KaSun Viesti

2017

Kuntorastikausi käynnistynyt.

KaSu 70 vuotta. Juhlakisat lauantaina 8.7.

Lasten suunnistuskerho käynnistyy 8.5.

Aikuisten suunnistuskurssi 3.5. alkaen.

Ilmoittaudu nyt KRV 2018 –talkoisiin.

www.kajaaninsuunnistajat.fi

www.facebook.com/kajaaninsuunnistajat

Yhteystiedot

Kajaanin Suunnistajat ry
Kisatie 28
87250 Kajaani
Sähköposti kasu@kajaaninsuunistajat.fi

Internet www.kajaaninsuunnistajat.fi
Keskustelupalsta www.kajaaninsuunnistajat.fi/palsta
Kuntorastikeskustelut www.kajaaninsuunnistajat.fi/kuntorastit/keskustelu/
Facebook www.facebook.com/kajaaninsuunnistajat
Reittihärveli http://www.kajaaninsuunnistajat.net/cgi-bin/routegadget/reitti.cgi
KRV www.rastiviikko.fi

Pankkiyhteys

Kainuun OP
Tilinumero FI42 5760 0340 0467 53
BIC OKOYFIHH

Johtokunta 2017

Puheenjohtaja Marko Horneman	0400 187 656	markohorneman@gmail.com
Nuorisotoiminta / varapj. Jari Rajala	040 415 9051	jari.a.rajala@gmail.com
Järjestelytoiminta Teemu Takalo	040 769 3315	takalon.teemu@gmail.com
Kuntorastitoiminta Seppo Kellokumpu	0400 399 402	keantero@gmail.com
Talous Jouko Reponen	040 715 9223	jouko.reponen@outlook.com
Kilpailu- ja valmennustoiminta, koulutus:		
Reetta Hämäläinen	044 285 1090	reetta.hamalainen@netti.fi
Timo Kokkonen	040 572 1465	timo.t.kokkonen@gmail.com

Varajäsenet: Markku Myöhänen ja Aleksi Nyström

Johtokunnan ulkopuoliset toimihenkilöt

Sihteeri Niina Jämsén	040 523 8866	kasu@kajaaninsuunnistajat.fi
Jäsen- ja taloussihteeri Tuula Rajander	040 527 8256	jasensihteeri@kajaaninsuunnistajat.fi
Karttavastaava Pasi Jokelainen	0400 608 184	pasi.jokelainen@mapline.fi
Seuran ulkopuolinen laskutus Jukka Liuha		jukka.liuha@rastiviikko.fi

Kajaanin Suunnistajat 70 vuotta

Suunnistuksen historia Suomessa yltää viime vuosisadan alkuun. Ensimmäisen kerran Suomessa suunnistettiin kilpaa 1904. Suomen mestaruudesta kilpailtiin ensimmäisen kerran 1935. Suunnistus oli aloittanut nykyaikaisena urheilumuotona. Ensimmäiset Kainuun Piirinmestaruuskilpailut olivat 1938.

Sotien jälkeen jälleenrakentamisen kiireisenä aikana kaivattiin vastapainoksi vaihtelua harrastuksista. Tuolloin Kainuussa oli järjestetty joitakin suunnistuskilpailuja, mutta ei säännönmukaisesti. Järjestäjinä oli muun muassa Ärjy, Kipinä, Pyöräilijät ja Hiihtoseura. Oli tarve pelkästään suunnistukselle keskittyvälle seuralle.

Seuran perustaminen eteni ja vuonna 3.10.1947 allekirjoitettiin Kajaanin Suunnistajien perustamiskirja. Suunnistusliitto oli perustettu kaksi vuotta aikaisemmin. Nyt 70-vuotiaana suunnistusseurana KaSu on Suomen vanhimpia erikoisurheiluseuroja. Seuran perustamisen jälkeen koko Kainuun suunnistustoiminta sai järjestäytyneen muotonsa. Seuraavan vuonna Suunnistusliiton jäsenyyteen kuului n. 10 seuraa piirin alueelta.

Kajaanin Suunnistajat oli myös Kainuun Rastiviikon perustajia. Tänä vuonna Rastiviikko järjestetään 50. kerran Kuhmossa. KaSu on vuorollaan ollut järjestäjänä yhdessä muiden seurojen kanssa.

Seuran on järjestänyt isoja kilpailuita tasaiseen tahtiin. Vuonna 2011 Nuorten Jukola, 2012 Rastiviikko, 2016 Koululiikuntaliiton suunnistusmestaruuskilpailut. Ensi kesänä, vuonna 2018, vuorossa on seuraava Rastiviikko. Tänä kesänä KaSu järjestää kansalliset suunnistuskilpailut heinäkuussa.

