

**Tule treenaamaan sprinttisuunnistusta kevään Aluerasteille!**

# AR-sprintti-CUP 2011

**Aika Paikka**

- 6.4. Koivukylä (am.opisto Varia), Talvikkitie 119, Vantaa
- 13.4. Vanhankaupunginkoski, Viikintie 3, Helsinki
- 20.4. Korson koulu, Kisatie 29, Vantaa
- 4.5. Myyrmäen urheilupuisto, Raappavuorentie 10, Vantaa
- 11.5. Stadion, Mäntymäentie 1, Helsinki
- 18.5. Simonkylän koulu, Koivukyläntie 52, Vantaa



Tarjolla on jokaisella kerralla kaksi sprinttirataa: lyhyt (< 2 km) ja pitkä (< 3 km). Kartat ovat uusia tai päivitettyjä sprinttikarttoja. Rasteilla on emit-leimasimet.

Sarjat: H/D-lyhyt, H/D-pitkä

Sarjojen voittajat palkitaan Suunnistajan Kaupan 30 €:n lahjakortilla. Sarjan voittaja on se, jolla on pienin 4 osakilpailusta laskettu sijalukupisteiden summa.

Osallistumismaksu **6 €** tai **2 €** (alle 19-vuotiaat). Samalla maksulla voi juosta molemmat sprinttiradat mutta vain ensimmäinen suoritus huomioidaan CUP-yhteistuloksissa.

Lähdöt klo 16.30-18.30 omaan tahtiin, ilmoittautuminen paikan päällä. Voit myös varmistaa karttojen riittävyyden ilmoittamalla etukäteen seurasi valmennusryhmän osoitteeseen [vj@pihkaniskat.fi](mailto:vj@pihkaniskat.fi)

**Pihkaniskat**  
[www.pihkaniskat.fi](http://www.pihkaniskat.fi)

**Rasti-Jyry**

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