

Aluerastiohjeet 2012

Aluerastit järjestetään kesällä 2012 keskiviikkoisin oheisen aikataulun ja näiden ohjeiden mukaan.

- 1. Paikka:** Varmista paikka, ajo-ohjeet ja aikataulu etukäteen seurojen nettisivuilta tai Helsingin Sanomien urheilusivujen Tänään-huomenna-palstalta.
- 2. Lähtö ja maali:** rasteille voit lähteä klo 16.30-18.30 ja maali suljetaan klo 20. Poikkeuksena yösuunnistukset syksyllä.
- 3. Radat:** 7 km, 5 km, 3 km ja helppo 2 km. Merkityissä tapahtumissa on mahdollisuus pyöräsuunnistukseen ja perhesuunnistukseen. Perhesuunnistusrata soveltuu aikuisen kanssa kierrettäväksi. Kevään sprintticupista saat lisätietoja seurojen sivuilta.
- 4. Maksut:** 6 € aikuisilta ja 2 € alle 19 vuotiailta, viiden kerran lippuvihko maksaa 24 €, emit-kortin vuokra on 1 €. Perhe, pyörä ja sprintti 6 €. Liikunta- ja kulttuurisetelit käyvät maksuksi.
- 5. Kartta:** Yleensä kartan mittakaava on 1:10 000 eli yksi sentti kartalla vastaa 100 metriä maastossa. Tarkista kuitenkin mittakaava kartalta. Radat on tulostettu valmiiksi kartalle. Rastimääritteet ovat kartassa. Sprinteissä mittakaava 1 : 5000.
- 6. Toiminta lähdössä:** Nollaa emit-korttisi. Tarvittaessa saat emit-kortin käyttöohjeita toimitsijalta. Kaikissa tapahtumissa on emit-leimaus. Voit lähteä myös ilman korttia, mutta kerro silti nimesi ja ratasi lähdön toimitsijalle oman turvallisuutesi vuoksi.
- 7. Rastit:** Rasteilla on oranssi-valkoinen rastilippu ja emit-leimasin. Rastin numero löytyy rastimääritteistä.
- 8. Maali:** Tule aina maalin kautta, vaikka et aikaa haluaisikaan. Tarkoituksena on huolehtia turvallisuudestasi ja samalla helpotat toimitsijoiden työtä. Kartalla on järjestäjän puhelinnumero.
- 9. Kielletyt alueet:** Muistathan kiertää tontit ja viljelykset. Siten levität suunnistajien hyvää mainetta.
- 10. Opastusta:** Kun haluat opastusta tai neuvoja, kysy rohkeasti toimitsijoilta. He auttavat mielellään ja ovat paikalla sinua varten. Iloista menoa metsään !

Lisätietoja ja tulokset: www.helsinginjyry.fi tai www.pihkaniskat.fi
Pihkaniskat 040 508 3108, Rasti-Jyry 040 741 2812 ja Keimolan Kaiku 040 718 4332

Järjestäjät: P = Pihkaniskat J = Rasti-Jyry ja K = Keimolan Kaiku



Pihkaniskat - Keimolan Kaiku - Rasti-Jyry

Aluerastiohjeet 2012

Aluerastit järjestetään kesällä 2012 keskiviikkoisin oheisen aikataulun ja näiden ohjeiden mukaan.