Kilpailujen järjestäminen ei onnistuisi ilman koko seuran talkootyötä. Kasulaiset ovat osallistuneet aina hyvin talkoisiin, oli kysymys kilpailuista tai kuntorasteista. Seurasta löytyy huima määrä monipuolista osaamista nuorimmista junioreista kokeneimpiin rastinkiertäjiin. Osaava ja aktiivinen jäsenistö onkin ollut aina seuran voimavara.

Aktiivisuutta tarvitaan taas. Vuoden 2018 rastiviikon järjestelyt ovat lähteneet etenemään ja tuleva vuosi tulee olemaan taas työntäyteinen suunnistuksen parissa. Varmasti kaikille löytyy monenlaista tekemistä, jotta itse ja muut pääsevät nauttimaan puna-valkoisten lippujen hakemisesta.

Rasteilla tavataan!

Marko Horneman

KRV 2018 järjestelyt käynnistyneet

51. Kainuun Rastiviikko suunnistetaan Jormuan maisemissa 2018 KaSun ollessa järjestelyvastuussa. Järjestelyt ovat käynnistyneet mm. järjestelyorganisaatiota kasaamalla, mutta vielä moni vastuuhenkilön pesti odottaa ottajaansa!
Jokaiselle löytyy tekemistä ja kaikkia tarvitaan, mutta ilmoittautumalla mahdollisimman pian, pääset valitsemaan itsellesi mielekkäimmän tehtävän.
Ilmoittaudu mukaan Markolle!

Jäsenmaksut ja jäsenedut

Jäsenmaksut

KaSun jäsenmaksujen rakenne on kolmiportainen. Alle 12-vuotiaat ovat lapsijäseniä, 13–20 -vuotiaat maksavat nuorisojäsenmaksun ja yli 20-vuotiaat ovat aikuisjäseniä.
Jäsenmaksut vuodelle 2017 ovat seuraavat:

Aikuisjäsenet	50 €
Nuorisojäsenet (13–20 v.)	45 €
Lapsijäsenet (12 v. ja nuoremmat)	35 €

Monilapsisille perheille sovelletaan sisaralennusta niin, että kolmannesta lapsesta alkaen jäsenmaksu on 5 €.

Kannattajajäsenet	10 €

Jäsenmaksulaskut on lähetetty helmikuussa sähköpostiin kaikille edellisen vuoden jäsenille. Lapsi- ja nuorisojäsenille lasku on lähetetty huoltajan sähköpostiosoitteeseen. Maksamalla jäsenmaksulaskun omalla viitenumerollasi jäsenyytesi jatkuu vuodeksi eteenpäin. **Mikäli et jostain syystä ole vastaanottanut jäsenmaksulaskua ota yhteys jasensihteeri@kajaaninsuunnistajat.fi tai p. 040 527 8256** (Tuula Rajander).

Sujuvan tiedonkulun varmistamiseksi muistathan pitää yhteystietosi ajan tasalla! (email ja kotiosoite). **Lähetämme sähköpostitiedotteita lähes kuukausittain.**

Omat tiedot voit tarkistaa ja päivittää kirjautumalla www.kajaaninsuunnistajat.fi -sivustolle, sivun vasemman alakulman ©-merkistä. Ensimmäisellä kirjautumiskerralla sinun on luotava salasana klikkaamalla ”Unohditko tai haluatko luoda salasanan”. Käyttäjätunnus = sähköpostiosoite, johon saat seuralta postia. Omat tietosi löydät kirjautumisen jälkeen sivun yläosasta oman nimesi takaa.

Jäsenedut

Kaudella 2017 KaSu maksaa aikuisjäsenille osallistumismaksuja Suunnistusliiton kalenterin mukaisiin kilpailuihin seuraavasti:
* 100 € kesäsuunnistuskilpailuihin (kilpa- tai kuntosarjoihin)
* 100 € hiihtosuunnistuskilpailuihin (kilpa- tai kuntosarjoihin)
* lisäksi seura maksaa osallistumismaksut kaikkiin Kainuun AM-kisoihin
  (AM-kisat **eivät kuluta** 100 € kiintiötä)

Kasulaiset saavat 10 %:n alennuksen NONAME:n verkkokaupasta http://webshop.nonamesport.com/fi/ tilauskoodilla 10021.

Jäsenedut, jäsenen oikeudet ja velvollisuudet löydät kokonaisuudessaan seurakäsikirjasta (kpl 7). Seurakäsikirja on luettavissa verkkosivuillamme osoitteessa
www.kajaaninsuunnistajat.fi/seura/seurakasikirja/
(Päivitetty versio tulossa)

Kuntorastikausi käynnistynyt

Kesän kuntorastikausi on jo pyörähtänyt käyntiin Lohtajan ja Teppanan sprinteillä varsin talvisissa olosuhteissa ja kausi päättyy lokakuussa yörasteihin. Kuntorasteja järjestetään tiistaisin ja torstaisin kesäkuun loppuun saakka muutamaa poikkeusta lukuun ottamatta, loppukaudesta rasteja on vain tiistaisin. Kannattaa huomata, että RR-ratoja laaditaan vain alku- ja keskikaudesta, mutta KRV:n jälkeen niitä ei laadita aikaisempien vuosien vähäisen osallistujamäärien vuoksi.

