

Aluerastiohjeet 2013

Aluerastit järjestetään kesällä 2013 keskiiviikkoisin 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 ovat yösuunnistukset syksyllä.
- 3. Radat:** 7 km, 5 km, 3 km ja helppo 2 km. Merkityissä tapahtumissa on mahdollisuus pyöräsuunnistukseen. 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 €. Pyörä ja sprintti 6 €. Liikunta-, kulttuuri-, virike- ja tykysetelit käyvät maksuksi. Smartumin liikunta- ja kulttuurisetelit sekä Virike- ja TyKy-setelit käyvät maksuksi. Lisäksi Pihkaniskojen järjestämällä rasteilla Smartum Saldo ennakkomaksu ja SporttiPassi kelpaavat.
- 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 on 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 050 537 4154 ja Keimolan Kaiku 040 718 4332

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



Pihkaniskat - Keimolan Kaiku - Rasti-Jyry

Aluerastiohjeet 2013

Aluerastit järjestetään kesällä 2013 keskiiviikkoisin 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 ovat yösuunnistukset syksyllä.
- 3. Radat:** 7 km, 5 km, 3 km ja helppo 2 km. Merkityissä tapahtumissa on mahdollisuus pyöräsuunnistukseen. 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 €. Pyörä ja sprintti 6 €. Liikunta-, kulttuuri-, virike- ja tykysetelit käyvät maksuksi. Smartumin liikunta- ja kulttuurisetelit sekä Virike- ja TyKy-setelit käyvät maksuksi. Lisäksi Pihkaniskojen järjestämällä rasteilla Smartum Saldo ennakkomaksu ja SporttiPassi kelpaavat.
- 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 on 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 050 537 4154 ja Keimolan Kaiku 040 718 4332



Pihkaniskat - Keimolan Kaiku - Rasti-Jyry

Aluerastit 2013 Radat 3km, 5km, 7km paitsi sprinttiCUPin tapahtumissa.

Pvm	Järj.	Paikka	Erityistä	Paikan osoite
3.4.	P	Korson koulu	Sprintti CUP, 5 km	Kisatie 29, Vantaa
10.4.	J	Pikku-Huopalahti	Sprintti CUP, 5 km	Korppaanmäentie 10, Helsinki
17.4.	P	Koivukylän Varia	Sprintti CUP, 5 km	Talvikkitie 119, Vantaa
24.4.	J	Vanhankaupunginkoski	Sprintti CUP, 5 km	Viikintie 3, Helsinki
1.5.	P	Myyrmäen urheilupuisto	Sprintti CUP, 5 km	Raappavuorentie 10, Vantaa
8.5.	J	Reuna		Riipiläntie 155, Vantaa
15.5.	J	Siikajärvi, Kotimäki		Siikajärventie 39, Espoo
22.5.	P	Simonkylän koulu	Pyörä	Koivukyläntie 52, Vantaa
29.5.	P	Hakunilan urheilupuisto	Pyörä	Luotikuja, 01200, Vantaa
5.6.	J	Mikkela		Kukkaromäki 10, Espoo
12.6.	P	Länsimäen koulu	Pyörä	Pallastunturintie 25-27, Vantaa
19.6.	K	Keimolan Kaiun maja		Kirkantie 15, Vantaa
26.6.	P	Ylästö	Pyörä	Ansatie, Vantaa
3.7.	J	Pähkinärinteen koulu		Mantelikuja 4, Vantaa
10.7.	J	Siikajärvi, uimaranta		Siikajärventie 99, Espoo
17.7.	J	Puolarmaari	Pyörä	Puolarintie, Espoo
24.7.	P	Ilolan koulu	Pyörä	Epinkoskentie 5, Vantaa
31.7.	J	Karskog, uimaranta		Evitskogintie 1280, Siuntio
7.8.	P	Länsisalmi	Pyörä	Hetbackantie 3, Vantaa
14.8.	J	Brobacka		Nuuksionkuja 1, Espoo
21.8.	J	Kasavuori		Kasavuorentie 1, Kauniainen
28.8.	P	Hakunilan urheilupuisto	Pyörä	Luotikuja, Vantaa
4.9.	P	Bakukärr		Knutersintie 430, Sipoo
11.9.	J	Veikkola, Mustakorpi		Lamminpääntie 281, Kirkkonummi
18.9.	P	Mätäkipenmäki	Pyörä, Yö klo 20	Upokaskuja, Tuusula
25.9.	J	Pihlajamäen koulu	Pyörä	Rapakiventie 20, Helsinki
2.10.	P	Kuusijärvi	Pyörä, Yö klo 19.30	Kuusijärventie 1, Vantaa

Aluerastit 2013 Radat 3km, 5km, 7km paitsi sprinttiCUPin tapahtumissa.

Pvm	Järj.	Paikka	Erityistä	Paikan osoite
3.4.	P	Korson koulu	Sprintti CUP, 5 km	Kisatie 29, Vantaa
10.4.	J	Pikku-Huopalahti	Sprintti CUP, 5 km	Korppaanmäentie 10, Helsinki
17.4.	P	Koivukylän Varia	Sprintti CUP, 5 km	Talvikkitie 119, Vantaa
24.4.	J	Vanhankaupunginkoski	Sprintti CUP, 5 km	Viikintie 3, Helsinki
1.5.	P	Myyrmäen urheilupuisto	Sprintti CUP, 5 km	Raappavuorentie 10, Vantaa
8.5.	J	Reuna		Riipiläntie 155, Vantaa
15.5.	J	Siikajärvi, Kotimäki		Siikajärventie 39, Espoo
22.5.	P	Simonkylän koulu	Pyörä	Koivukyläntie 52, Vantaa
29.5.	P	Hakunilan urheilupuisto	Pyörä	Luotikuja, 01200, Vantaa
5.6.	J	Mikkela		Kukkaromäki 10, Espoo
12.6.	P	Länsimäen koulu	Pyörä	Pallastunturintie 25-27, Vantaa
19.6.	K	Keimolan Kaiun maja		Kirkantie 15, Vantaa
26.6.	P	Ylästö	Pyörä	Ansatie, Vantaa
3.7.	J	Pähkinärinteen koulu		Mantelikuja 4, Vantaa
10.7.	J	Siikajärvi, uimaranta		Siikajärventie 99, Espoo
17.7.	J	Puolarmaari	Pyörä	Puolarintie, Espoo
24.7.	P	Ilolan koulu	Pyörä	Epinkoskentie 5, Vantaa
31.7.	J	Karskog, uimaranta		Evitskogintie 1280, Siuntio
7.8.	P	Länsisalmi	Pyörä	Hetbackantie 3, Vantaa
14.8.	J	Brobacka		Nuuksionkuja 1, Espoo
21.8.	J	Kasavuori		Kasavuorentie 1, Kauniainen
28.8.	P	Hakunilan urheilupuisto	Pyörä	Luotikuja, Vantaa
4.9.	P	Bakukärr		Knutersintie 430, Sipoo
11.9.	J	Veikkola, Mustakorpi		Lamminpääntie 281, Kirkkonummi
18.9.	P	Mätäkipenmäki	Pyörä, Yö klo 20	Upokaskuja, Tuusula
25.9.	J	Pihlajamäen koulu	Pyörä	Rapakiventie 20, Helsinki
2.10.	P	Kuusijärvi	Pyörä, Yö klo 19.30	Kuusijärventie 1, Vantaa