- 1. Paikka:** Varmista paikka, ajo-ohjeet ja aikataulu etukäteen seurojen nettisivuilta tai Helsingin Sanomien urheilusivujen Tänään-huomenna-palstalta.
- 2. Lähtö ja maali:** rasteille voit lähteä klo 16.30-18.30 ja maali suljetaan klo 20. Poikkeuksena yösuunnistukset syksyllä.
- 3. Radat:** 7 km, 5 km, 3 km ja helppo 2 km. Merkityissä tapahtumissa on mahdollisuus pyöräsuunnistukseen ja perhesuunnistukseen. Perhesuunnistusrata soveltuu aikuisen kanssa kierrettäväksi. Kevään sprintticupista saat lisätietoja seurojen sivuilta.
- 4. Maksut:** 6 € aikuisilta ja 2 € alle 19 vuotiailta, viiden kerran lippuvihko maksaa 24 €, emit-kortin vuokra on 1 €. Perhe, pyörä ja sprintti 6 €. Liikunta- ja kulttuurisetelit käyvät maksuksi.
- 5. Kartta:** Yleensä kartan mittakaava on 1:10 000 eli yksi sentti kartalla vastaa 100 metriä maastossa. Tarkista kuitenkin mittakaava kartalta. Radat on tulostettu valmiiksi kartalle. Rastimääritteet ovat kartassa. Sprinteissä mittakaava 1 : 5000.
- 6. Toiminta lähdössä:** Nollaa emit-korttisi. Tarvittaessa saat emit-kortin käyttöohjeita toimitsijalta. Kaikissa tapahtumissa on emit-leimaus. Voit lähteä myös ilman korttia, mutta kerro silti nimesi ja ratasi lähdön toimitsijalle oman turvallisuutesi vuoksi.
- 7. Rastit:** Rasteilla on oranssi-valkoinen rastilippu ja emit-leimasin. Rastin numero löytyy rastimääritteistä.
- 8. Maali:** Tule aina maalin kautta, vaikka et aikaa haluaisikaan. Tarkoituksena on huolehtia turvallisuudestasi ja samalla helpotat toimitsijoiden työtä. Kartalla on järjestäjän puhelinnumero.
- 9. Kielletyt alueet:** Muistathan kiertää tontit ja viljelykset. Siten levität suunnistajien hyvää mainetta.
- 10. Opastusta:** Kun haluat opastusta tai neuvoja, kysy rohkeasti toimitsijoilta. He auttavat mielellään ja ovat paikalla sinua varten. Iloista menoa metsään !

Lisätietoja ja tulokset: www.helsinginjyry.fi tai www.pihkaniskat.fi
Pihkaniskat 040 508 3108, Rasti-Jyry 040 741 2812 ja Keimolan Kaiku 040 718 4332

Järjestäjät: P = Pihkaniskat J = Rasti-Jyry ja K = Keimolan Kaiku



Pihkaniskat - Keimolan Kaiku - Rasti-Jyry

Aluerastit 2012 Radat 3km, 5km, 7km paitsi sprinttiCUPin tapahtumissa.

Pvm	Järj.	Paikka	Lisäksi	Paikan osoite
4.4.	P	Varia Koivukylän toimipiste	sprinttiCUP, pyörä	Talvikkitie 119, 01360 Vantaa
11.4.	J	Kumpulan maauimala	sprinttiCUP + 5 km, perhe	Allastie 5, 00560 Helsinki
18.4.	P	Myyrmäen urheilupuisto	sprinttiCUP + 5 km, pyörä	Raappavuorentie 10, 01600 Vantaa
25.4.	J	Siikajärvi, Kotimäki		Siikajärventie 39, 02860 Espoo
2.5.	P	Korson koulu	sprinttiCUP + 5 km, pyörä	Kisatie 29, 01450 Vantaa
9.5.	J	Meilahti	sprinttiCUP + 5 km, perhe	Meilahdentie 2, 00250 Helsinki
16.5.	P	Simonkylän koulu	sprinttiCUP + 5 km, pyörä	Koivukyläntie 52, 01350 Vantaa
23.5.	J	Rastaalan koulu	pyörä, perhe	Rastaalantie 6, 02620 Espoo
30.5.	J	Lepolampi		Kolmirannantie 18, 02820 Espoo
6.6.	K	Keimolan Kaiun maja		Kirkantie 15, 01750 Vantaa
13.6.	J	Pikku-Huopalahti	kuntos. 17.30-18.30	Korppaanmäentie 10, 00300 Helsinki
20.6.	J	Mynttilä		Kehä 3/Myntinsyrjä 3, 02780 Espoo
27.6.	P	Hakunilan urheilupuisto		Luotikuja, 01200 Vantaa
4.7.	J	Siikajärven uimaranta		Siikajärventie 99, 02860 Espoo
11.7.	J	Puolarmaari	pyörä, perhe	Puolarintie, 02210 Espoo
18.7.	J	Reuna		Riipiläntie 155, 01760 Vantaa
25.7.	P	Ilolan koulu	pyörä	Epinkoskentie 5, 01390 Vantaa
1.8.	P	Bakukärr		Knutersintie 430, 04130 Sipoo
8.8.	P	Ylästö	pyörä	Ansatie, 01740 Vantaa
15.8.	J	Veikkola, Elohoivi		Kurjolammentie 38, 03220 Tervalampi
22.8.	P	Länsimäen koulu	pyörä	Pallastunturintie 25-27, 01280 Vantaa
29.8.	J	Kasavuori	pyörä, perhe	Kasavuorentie 1, 02700 Kauniainen
5.9.	P	Västersundoms skola		Hetbackantie 3, 01200 Vantaa
12.9.	P	Hakunilan urheilupuisto	pyörä	Luotikuja, 01200 Vantaa
19.9.	J	Oulunkylä	pyörä, perhe	Jokinientie 1, 00650 Helsinki
26.9.	P	Kuusijärven ulkoilualue	yö klo 20	Kuusijärventie 1, 01260 Vantaa
3.10.	P	Mätäkivenmäki	yö klo 19.30	Upokaskuja, 01450 Vantaa