Kartat ovat totuttuun tapaan hyvin ajan tasalla ja radat ovat valmiiksi painettu kartalle. Ratavaihtoehdoista löytynee varmasti kaikille oikean mittainen ja taitotasolle sopiva rata. Tulevaksi kesäksi on saatu myös hiukan uutta kartoitusta: Seppälän karttaa on laajennettu Kirkkoahon suuntaan sekä Parkinniemen karttaa on laajennettu elokuun rasteille.

Lähtötoiminnot ovat täysin samanlaiset kuin viime vuonnakin. Lähdön rekisteröinti suoritetaan Ilmo-leimasimella viime kesän hyvien kokemusten perusteella. Maalissa ilmoittautuminen on edelleen ehdottoman tärkeää vaikka suunnistaisi ilman aikaa.

Tässä KaSun viestissä on kuntosuunnistuskalenteri. Muutoksia pyritään välttämään, mutta kannattaa kuitenkin tarkistaa aina tapahtuman tiedot + opastus joko KaSun www-sivuilta tai ilmoitus Kainuun Sanomista Seurapalstalta. Normaalien kuntorastiratojen lisäksi ratamestarit voivat laatia ylimääräisiä ratoja tiettyyn teemaan liittyen, kts. 8.6. järjestettävä kuntorasti.

Kaikilta ratamestareilta on kysytty suostumus tehtävään. Rastiryhmäläiset on pyritty sijoittamaan pitkälti samoihin ryhmiin kuin edellisinäkin vuosina. Mikäli ajankohta ei sovi sinulle niin vuoroja voi vapaasti vaihdella. Rastiryhmäläisille yleisenä ohjeena on että kannattaa olla ratamestariin yhteydessä muutama viikko ennen tapahtumaa.

KaSu järjestää kesän aikana yhteensä 25 kuntorastitapahtumaa. Tämä sitoo runsaasti talkoohenkilöitä. **Mikäli sinulla on mahdollista toimia jossakin tehtävässä, niin ota rohkeasti yhteyttä. Tällä hetkellä puuttuu vielä joitakin ratamestareita ja pulaa on myös rastiryhmäläisistä sekä ajanottajista.** Apua tarvitaan myös liikenteenohjauksen ja karttojen myyntiin.

Rasteilla tavataan!

Seppo Kellokumpu ja Hannu Pietilä

0400 399 402, keantero@gmail.com
0405240620, hannukalevi.pietila@gmail.com

Kuntosuunnistajan vakuutus

Vapaa-ajanvakuutukset korvaavat vaihtelevasti kuntosuunnistustapahtumissa sattuneita tapaturmia. SSL tarjoaa kuntosuunnistajille 15 € hintaista Sporttiturva-vakuutusta, joka on voimassa ostohetkestä hankintavuoden loppuun mm. iltarasteilla, Jukolan ja Venlojen viestissä, KRV:llä jne.

Tarkemmat tiedot voimassaolosta, ehdoista ja vakuutuksen vakuutusseloste löytyy SSL:n sivuilta www.suunnistusliitto.fi/harraste/kuntosuunnistajan-vakuutus/vakuutus/

Vakuutuksen voit tilata http://vakuutus.suunnistusliitto.fi/. Käytäthän kohdassa "Tilausta ja toimitusta koskevat huomautukset" **tunnusta 158**, niin KaSu saa pienen provision.

KS-Kuntorastit 2017

KS-kuntorasteja järjestetään Kajaanissa yhteistyössä Kajaanin Suunnistajien ja Kajaanin Kuohun kesken. Tiedotus hoidetaan KaSun www-sivuilla www.kajaaninsuunnistajat.fi. Lehti-ilmoitukset julkaistaan Kainuun Sanomissa sunnuntaisin ja tiistaisin. Tarkista tapahtuman lähestyessä tapahtuman tiedot! (muutoksia pyritään välttämään). Tapahtuman alla kannattaa lukaista myös ratamestarien viime hetken ohjeet ja vinkit Kuntorasti-keskustelupalstalta www.kajaaninsuunnistajat.fi/kuntorastit/keskustelu/.

KS-kuntorastit alkavat klo 17 ja maastoon lähetys päättyy klo 19. Syyskuussa maastoon pääsee klo 17–18.30. Sunnuntain sekä yörastien ajat tiedotetaan erikseen.

