin. Koko vuoden ohjelma löytyy sivulta: <http://ilgeoform.no/rankinglop/>.



OSI/GeoForm Rankingløp 22

lördag 3. november 2018

Samlingsplass:	Velkommen til løp ved varmestua ved gamle Fjellstadbakken, registrering ved heishuset. Merket med skjerm fra grusveikryss ved Skraperdutjern syd.						
Kollektivt:	T-bane til Skullerud stasjon eller alle busser som stopper ved Skullerud stasjon/skole.						
Parkering:	P-plass på innsiden av Skullerud skole, plasser også ved parkeringen på Skullerudstua men der foregår det anleggsvirksomhet som kan begrense antall plasser.						
Start:	Frei start mellom 1100 og 1400 – siste løper i mål før 1600.						
Klasser og løyper:	<table border="0"> <tr> <td>Lang – 6,1 km</td> <td>1:7500</td> </tr> <tr> <td>Mellom – 4,5 km</td> <td>1:7500</td> </tr> <tr> <td>Kort – 3,1 km</td> <td>1:5000</td> </tr> </table>	Lang – 6,1 km	1:7500	Mellom – 4,5 km	1:7500	Kort – 3,1 km	1:5000
Lang – 6,1 km	1:7500						
Mellom – 4,5 km	1:7500						
Kort – 3,1 km	1:5000						
Terrang og kart:	St. hans åsen og Skullerudåsen. Oppsal orientering sitt løpskart over området fra 2018. Deler av terrenget ble også brukt i årets utgave av Knut Valstads minneløp. Løpsområdet er tilnærmet fritt for hogst og det er lagt vekt på variasjon i løypeleggingen så alle får sitt. De aerobiske sterke, o-teknikerne, klatrerne og de sterke løperne. Kortløype er den mest geriatrivennlige. Start er lagt nesten på toppen av gamle slalåmbakken. Underlaget er tidvis av rekordtan-mose, løpsvennlig og mykt og lengste strekk på langløype er inn på 1,1 km. Løypene kommer i kontakt med flotte utsiktspunkter og to trolske Nøkken-vann av beste Østmarka/Asbjørnsen og Moe merke. Løypene har blitt kvalitetssikret av tidligere landslagsløper Audun Weltzien. Vi håper de faller i smak. Løypene krysser turvei og det oppfordres til å se seg før for syklistene i stor fart. Det blir hengt ut varsel langs grusveien om at o-løp pågår.						
Påmeldingsavgift:	Kr 20.- Medlemmer GeoForm/OSI: kr 30.- Barn/ungdom 0 – 16 år: kr 30 DNV/Esso kr 0,- etterfaktureres Påmelding og betaling ved fremmate (kontant eller Vipps) Vipps 101093 («Geoform startkontingent») Utliebrikke så lenge vi har kr 20.-						
Resultater:	http://ilgeoform.no/rankinglop/ samt http://eventor.orientering.no						

Tapahtuman ennakkoinfo - Vapaa lähtö klo 11 - 14 välillä ja maali sulkeutuu klo 16.

no/rankinglop/. Suunnistusseurat IL Geoform ja OSI Orientering (Oslostudentenes Idrettsklubb) toimivat järjestävinä seuroina. Rankingløp on nimensä mukaisesti samalla myös jonkinlainen firmaliiga.

Tapahtumajärjestelyt muistuttivat yllättävän paljon omia iltaraste-

jamme. Ilmoittautuminen hoidettiin maalia lähellä olevasta teltasta, ajanotto tapahtui Emit-korteilla ja tulokset julkaistiin netissä. GPS-reittinsä pystyi tallentamaan Liveloxiin, paikalliseen Reittihärveliini.

Ratavaihtoehtoja on kolme tai neljä – pitkä, keskipitkä, lyhyt ja lisäksi



Tapahtumakeskuksen teltalla. Huom. pöydällä oleva punainen laatikko on autonavaimia varten.



Isabella ja Jonatan K-pisteellä

joskus lyhyt lapsiystävällinen rata. Kaikki radat ovat kohtalaisen vaikeita. Meidän tapauksessamme kukaan ei uskaltautunut pitkälle radalle; Isabella, Jonatan ja minä valitsimme keskipitkän radan ja Anna lyhyen vaihtoehdon. Mittakaava oli 1:7500 keskipitkällä ja 1:5000 lyhyellä, järjestäjän sanoin geriatritystävällisellä radalla.

Teltalla toimittiin kuten olemme tottuneet: valitaan rata, ostetaan kartta ja rekisteröidytään Emit-kortilla. Tapahtuman hinta oli 70 NOK (noin

7€), alle 20-vuotiaille ei myönnetty alennusta. Isabella maksoi OSI:n jäsenenä vain 30 NOK. Osallistujien kotiseura oli tärkeä tieto ilmoittautumisen yhteydessä. Sanoin, että olemme Kymin Suunnistajista, mikä aiheutti hieman hämmennystä, ja meidät kirjattiin edustamaan Suomea.