Aluerastit 2012 Radat 3km, 5km, 7km paitsi sprinttiCUPin tapahtumissa.

Pvm	Järj.	Paikka	Lisäksi	Paikan osoite
4.4.	P	Varia Koivukylän toimipiste	sprinttiCUP, pyörä	Talvikkitie 119, 01360 Vantaa
11.4.	J	Kumpulan maauimala	sprinttiCUP + 5 km, perhe	Allastie 5, 00560 Helsinki
18.4.	P	Myyrmäen urheilupuisto	sprinttiCUP + 5 km, pyörä	Raappavuorentie 10, 01600 Vantaa
25.4.	J	Siikajärvi, Kotimäki		Siikajärventie 39, 02860 Espoo
2.5.	P	Korson koulu	sprinttiCUP + 5 km, pyörä	Kisatie 29, 01450 Vantaa
9.5.	J	Meilahti	sprinttiCUP + 5 km, perhe	Meilahdentie 2, 00250 Helsinki
16.5.	P	Simonkylän koulu	sprinttiCUP + 5 km, pyörä	Koivukyläntie 52, 01350 Vantaa
23.5.	J	Rastaalan koulu	pyörä, perhe	Rastaalantie 6, 02620 Espoo
30.5.	J	Lepolampi		Kolmirannantie 18, 02820 Espoo
6.6.	K	Keimolan Kaiun maja		Kirkantie 15, 01750 Vantaa
13.6.	J	Pikku-Huopalahti	kuntos. 17.30-18.30	Korppaanmäentie 10, 00300 Helsinki
20.6.	J	Mynttilä		Kehä 3/Myntinsyrjä 3, 02780 Espoo
27.6.	P	Hakunilan urheilupuisto		Luotikuja, 01200 Vantaa
4.7.	J	Siikajärven uimaranta		Siikajärventie 99, 02860 Espoo
11.7.	J	Puolarmaari	pyörä, perhe	Puolarintie, 02210 Espoo
18.7.	J	Reuna		Riipiläntie 155, 01760 Vantaa
25.7.	P	Ilolan koulu	pyörä	Epinkoskentie 5, 01390 Vantaa
1.8.	P	Bakukärr		Knutersintie 430, 04130 Sipoo
8.8.	P	Ylästö	pyörä	Ansatie, 01740 Vantaa
15.8.	J	Veikkola, Elohoivi		Kurjolammentie 38, 03220 Tervalampi
22.8.	P	Länsimäen koulu	pyörä	Pallastunturintie 25-27, 01280 Vantaa
29.8.	J	Kasavuori	pyörä, perhe	Kasavuorentie 1, 02700 Kauniainen
5.9.	P	Västersundoms skola		Hetbackantie 3, 01200 Vantaa
12.9.	P	Hakunilan urheilupuisto	pyörä	Luotikuja, 01200 Vantaa
19.9.	J	Oulunkylä	pyörä, perhe	Jokinientie 1, 00650 Helsinki
26.9.	P	Kuusijärven ulkoilualue	yö klo 20	Kuusijärventie 1, 01260 Vantaa
3.10.	P	Mätäkivenmäki	yö klo 19.30	Upokaskuja, 01450 Vantaa