Päivä		Paikka / Opastus	Radat
to	20.4.	Lohtaja / vt. 5 Kajaanista 3 km etelään	A, B, C, sprintti
ti	25.4.	Teppanakeskus / Teppanantie - Ilmarintie	A, B, C, sprintti
ma	1.5.	Wappurastit, keskusta	
ti	2.5.	Pöllyvaara / Ahontie - Paltaniementie	A, B, C, D, RR
ti	9.5.	Vimpeli / Lönnrotinkatu - Kuntokatu	A, B, C, D, RR
to	11.5.	Nakertajan koulu / Paltaniementie - Nakertajantie	A, B, C, D
ti	16.5.	Matinmäki / Kirkkoahontie - Hannusrannantie	A, B, C, D, RR
to	18.5.	Laajankangas / Sotkamontie - Kehräämöntie	A, B, C, D
ti	23.5.	Seppälä / Ahontie – Kirkkoahontie	A, B, C, D, RR
ti	30.5.	Joutenlampi / vt. 5 Kajaanista 10 km pohjoiseen	A, B, C, D, RR, TR. Nuorisocup samalla.
to	1.6.	Kajaanihalli / Mainuantie	A, B, C, sprintti
ti	6.6.	Huuhkajanvaara / Samoojantie - Retkitie	A, B, C, D, RR
to	8.6.	Joutenlampi, Tornitupa / vt. 5 Kajaanista 9 km pohjoiseen	A, B, C, D, Rogaining
ti	13.6.	Parkinniemi / Sokajärventie	A, B, C, D, RR
to	15.6.	Petäjämäki / vt. 6 Kajaanista 6 km Sotkamoon	A, B, C, D
ti	20.6.	Valkealampi / vt. 6 Kajaanista 6 km Sotkamoon	A, B, C, D
ti	27.6.	Venäänniemi / Kehräämöntie - Myötärinteentie	A, B, C, D, RR
to	29.6.	Mainua Vehkapurontie / vt. 5 Kajaanista 15 km etelään	A, B, C, D
ti	4.7.	Joutenlampi / vt. 5 Kajaanista 10 km pohjoiseen	A, B, C, D, RR
ti	11.7.	Parkinniemi / Sokajärventie	A, B, C, D, RR
ti	18.7.	Vimpeli / Lönnrotinkatu - Kuntokatu	A, B, C, D, RR
ti	1.8.	Ruuhijärvi / vt. 6 Kajaanista 6 km Sotkamoon	A, B, C, D
ti	8.8.	Matinmäki / Kirkkoahontie - Hannusrannantie	A, B, C, D
ti	15.8.	Valkealampi / vt. 6 Kajaanista 6 km Sotkamoon	A, B, C, D
ti	22.8.	Huuhkajanvaara / Samoojantie - Retkitie	A, B, C, D
ti	29.8.	Petäjämäki / vt. 6 Kajaanista 6 km Sotkamoon	A, B, C, D
ti	5.9.	Vimpeli / Lönnrotinkatu - Kuntokatu	A, B, C, D
su	10.9.	Joutenlampi / vt. 5 Kajaanista 10 km pohjoiseen	A, B, C, D, RR, TR. Kauden päätös.
ti	12.9.	Kajaanihalli / Mainuantie	A, B, C, sprintti
ti	19.9.	Matinmäki / Kirkkoahontie - Hannusrannantie	A, B, C, D. Yö-radat.
ti	26.9.	Parkinniemi / Sokajärventie	A, B, C, D. Yö-radat.
ti	3.10.	Seppälä / Ahontie – Kirkkoahontie	A, B, C, D. Yö-radat.
ti	10.10.	Vimpeli / Lönnrotinkatu - Kuntokatu	A, B, C, D. Yö-radat.

Osallistumismaksut 2017
Karttamaksu 5 €
Vuokraemit 1 €
Rastireitti ja alle 12-vuotiaat maksutta

KS-kuntorastit sisältyvät jäsenmaksuun KaSun järjestämillä kerroilla.
Kuohun järjestämissä tapahtumissa KaSun jäsenillä normaalit maksut. Tapahtuman järjestäjä Kasu ellei muuta mainittu.

