

RASTI E4 / SUUNNISTUSKOULU 2005

Pvm	Paikka	Aihe	Muuta
Ma 2.5	Nelosrasti	Rastiharjoitus. Karttatehtäviä.	Sijainti Viiskulmasta tehtaille ja ammattikoululle vievän tien kulmauksessa, keltainen rakennus
Ti 10.5	Äänemäki	Tiistairastit/RR-rata	
Ti 17.5	Jurvo (Suolahti)	Tiistairastit/RR-rata	Huom! Sumiaisten Kunto järjestää, osallistumismaksu 1€!
Ma 23.5	Äänemäki	Maastossa harjoittelua	
Ti 24.5	<i>Tärttämäki</i>	Tiistairastit/RR-rata	Omatoiminen osallistuminen, jos haluaa!
Ma 30.5	Liikuntapuisto	Maastoharjoitus	
Ma 6.6	Liikuntapuisto		
Ma 13.6	Liikuntapuisto	Maastoharjoitus	
Ti 21.6	Kapeenkoski	Tiistairastit/lyhyt normaali rata	Eväät mukaan! ☺

Maanantaisin klo 18, mutta iltarastikerroilla jo klo 17.

Maastoharjoituksiin/Tiistairasteille säänmukainen varustus: sadekelillä sadevaatteet, muulloinkin olisi hyvä olla mukana ainakin vaihtokengät ja -sukat, jos sattuu jalat kastumaan metsässä. Lisäksi voi ottaa mukaan juotavaa.

Tiistairasteista lisää tietoa omassa valikossaan.

On sovittu, että suunnistuskoululaiset pääsevät Rasti E4:n järjestämille rasteille ilmaiseksi (myös emit-vuokra). Poikkeuksina muiden seurojen järjestämät rastit (16.5 Uuraisten Urheilijat, 17.5 Sumiaisten Kunto (ohjelmassa!!), 28.6 Konneveden Urheilijat sekä 4.8 Saarijärven Pullistus), jonne lapsilta maksu 1€, emitvuokra 1€ (ei pakollinen, ellei halua aikaa).

Ohjaajan yhteystiedot:

Satu Korhonen, puh. 041-461 0474, e-mail: nuoriso@rastie4.fi