



# TURUN SPRINTTIVIIKONLOPPU

## 16.–17.3.2019



**Tervetuloa Turun sprinttiviikonloppuun ja 8. V-S suunnistusseminaariin!**

### OHJELMA

#### Lauantai 16.3.

- 10.30 Talvirastit Pansiossa ([TuS kalenteri](#)). Radat 2, 3, 4 ja 6km.  
Ilmoittautuminen kisapaikalla. Lähdöt klo 10.45–12. Osanottomaksu 7€.
- 16.00 **Turku Sprint Cup 2/2019** Kerttulin koululla ([PAIKKALINKKI](#)).  
Kilpailuun ilmoittautuminen ([LINKKI](#)).  
Bulletin ilmestyy V-S suunnistuksen [sivuille](#) viikolla 10.

#### Sunnuntai 17.3.

- 10.00 **Turku Sprint Cup 3/2019** Kokoushotelli Linnasmäessä ([PAIKKALINKKI](#)).  
Takaa-ajokilpailu lauantain kilpailun tulosten perusteella.  
Kilpailuun ilmoittautuminen. ([LINKKI](#)).  
Bulletin ilmestyy V-S suunnistuksen [sivuille](#) viikolla 10.
- 11.30–12.30 Peseytyminen ja lounas Linnasmäessä seminaariin osallistuville.
- 12.30–15.30 **Varsinais-Suomen Suunnistusseminaari Linnasmäessä**
- 16.00 Avoin korttelisuunnistusharjoitus Ylioppilaskylä-Yliopisto.

### MAJOITUSTARJOUS 70€

Kokoushotelli Linnasmäessä 2h huoneissa sisältäen

- aamupalan, 2 lounasta, päivällisen
- V-S suunnistusseminaarin

Varaukset suoraan [Linnasmäkeen](#) 25.2. mennessä!



### 8. VARSINAIS-SUOMEN SUUNNISTUSSEMINAARI

- Luento 1: TSC-kisa-analyysit (Fredric, Jari ja Janne)
- Luento 2: Eritasoisten kilpasuunnistajien profiili valmentautumisen näkökulmasta (Kalle)
- Luento 3: Sprintin pelikirja (Alexandra) + pelikirjan työstö ryhmittäin
- Sprinttistipendit Varsinais-Suomen parhaille junioreille SM-sprintin 2018 tulosten perusteella.

- peseytymismahdollisuuden (suihkut, sauna) ja lounas (laskutus jälkikäteen) 13€
- seminaarimaksu (laskutus jälkikäteen) 5€

Turun Seudun Urheiluakatemia  
Turun Suunnistajat  
Suomen Suunnistusliitto