	Ratamestari	Rastiryhmä
20.4.	Jukka Kemppainen, 040 5811 460	Pekka Laasonen, Annikki Kemppainen ja Eija Tabell-Jokelainen
25.4.	Pentti Malinen, 040 555 2878	Kaija Mikkonen
1.5.		
2.5.	Eemeli Kokkonen, 044 9910 666	Timo Kokkonen
9.5.	Ville Keränen 044 7820 922	
11.5.	Tore Högnäs 0400 280549	Pentti Kauranen 050 5975 312
16.5.		
18.5.	Kuohu, Veikko Repo, 0400 908 352	
23.5.	Jari Karppinen, 050 5632 392	Eevi Karppinen
30.5.	Timo Kokkonen, 040 5721 465	Janne Haverinen, Anu Gretchel
1.6.	Kuohu, Markku Tolonen, 050 3005 265	
6.6.	Noora Räisänen, 050 4332 496	Laura Flöjt-Leinonen
8.6.	Hannu Pietilä, 040 524 0620	Seppo Kellokumpu,Antti ja Akseli Pietila
13.6.	Eero Okkonen, 040 515 7873	Risto Haapakoski, Jouko Reponen
15.6.	Mikko Kurkela 044 2800 489	
20.6.	Jukka Väyrynen, 050 911 0234	
27.6.	Anna Moilanen 040 9626 191	Juha Suutari, Markku Savolainen
29.6.	Ari-Matti Korhonen, 050 343 6141	Jaana ja pojat
4.7.	Kuohu, Erkki Kari, 040 7033 768	
11.7.	Jari Rajala, 040 415 9051	
18.7.	Antti Schroderus, 040 546 6901	
1.8.	Teemu Takalo, 044 532 5921	
8.8.	Kuohu, Arto Härkönen, 0500 286 313	
15.8.		Anu, Eino ja Liisa Gretchel
22.8.	Kuohu, Alpo Anttonen, 050 3788 211	
29.8.		
5.9.	Kyösti Karttunen, 050 326 6833	
10.9.	Reetta Hämäläinen, 044 285 1090	Pirjo Mulari ja Tikkaset
12.9.	Tuula Haverinen, 040 7718 807	Sonja Päivinen, Marika Haverinen
19.9.	Kuohu, Veikko Repo, 0400 908 352	
26.9.	Kuohu, Markku Tolonen, 050 3005 265	
3.10.	Petteri Haikola, 040 5785378	
10.10.	Jukka Liuha	

Kuntorastikumppanuuksia tarjolla

Seuramme järjestää huhti-lokakuussa 25 kuntorastitapahtumaa Kajaanin kaupungin lähiympäristössä. Kuntorastit ovat matalan kynnyksen liikuntatapahtumia, joihin osallistuu viikoittain eri-ikäisiä ja -tasoisia suunnistajia. Kuntorastit ja radat sopivat kaikenikäisille lajiin tutustuvista aloittelijoista aktiivisuunnistajiin ja joko yksin tai yhdessä perheen tahi kaverin kanssa suunnistaen. Kajaanilaisten lisäksi kuntorasteille tulee osallistujia myös lähikunnista. Kesällä 2016 Kajaanissa järjestetyillä kuntorasteilla oli yhteensä 3447 kirjattua osallistumista ja jokaisessa kuntorastitapahtumassa oli mukana yhteistyökumppani.

Kajaanin Suunnistajat tarjoaa kesän 2017 kuntorastitapahtumiin yhteistyökumppanuutta, joka sisältää:
- Yrityksen logon tai nimen painamisen sovitun kuntorastitapahtuman karttoihin
- Yrityksen nimen ja linkin yhteistyökumppanin nettisivuille Kajaanin Suunnistajien kuntorastikalenterissa sovitun kuntorastitapahtuman kohdalla
- 10 ilmaista osallistumisoikeutta sovittuun kuntorastitapahtumaan (sis. alkuopastuksen, karttamaksut ja ajanottoemitit)
- Yhteistyökumppanin nimen Kajaanin Suunnistajien kuntorastipalstalla tapahtumailmoituksen yhteydessä
- Mahdollisuuden yrityksen esittelypisteeseen tapahtumapaikalla

KaSu hakee yhteistyökumppaneita myös kesällä 2018 Kajaanissa järjestettävälle Kainuun Rastiviikolle, johon osallistuu n. 4000-5000 suunnistajaa ja 1500 henkilöä yleisönä sekä 350 talkoolaista.

Yhteydenotot ja tiedustelut yhteistyökumppanuuksista kesän 2017 kuntorasteille tai KRV-2018 viikolle Jouko Reponen p. 0407159223 tai email: jouko.reponen@outlook.com

Kauden 2017 tapahtumien myynti on käynnistynyt hyvin, mutta vielä on kuntorastitapahtumia vailla kumppania. Sponsorihankintaan ovat kaikki tervetulleita osallistumaan! Tunnetko yrittäjän/yrityksen, joka voisi olla kiinnostunut kumppanuudesta? Yksin sopimus on aina ”eteenpäin”! Ole yhteydessä Joukoon mikäli haluaisit osallistua talkoisiin tällä tavoin.

Hiihtosuunnistajilla hyvä kausi, Tommille MM-pronssia

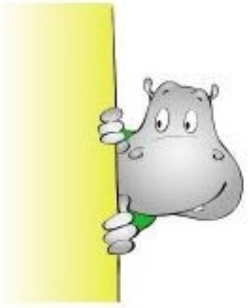
Pieni mutta iskukykyinen Kajaanin Suunnistajien hiihtosuunnistusryhmä niitti menneenä talvena mainetta ja kunniaa myös kansainvälisellä tasolla. Tommi Härkösellä oli vaikea alkukausi sairastelujen vuoksi. Nuori kokenut hiihtosuunnistaja oli kunnossa kuitenkin juuri oikealla hetkellä. Nuorten 20-vuotiaiden MM-kisoissa Imatralla Tommi saavutti pronssia viestissä! Tommi suunnisti viestin aloitusosuuden vauhdikkaasti ja saapui vaihtoon kärkipaikalla. Henkilökohtaisilla matkoilla Tommi teki tasaisen sarjan: sprintti 9, keskimatka 12 ja pitkämatka 14.

