

Kuntosuunnistuksen ohjeet SYÖTE-Suunnistus 2017

PERJANTAI iltana 30.6 on iltarastit Iso-Syötteen puolella, Riihikummussa

Karttalinkki opastukseen [TÄSTÄ](#).

Maksaa voit käteisellä tai seuraavilla etuseteleillä: Luottokunnan Virikeseteli, Tyky-Kuntoseteli ja Smartum-liikuntaseteli.

Lauantai 1.7 ja sunnuntai 2.7:

Molempina kilpailupäivinä on mahdollisuus kuntosuunnistukseen. Lisäksi on mahdollisuus perhe-RR sekä parisuunnistukseen. Perhe-RR on molempina päivinä H/D10RR rata. Parisuunnistuksessa kierretään kuntosarjojen rata parin kanssa.

Maastoon pääsee lauantaina klo 11 – 13 ja sunnuntaina klo 10 - 11

Kuntosuunnistuksessa on tarjolla molempina päivinä kolme ratavaihtoehtoa (taitotaso): A (erittäin vaativa), B (vaativahko) ja C (helppo).

Kuntosuunnistuksen lähtöpaikka (molemmat päivät):

Lähtö 2, lähdössä kuntosuunnistajille oma emitin nollaus.

Toimintaohjeet:

- Ilmoita itsesi kuntosuunnistukseen kilpailukeskuksen infossa ja osta kartta.
- Osallistumismaksu 10 € / pv ja Emit vuokra 5 € / pv.

Maksaa voit käteisellä tai seuraavilla etuseteleillä: Luottokunnan Virikeseteli, Tyky-Kuntoseteli ja Smartum-liikuntaseteli.

- Kartat ja radat ovat nähtävissä INFOSSA.
- Huomaathan että kuntosuunnistuksen maali on varsinaisen maalin vieressä. Seuraa viimeiseltä rastilta viitoituksen oikeaa ulkoreunaa ja leimaa "KUNTO-MAALI" -leimasimella. Tämän jälkeen leimantarkastus omassa pisteessä.

Matkat:

	La	Su
Kunto A	4,2 km	5,5 km
Kunto B	3,2 km	4,4 km
Kunto C	2,4 km	2,6 km
Perhe-RR	1,9 km	2,1 km