Suunnistus

Toimitsijateltalta oli Fjellstadbakkenin vanhan laskettelumäen juurella. Hölkkään tavallisesti lähtöön, mutta tällä kertaa tyydyin kävelemään las-

kettelumäen puolivälistä K-pisteelle, joka oli hyvän matkaa ylämäkeen. Ensimmäiselle rastille valitsin helpon ja varman vaihtoehdon, polkua pitkin avosuon reunaan ja siitä mäkeä ylös. Kakkoselle mennessä ei tullut suuria ongelmia, jyrkänteen reunalla oli tosin pidettävä jalat järjestyksessä, ettei kompastunut.

Kolmosrastille polkua pitkin ensin tielle ja sitten toista polkua mäkeä ylös, se onnistui hienosti. Useimmat rastit olivat hyvin "piilotettuja", niitä ei nähnyt kaukaa. Matka nelosrastille näytti helpolta, polkua tielle ja sitten tossua toisen eteen tietä pitkin. Käännyin kuitenkin tieltä muutama metri liian aikaisin, ja tuhlasin siinä useita minuutteja. Rastiakin piti katsella vaikka vieressä seiso, se oli piilotettu niin hyvin pensan ja jyrkänteen väliin.

Viitosrastille kurua pitkin, rastinotto hieman ohi, lippu oli harjanteen päällä. Kuutosrastille oli reitinvalinta, valitsin suon vasenta reunaa kulkevan polun, mutta se oli täynnä pientä runkoa harvennuksen jäljiltä ja hidas. Seiskalle mäkeä ylös, reunaa myötäillen, kompassikurssissa, maasto oli avointa ja juoksu helppoa, näkyvyys kuitenkin hyvä. Kivet ovat pieniä, noin puolimetrisiä, joten ne eivät näy kovinkaan kauas.

Kahdeksannelle rastille kiivettiin 65 m, väliin nelivetoa, kiipeilyvaljaista ja köydestä olisi melkein voinut olla hyötyä. Suunnitelma yhdeksännelle rastille oli seurata polkuja, mutta pientä mutkaa tuli, kun maastossa oli ylimääräisiä uria. Kymppille mentiin syvän notkon kautta, kiersin oikealta, jotta en joutuisi kiipeämään ylös notkosta. Ajauduin hieman liikaakin oikealle, mutta onneksi rastille tuli toinen suunnistaja ja sain korjattua kurssiani. Odotin näkeväni rastilla rajapyykin, mutta se olikin vanha, osin romahtanut tuulensuoja.

Yhdestoista rasti oli avosuolla, se oli helppo ottaa tietä ja polkua pitkin. Maaliin olisi kannattanut valita län-

nempi, pienempi polku eikä tietä, mutta taisin lopettaa varsinaisen suunnistamisen jo kymmenennen rastin jälkeen. Kaiken kaikkiaan maasto ja rata olivat varsin vaativia, etenkin rastit kartan kaakkoisosassa. Kokonaisnousu oli GPS:n mukaan 190 m, mikä on paljon, kun radan pituus oli vain 4,5 km.

Tulokset

Tuloslista ja väliajat on julkaistu sivulla <http://ilgeoform.no/rankinglop/res2018-11-03.html>. Oma suunnistussuoritukseni oli tavanomainen, pieniä koukkuja siellä täällä, ei jättipummeja. Optimaalinen suoritus olisi ehkä voinut olla 5-6 min/km nopeampi. Mäkimaasto hidasti selvästi menoa iltarasteihin verrattuna. Kuntosuunnistajan

tavoitteeseen 10 min/km pääsee vain harva tässä maastossa, ja se näkyy myös tuloslistoilta. Pitkän radan kärke suunnistajiin kuuluva Erling Sommerfeldt juoksi radan noin 9 km/min! Hänen seurakseen on tuloslistalla merkitty Turun Metsänkävijät. Hän näyttää nopean nettihaun perusteella edustaneen Metsänkävijöitä tänä vuonna mm. Jukolassa ja Tiomilassa. Erling tunnisti Kys:n värit ja tuli juttelemaan. Hän kertoi mm että hän on opiskellut Otaniemessä ja toimii nyt juniorivalmentajana Askerissa (Oslo'n luonaispuolella). Suunnistusmaailma on pieni.

Peter Svahn



Yllä. Yhdeksäs rasti Alla. Keskipitkä-rata (4,5 km) ja gps-jälki.





“Suomen matkallani haluaisin nähdä metsäalueita.” - Ja täällähän niitä riittää!