SM-kilpailuissa KaSun hiihtosuunnistajat saavuttivat yhteensä neljä mitalia. SM-pitkä H20 Tommi Härkönen hopeaa, SM-erikoispitkä D55 Pirjo Mulari hopeaa, SM-sprintti H85 Teuvo Moilanen pronssia ja SM-viestissä H20 Tommi Härkönen pronssia Puolangan Ryhdin farmijoukkueessa. SM-kisojen kymppikärkeen saatiin myös uusia kasulaisia. Tia-Maria Tikkanen hiihtosuunnisti SM-kisoissa kolme kertaa kymmenen joukkoon, paras sijoitus SM-pitkältä seitsemäs. Reetta Hämäläinen hiihtosuunnisti SM-pitkällä naisten pääsarjassa kymmenenneksi. Hyviä suorituksia kaikki. SM-kilpailuissa parempaankin oli mahdollisuuksia, mutta sairastelut sotkivat esimerkiksi Tommilta pariin SM-kisaan osallistumisen.

Valtakunnan rankissa Tommi Härkösen sijoitus H20-sarjassa kolmas, D55 Pirjo Mulari kolmas ja D17 Tia-Maria Tikkanen kymmenes.

Tästä on hyvä jatkaa seuraavaan kauteen. Maajoukkuepaikkoja on tulossa myös jatkossa! Haasteena kaikille kasulaisille voitaisiin heittää että rohkeasti mukaan hiihtosuunnistuskisoihin isommalla joukolla, laji sopii myös kesäsuunnistajille erittäin hyvin!

Hippo-suunnistuskoulu



Lasten Hippo-suunnistuskerho käynnistyy maanantaina 8.5. klo 18 Seminaarin kampusalueella (Satamakadun puolella). Kerho jatkuu maanantaisin vaihtuvassa paikassa erillisen ohjelmaan mukaan koko kesän lukuun ottamatta heinäkuuta, jolloin kerho on tauolla. Tarkempia tietoja tulossa nettisivuille. Suunnistuskoulu on tarkoitettu 6-12 -vuotiaille lapsille.
Tiedustelut Jari Rajala 040 415 9051.

Aikuisten suunnistuskoulu

KaSu järjestää kevään 2017 aikana suunnistuksen alkeiskurssin aikuisille. Kurssi on tarkoitettu suunnistusharrastusta aloitteleville eli liikkeelle lähdetään suunnistuksen alkeista; karttamerkeistä ja kompassin käytöstä.

Opetus on käytännönläheistä, jokaisella kurssikerralla annetaan suunnistuspaikalla tiettyyn aiheeseen liittyvää opetusta ja suunnistetaan maastossa harjoitusrata. Opittua kerrataan jokaisella kurssikerralla, joten ei haittaa vaikka joku kerta jäisi väliinkin. Kaikki harjoitusradat ovat metsässä koko kurssin ajan, eli ratoja pääsee harjoittelemaan myös itsenäisesti.

Kurssi sisältää kuusi ohjattua kurssikertaa maanantaisin/keskiviikkoisin klo 17-19. Kurssipäivät: 3.5., 8.5, 15.5., 22.5., 31.5. ja 5.6. Harjoitukset pidetään Vimpelissä ja Pöllyvaarassa. Kurssin hinta on 50 euroa (jäsenille maksuton). Vetäjänä toimii Pekka Laasonen.
Tarkemmat tiedot kurssin sisällöstä nettisivulla:
www.kajaaninsuunnistajat.fi/kuntorastit/aikuisten-suunnistuskurssi/

Jukolan- ja Venlojen viesti Joensuussa

Jukolan- ja Venlojen viesti suunnistetaan Joensuun Enossa 17.-18.6. Kajaanin Suunnistajat on ilmoittanut Jukolan Viestiin 4 joukkuetta ja Venlojen Viestiin 6 joukkuetta. Tarvitsemme kaikenkuntoiset ja -tasoiset suunnistajat mukaan matkalle. Maastossa on koko ajan runsaasti suunnistajia ympärillä, myös kuntosuunnistajat ja aloittelijat selviävät radoista hyvin läpi.

Alustavan aikataulun mukaan bussi lähtee Kajaanista la 17.6. n. klo 7.00 linja-autoasemalta ja paluun lähtö Enosta su 18.6. n. klo 12.00. Kartoitamme myös mahdollisuutta toiseen bussiin, lähtö Kajaanista la 17.6. klo 10.00 ja paluu Enosta la 17.6. klo 21.00. Yhden ja kahden bussin taktiikka varmistuu myöhemmin.

