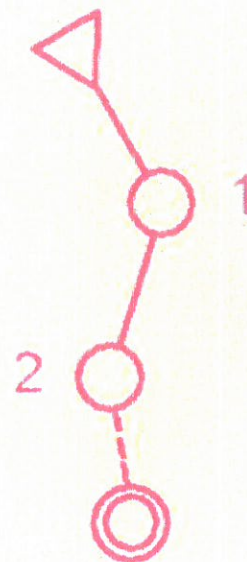


POLKU KARTALLE SUUNNISTUSKOULU



KEVÄT

PÄIVÄ	PAIKKA	AIHE
23.4	Sysmä, Ohrasaari	Mobosuunnistus opastus, suunnistuksen perusteita kartan suuntaaminen, karttamerkit, maasto kävely
25.4	Heinola, Koskensaari	Suunnistuksen perusteita, kartan suuntaaminen, karttamerkit, maasto kävely
2.5	Heinola, Saittalahti	Mobo opastus, suunnistuksen perusteita
7.5	Hartola, Soris	Mobosuunnistus opastus, suunnistuksen perusteita kartan suuntaaminen, karttamerkit, maasto kävely
9.5	Heinola, Rupivuori	Helppo suunnistus + RASTIREITTI
14.5	Hartola, Itä-Hämeen opisto	Sprinttisuunnistukseen tutustuminen, helppo suunnistus Opiston ympärillä
23.5	Heinola keskusta	Sprinttisuunnistukseen tutustuminen, helppo suunnistus
28.5	Sysmä Tervalepikontorpat	Helppo suunnistus + RASTIREITTI
30.5	Heinola Ilvesharju	Helppo maisemasuunnistus yksin tai pareittain



Opastus löytyy Itä-Hämeen rastin kotisivuilta <https://ihr.sporttisaitti.com/kuntosuunnistus/> josta linkkiä klikkaamalla pääset rastilippupalveluun. Rastilipussa näkyy tarkempi paikka ja mistä mahdollinen opastus harjoitukseen alkaa. Mobiili suunnistukseen pääset tutustumaan ennakkon <https://mobo.suunnistus.fi/> sivuston kautta, lataa sovellus puhelimeesi ja sinulla on heti mobo-radat käytössäsi

Suunnistuskoulu on tarkoitettu kaikille ja kaiken ikäisille, jotka haluavat oppia suunnistamaan ja liikkumaan luonnossa. Tapahtumat ovat iltarastien yhteydessä ja opettajina toimivat IHR:n suunnistajat. Suunnistuskoulu alkaa 17.45 lyhyellä teori osuuksilla, jonka jälkeen tutustutaan ohjelman mukaiseen aiheeseen maastossa. **Opetus on kaikille maksuton !**

Kevät kauden jälkeen suunnistuksen opetusradat jatkuvat heinäkuussa aina syyskuun puoleen väliin asti. Seuraa seurana sivua (yllä oleva osoite). Tiedustelut sähköpostilla kaikki.kartalle@gmail.com tai Pasi Valkonen 0400138445 (Hartola-Sysmä alue) ja Matti Laitinen 0452706235

OPI LIKKUMAAN LUONNOSSA !

