

KanSun harjoituspäivä ma 23.6.2025

Kohderyhmä: ensisijaisesti nuoret mutta miksei muutkin.

- Harjoitusradat ovat suoria suunnistusratoja (ei RR eikä TR). Niistä pitäisi selvittää sujuvasti itse tai sitten olla oma saattaja/opastaja mukana.

Summittainen aikataulu

klo 9.00	lähtö Kankaanpäästä
klo 10.00	ensimmäinen harjoitus, Valkjärvi, Hämeenkyrö (Kankaanpäästä 60 km) - pienipiirteistä, vaativaa, osin peitteistä ja kivikkoista maastoa, uusi kartta - käytetään KyRan Helasuunnistuksen ratoja
klo 12.00	ruokatauko ja harjoituksen purku Väinän mökillä (harjoituspaikalta 20 km)
klo 13.30	toinen harjoitus, Särkijärvi, Luhalahti, Ikaalinen (mökin lähimaastoja) - vaihtelevaa avokalliomaastoa, myös korkeuseroja ja pienipiirteisiä alueita - käytetään Sata-Häme-rastien kuntosuunnistusratoja
klo 16.30	sauna, uinti, harjoituksen purku mökillä
klo 19.30	takaisin Kankaanpäässä

Ei osallistumismaksua KanSun jäseniltä.

- Autokunnat sopivat polttoainekulujen jakamisesta keskenään.

Varustus: harjoituskampeet, vaihtovaatteet, saunakampeet, vesipullo, karttamuovit.

Yöpyäkin saa. Siinä tapauksessa lisäksi mukaan yöpymisvarustus.

- Yöpyvillä mahdollisuus harjoitella ti 24.6. Nouskin SM-viestin harjoitusradoilla Väinänvuorella.

- Jos yövyt ja/tai tarvitset SM-harjoituskartan (karttamaksu 7 e), kerro asia ilmoittautuessasi.

Ruoan ja karttojen määrän selvittämiseksi **ilmoittaudu viimeistään ke 18.6.** Tuomakselle: [tuomas.vaina\(x\)gmail.com](mailto:tuomas.vaina(x)gmail.com) tai 050 323 3748. Ilmoita samalla mahdolliset erityisruokavaliot.

Harjoituspäivä on yhteinen Kyrös-Rastin kanssa.