Tänä vuonna KaSu on varannut järjestäjien valmiiksi pystyttämiä telttoja joten omia telttoja ei tarvittane. Seura hankkii teltoille myös pientä purtavaa. Sekä Jukolan- että Venlojen viestissä on omavastuu 30 eur/hlö riippumatta siitä osallistuuko yhteiskuljetukseen.

Ilmoittautuminen tapahtuu Suunnistusliiton Irma-järjestelmällä käyttämällä Viestihalukkuus -toimintoa. Ilmoita vapaamuotoisessa tekstissä myös osuustoive ja bussipaikan varaus. Voit myös ilmoittautua suoraan Timolle, timo.t.kokkonen@gmail.com tai 040 5721 465. Jukolasta tiedotetaan lähempänä tapahtumaa KaSun www-sivuilla.
PS: Maakuntaviesti Helatorstaina 25.5. Suomussalmella käy hyvästä viestiharjoituksesta!

Timo Kokkonen
timot.kokkonen@gmail.com, 040 5721 465

Vappurastit 1.5. klo 11-14 – jo 11. kerran

Kartta julkaistaan Koti-Kajaanissa 29.4. Maali Intersportin piha-alueella. Kaikki vähintään 6 rastia leimanneet ja arvontakupongin palauttaneet osallistuvat Intersportin lahjoittamien Salomon Speedcross -lenkkareiden arvontaan!

Kesällä runsaasti kilpailuja ja harjoituksia

Huhtikuun loppupuolella on Kainuun korkeuksilla vielä täysi talvi ja hiihtokelit parhaimmillaan. Muutama nuori suunnistaja on kuitenkin ehtinyt jo käydä pääsiäisen aikaan kevätleirillä Turussa ja samalla avaamassa kilpailukauden.

Kainuun kilpailukalenteri tulevalle kesälle näyttää seuraavalta:
(tarkista ajantasaisuus www.kainuunsuunnistus.fi)

-6.5. AM-Sprintti ja partio, Kajaanin Kuohu
-24.5 Nuorisocupin osakilpailu, Sotkamon Jymy
-25.5. Maakunta/nuorisoviesti, Suomussalmen Rasti
-30.5. Nuorisocupin osakilpailu Joutenlammella, Kajaanin Suunnistajat
-22.6. Nuorisocupin osakilpailu, Puolangan Ryhti
-24.6. Vuokatin Juhannusrastit, sprintti ja keskimatka, Sotkamon Jymy
-8.7. AM-keskimatka, Kajaanin Suunnistajien 70-vuotisjuhlakilpailu
-25.-30.7. Kainuun Rastiviikko, Kuhmon Peurat
-3.8. Nuorisocupin osakilpailu, Suomussalmen Rasti
-12.8. AM-pitkämatka, Puolangan Ryhti
-22.8. Nuorisicopin osakilpailu, Kuhmon Peurat
-8.9. AM-yö, Sotkamon Jymy

Kainuussa kilpailukausi alkaa siis jo la 6.5. Kajaanin Kuohun järjestämällä AM-sprintillä sekä partiolla. Toivottavasti lumitilanne ei siirrä kisoja. Maakunta- ja nuorisoviesti järjestetään Suomussalmella helatorstaina 25.5. Pyritään saamaan Suomussalmelle runsaasti joukkueita. Maakunta- ja nuorisoviestiin voi ilmoittautua Timo Kokkoselle tai Jari Rajalalle (nuoret). Lisätietoa tulossa myös KaSun www-sivuille toukokuun alkupuolella.

Jukolan ja Venlojen viestiin Joensuun Enoon lähdetään suurella joukolla parantamaan viime vuoden sijoituksia. Ykkösjoukkueisiin pyritään saamaan kaikki parhaat suunnistajat. Loput joukkueet voidaan kasata sillä periaatteella että kaikki joukkueet saadaan maaliin. Jukolan/Venlojen -viestistä lisää toisaalla tässä julkaisussa. Timolla on kilpailijana 30. peräkkäinen Jukolan Viesti kilpailijana. Olin kyllä jo Joensuun Jukolassa paikan päälllä vuonna 1982. Kaikille kasulaisille v. 1982 Joensuun Jukolassa mukana olleille tarjoan pullakahvit kisapaikalla tai bussimatkalla!

Kajaanin Suunnistajat järjestää 70-vuotisjuhlakilpailun kansallisten merkeissä la 8.7. Kilpailun tarvitaan vielä useisiin tehtäviin talkoolaisia. Ilmoittautua voi kilpailunjohtaja Marko Hornemanille. Nuoret totta kai osallistuvat kilpailuun. Kannattaa ehdottomasti hyödyntää myös muutamat lähialueen kansalliset Savo-Karjalan ja Pohjois-Pohjanmaan puolella.

Kesän aikana järjestetään kuntorastien lisäksi useita harjoituksia erilaisilla teemoilla. Harjoitukset tulevat painottumaan aktiivisille n. 14-20 vuotiaille nuorille. Toki harjoitukset ovat avoimia kaikille. Harjoituksista tiedotetaan KaSun internet/Facebook sivuilla. Harjoitusten järjestäjiä tarvitaan myös, ota yhteyttä Timoon.