Vietin lukio-opintojeni aikana vuoden vaihto-oppilaana Yhdysvalloissa, Kansasissa vuonna 2008. Viime kesänä isäntäperheessäni ollut siskoni, Tricia Vogel, vieraili Suomessa luonani ja yksi matkan toteutuneista ohjelmanumeroista oli Rannikkorastien kuntorastit Saaripirtillä. Seuraavalla sivulla Trician kertomus fiiliksistään kuntorastien ja Suomen vierailunsa jälkeen.

...Pari kuukautta myöhemmin Tricia lähetti Kansasista minulle kuvia rastilipusta ja kartasta, johon oli merkitty teitä, rakennuksia sekä yksittäinen puu. Hän oli käynyt naapurikaupungin yliopiston kampusalueella järjestetyssä kuntorastitapahtumassa*.

Teksti: Saara Streng

* Latojan terveiset:

Varsin hyvässä opissa näyttää Tricia olleen, em. Burcham Parkissa pidetyn kuntorastitapahtuman tulokset löytyvät Orienteer Kansas -suunnistusseuran kotisivulta. Tricia näyttää napanneen siellä suureenilla esityksellään Medium -radan voiton johtaen kisaa lähdöstä maaliin!

MAALI

...lietti maaliin
tultessasi, aja...
siirry tulost...
myyntiin ja il...
metsästä

Kansasin tasangoilta Suomen metsiin

Tricia Vogel



Tricia reitinvalinnan pohdinnassa

Olen asunut koko ikäni Kansasissa, jossa maisema on hyvin tasaista ja tyhjää. Olen matkustanut Yhdysvalloissa monissa eri paikoissa ja nähnyt monenlaista luonnonmaisemaa. Kun matkustin Suomeen, toiveissani oli nähdä metsiä. Olin yllätynyt siitä, että metsää oli joka puolella, minne matkasimmekin. Kotipuolellani on hyvin tavanomaista kulkea pitkiäkin matkoja näkemättä yhtäkään puuta.

Suomessa metsissä kulkeminen on ollut seikkailu. Metsämaisema on mielestäni hyvin kaunis. Nautin metsän poluilla kulkemisesta, korkeiden puiden hyvästä tuoksusta ja ihastelin suuria kiviä sekä sitä, että pystyimme syödä melkein jokaista kasvia, joita löysimme kulkessamme metsässä.

Suomen matkani aktiviteettilistaan kuului monen muun asian ohella myös suunnistus. En tiennyt siitä paljoakaan ennen kuin matkustin Suomeen. Parina iltana ennen kuntorasteja Marja Streng esitteli vanhoja karttojaan ja opetti minulle karttamerkkejä. Meidän täytyi kääntää jonkin verran karttamerkkien selityksiä suomesta englanniksi, koska suomen kielen osaamiseni on hyvin vähäistä muutamia tervehdyksiä lukuun ottamatta. Kun onnistuimme kääntämään karttamerkkien merkityksiä englanniksi, aloin ymmärtämään paremmin myös karttoja.

Kun menimme kuntorastitapahtumaan, en tiennyt ollenkaan, mitä odottaa. Aiemmin Strengin perhe oli näyttänyt minulle joitakin videoita suunnistustapahtumista ja edistyneempien suunnistajien kilpailusuorituksista metsissä.

Suunnistustapahtumassa saimme kartat ja aloimme teke-

mään reittisuunnitelmaa ensimmäiselle rastille. Tarvitsin aluksi hieman apua reitinvalinnan tekemisessä, mutta parin ensimmäisen rastin jälkeen osasin jo tehdä itse omat reitinvalintani. Kun pääsimme maaliin, olin todella iloinen, että sain mahdollisuuden tutustua suunnistukseen.

Minulla oli todella hauskaa, koska pidän ulkona liikkumisesta, urheilemisesta ja kilpailemisesta. Lisäksi matematiikanopettajana pidän myös ongelmanratkaisusta ja haasteista. Kokonaisuutena suunnistus oli mahtava kokemus ja pysähdyimme matkan varrella syömään jopa mustikoita! Olen iloinen, että Strengin perhe tutustutti minut suunnistukseen ja toivon, että palatessani Kansasiin löytäisin suunnistustapahtumia lähiseudultani. (Suomennos: Saara Streng)



Viereinen sivu: Tricia Vogel (oik) ja Saara Streng onnistuneen kuntosuunnistuksen maalissa Saaripirtillä

Monessa mukana

www.steveco.fi



**“KAIKKI PITÄISI TEHDÄ
NIIN YKSINKERTAISEKSI
KUIN MAHDOLLISTA,
MUTTA EI YHTÄÄN SITÄ
YKSINKERTAISEMMAKSI”**

- Albert Einstein -

Yksinkertaisuus palvelee helppoa käytettävyyttä.
Ja helppo käytettävyys työsi sujumista ja nopeutta.
Tutustu alan ammattilaisten CAD-suunnitteluohjelmistoihin
www.cads.fi

**Yes,
I CADS.**

Sähkö- ja automaatio • Arkkitehti- ja rakenne • LVIA

CADS