

HARJOITUSKORTTI – VS:n Suunta Huipulle -startti la 18.12.2021



Leiripäivän ohjelma	<p>Klo 11:00 Varsyn testijuoksu, Ruissalon sillan saaren puoleinen pää. Huom! Lähtö klo 11, verryttelyt sitä ennen. Testijuoksun ja loppuverryttelyjen jälkeen siirtyminen Turun Pursiseuran kerhotiloihin. Pursiseuralla on peseytymismahdollisuus, ja lounas tarjolla.</p> <p>Klo 12:45 Keskustelu – Suunta Huipulle -suunnitelmat Varsinais-Suomessa</p> <p>Klo 13:00 Arvokisoissa ensikertalaisena - Amy Nymalm</p> <p>Klo 13:30 Harjoituksen evästys</p> <p>Klo 13:45 Siirtyminen harjoitukseen – kaikki tavarat mukaan, autot Ruissalon kylpylän parkkipaikalle → verryttely</p> <p>Klo 14:15 Harjoituksen ensimmäinen lähtö</p> <p>Klo 15:45 Leiripäivä päättyy</p>
Ilmoittautuminen	<p>Sitovat ilmoittautumiset seuroittain viimeistään 12.12. s-postilla vartiainen.mari@gmail.com. Ruoka on laktoositonta. Mahdolliset muut erikoisruokavaliot kpl-määrineen tulee ilmoittaa ilmoittautumisen yhteydessä seuroittain.</p>
Harjoituksen kuvaus	<p>Harjoitus on kaksiosainen:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.) Musevisa – 4,1 km tai 3,5 km (+ oikaisumahdollisuuksia): Muokattu kartta, tavoitteena löytää erilaisia kartanlukukohteita ja harjoittaa kompassinkäyttöä ja matkan arviointia. Rauhallinen vauhti. 2.) Siirtymä (750 m tai 500 m) tietä/polkua pitkin 3.) Tontut – 1,6 km tai 1 km rastinottoharjoitus normaalikartalla, tavoitteena soveltaa opittua käytäntöön. Mahdollisesti vähän vauhdikkaammin.
Kartta	<p>Musevisa: 1:10 000/2,5 m, kartoitus Raine Rantala Korkeuskäyrät ja pistekumpareet poistettu</p> <p>Tontut: 1:7500/2,5m, kartoitus Raine Rantala</p>
Rastimerkinnot, rastinmääritteet	<p>Ei emit-leimasimia, eikä irrallisia rastinmääritteitä. Rasteilla isot rastiliput.</p>
Muuta	<p>Seuravalmentajat: Ensimmäisen osan jälkeen on mahdollista antaa palautetta ennen lähtöä lopputontulle.</p> <p>Ilta pimenee varsin varhain, lamppu on tarpeen (ainakin kartanlukuvalo)</p>