Rastirikasta kesää 2017!

Timo Kokkonen
timo.t.kokkonen@gmail.com
040 5721 465

Portugalin huhti… eikun helmikuu

Tänä vuonna Portugal O'Meeting osui helmikuun loppupuolelle eli 25.–28.2. Kisat järjestettiin Portalegren alueella Portugalin itäosassa. Kilpailut pidettiin kolmen eri kunnan alueella: Portalegressä, Alter do Chãossa ja Cratossa. Maastot olivat viimevuotista veteraaniystävällisempiä, eli mummosarjoissa nousua ei ollut mahdottomia määriä ja piikkipensaitakin vain sen verran, että kiertely onnistui vallan mainiosti.

Olimme reissussa Moilasen Ullan ja Mikkosen Kaijan kanssa. Ulla toimi epävirallisena matkanjohtajana, ja hän olikin hoitanut järjestelyt hienosti. Lennot sujuivat joustavasti ensin sinivalkoisin siivin Helsinkiin, ja siitä edelleen Lufthansalla Frankfurtin kautta Portoon, jossa olimme puolen yön maissa. Kun lopulta, muutaman kilometrin harhailun jälkeen (huom! suunnistajat liikenteessä!), saavuimme lentokenttähotelliin, uni maittoi mainiosti.

Aamulla sitten autovuokraamoon ja Micran nokka kohti uusia seikkailuja. Ulla oli varannut meille majoituksen kodikkaasta Vila Maria -majatalosta Castello de Viden kaupungista. Meidät otti vastaan majatalon herttainen 70-vuotias emäntä Leo-koiransa kanssa. Majapaikassa saimme tottua portugalilaiseen vieraanvaraisuuteen: emäntämme oli leiponut meitä varten sen seitsemän sortin kakkuja, pikkuleipiä ja sämpylöitä ja aamupalapöytä suorastaan notkui herkkuja. Meidän lisäksemme majatalossa yöpyi vain yksi venäläinen suunnistajapariskunta.

Castello de Vide oli hyvä valinta majoitukseen, koska kaikki kisapaikat olivat noin puolen tunnin ajomatkan päässä. Ensimmäisenä kisapäivänä, lauantaina, tarjolla oli keskimatkan kisa Cratossa, Aldeia da Matan kylässä. Maasto oli pienipiirteistä, ja kartalla löytyi tavaraa, joten tarkkaa suunnistusta vaadittiin. Lisähaastetta toivat erikokoiset kivipaadet, joita kaikkia ei ollut karttaan kuvattu.

Lauantain yösprintin jätimme yhteisellä päätöksellä väliin, ja keskityimme palautumaan portugalilaisen ruuan ja juoman avulla. Paikallinen ruoka varmasti jakaa mielipiteitä, mutta punaisen lihan välttelijänä minulla oli hieman vaikeuksia löytää maittavia vaihtoehtoja.

Sunnuntaina kisat jatkuivat samaisessa Aldeia da Matan kylässä pitkällä matkalla. Maanantain kolmas kisa oli keskimatka Portalegressa. Kartalla oli tavaraa, jos mahdollista, vieläkin enemmän kuin kahdessa edellisessä kisassa. Onneksi saimme juosta nämä kolme ensimmäistä kisaa aurinkoisessa säässä; vesisateessa olisi kartan luku voinut olla haasteellisempaakin. Mutta kyllä taas ajattelin, kuten usein aikaisemminkin, että olisipa hienoa, jos jo meille viisikymppisille tarjottaisiin 1/7500 kartta. POM:lla se on tarjolla vasta 65-sarjalaisista alkaen.

3. kisapäivän karttaa

Tiistaiaamu valkeni sateisena. Päätöskisana oli pitkä matka, ja kisakeskus sijaitsi samassa paikassa kuin maanantainakin. Enemmän ja vähemmän mutaisena selvitimme viimeisenkin kisan, ja lähdimme ajelemaan jälleen kohti Portoa. Kotimatkalla pysähdyimme ihanaan, keskiaikaiseen Tomarin kaupunkiin, jossa pääsimme ihailemaan upeaa karnevaalikulkuetta. POM nimittäin järjestetään aina laskiaisviikolla, joka katolisissa maissa huipentuu karnevaaleihin. Viimeinen yö vietettiin jo tutussa lentokenttähotellissa Portossa, josta sitten aamuvarhain lähdimme virkistyneinä ja Suomen suunnistuskauden alkamista odotellen kohti koti-Suomea.

Tämä oli toinen reissuni POM:lle. Juoksu sulalla maalla ja lämpimässä ilmassa tuntui pitkän talven jälkeen kerrassaan mahtavalta. Jo sen tunteen takia kannattaa mennä kevättä vastaan Portugalin rastiviikolle.

Tuula Rajander