

LASTEN HARJOITUKSET 2018 (HOLLOLAN URHEILIJAT-46)

Lahden Suunnistajien Hippo-suunnistuskoululaiset voivat osallistua veloituksetta HU-46:n harjoituksiin, jotka pidetään pääsääntöisesti keskiviikkoisin. HU-46:n suunnistuskoulu alkaa aina klo 18.00, ellei muuta ole sovittu. Suunnistuskoulu päättyy viimeistään klo 19.30. Olethan ajoissa paikalla, niin harjoitukset voidaan aloittaa täsmällisesti.



Aika	Paikka
18.4.2018	Heinsuo
25.4.2018	Tiilikankaan koulu
2.5.2018	Salpakankaan koulu
9.5.2018	Tiirismaa, Televisiotie (Tiiristupa)
16.5.2018	Salpakankaan koulu

Kesäloma

8.8.2018	Vanha ravirata Lahti
15.8.2018	Tapanilan hiihtomaja
22.8.2018	Heinsuo
29.8.2018	Tapanila
5.9.2018	Heinsuo

LASTEN HIPPO-SUUNNISTUSKOULU 2018

- Suunnistuskoulu on tarkoitettu aloittelijoille ja jo pidemmälle ehtineille 6-16 vuotiaalle tytöille ja pojille
- Suunnistuskoulussa opitaan suunnistuksen perustaitoja, tutustutaan suunnistuksen eri harjoitusmuotoihin ja kehitetään lajitaitoja huomioiden lapsen ikä ja taitotaso
- Suunnistuskoulussa opitaan liikkumaan luonnossa ja kunnioittamaan sitä
- Suunnistuskoulussa liikutaan turvallisesti kokeneiden ohjaajien johdolla
- Suunnistuskoulu tarjoaa haasteita, elämyksiä ja uusia kavereita

LASTEN HIPPO-SUUNNISTUSKOULU 2018

Lasten suunnistuskoulu kokoontuu ohjelman mukaan klo 18.00–19.00/19.30 16.4. alkaen ja viimeinen suunnistusharjoitus pidetään 8.10. Aloitustapahtuma on Jalkarannan koululla. Suunnistuskoulu tarjoaa eri tasoryhmiä, joihin voi tulla iän ja kokemuksen perusteella. Ryhmästä toiseen voi siirtyä taitojen karttuessa vaikka kesken vuoden. Ryhmät kokoontuvat aina samaan aikaan. Harjoitukset loppuvat alle 10-vuotiailla noin klo 19.00 ja vanhemmilla noin klo 19.30. Suunnistuskoulussa ei ole alaikäraja, mutta alle 8-vuotiailla pitää olla oma aikuinen mukana. Varusteiksi riittävät aluksi säänmukainen ulkoiluvarustus ja pitäväpohjaiset kengät, joilla voi liikkua metsässä. Harrastuksen syventyessä tärkeimmät varusteet ovat suunnistuskengät, suunnistuspuuku, EMIT-kortti ja kompassi. Niiden hankinnasta ja muista varusteista kannattaa keskustella ohjaajien kanssa ennen ostopäätösten tekemistä.

VASTUUT JA VAKUUTUKSET

Jokainen osallistuu suunnistuskouluun omalla vastuulla. LS-37 vastaa siitä, että suunnistuskoulussa on asianmukainen ohjaus ja valvonta. Suunnistuskoululaisille on seuran puolesta tapaturmavakuutus (Nuori Suunta-kortti). Vakuutus on voimassa kaikessa järjestetyssä suunnistustoiminnassa vuoden 2018 aikana. Nuoren Suomen pelisääntökeskustelu käydään kevään aikana.

SUUNNISTUSKOULUN MAKSU

Osallistumismaksu 90€ (seuran jäsenille 60€).

Mikäli perheessä useampi lapsi (kolme tai enemmän), suunnistuskoulumaksuun sovelletaan perhemaksua, joka on 130€ / perhe. Tämän lisäksi seuran jäsenmaksu 30€/lapsi tai 150€/perhe.

Suunnistuskoulun maksu sisältää:

- Ohjatut suunnistusharjoitukset
- Seuran jäsenmaksu vuodelle 2018
- Nuori Suunta-kortti (vakuutus ja lisenssi) alle 14-vuotiaille ja lisenssi 15-16-vuotiaille
- Vapaa osallistuminen LS-37 iltarasteille, sekä Lahden Taimen iltarasteille (myös RR –ratoja aika ajojin, joista muistutut myös LS-37:n kalenterissa!)
- Särkänniemi-suunnistus 19.5. Tampereella (bussimatka)
- Kilpailujen osallistumismaksut alle 16-vuotiaille
- Osallistumisoikeus HU-46:n suunnistuskoulun (keskiviikkoisin) harjoituksiin
- Osallistuminen muuhun seuran toimintaan ympäri vuoden eli lasten salivuoron ja harjoitukset myös talvikaudella



SUUNNISTAVIEN LASTEN VANHEMMAT JA HUOLTAJAT

Suunnistus on perinteisesti koko perheelle sopiva laji. Se antaa kaikenikäisille haastetta ja mielekästä toimintaa vuoden ympäri. LS-37 tarjoaa suunnistavien lasten vanhemmille mahdollisuuden osallistua toimintaan oman mielenkiinnon mukaan. Kaikki tehtävät eivät edellytä omaa suunnistuskokemusta.

Aikuisille pidetään oma suunnistuskoulu oman ohjelman mukaan alkaen 17.4. ja siihen voivat osallistua myös suunnistuskoululaiset, joilla on jonkin verran suunnistuskokemusta ja haluavat lisäharjoituksia.

SUUNNISTUSKOULUUN ILMOITTAUTUMINEN JA TIEDUSTELUT

Suunnistuskouluun ilmoittautuminen tapahtuu netissä LS-37:n sivuilla, ensimmäisellä kerralla 16.4. Jalkarannan koululla klo 18.00 tai LS-37:n toimistoon p. 03-7512405 tai toimisto@ls37.fi. Tietoa suunnistuskoulusta saat nettisivuilta www.ls37.fi tai Mika Kantola 040 7381901. Aikuisten suunnistuskoulusta on oma esite.

LASTEN SUUNNISTUSKOULU JA HARJOITUKSET 2018 (LAHDEN SUUNNISTAJAT-37)

Suunnistuskoulu alkaa aina klo 18.00, ellei muuta ole sovittu. Suunnistuskoulu päättyy klo 19.00 tai 19.30 iästä riippuen. Olethan ajoissa paikalla, niin voimme aloittaa harjoitukset täsmällisesti.

Aika	Paikka	Huom.
Ma 16.04.	Jalkarannan koulu	Ilmoittautuminen, info, teoritunti ja leimausrata
Ma 23.4.	Tapanilan hiihtomaja	
Ma 7.5.	Tapanilan hiihtomaja	
Ma 14.5.	Launeen perhepuisto, p-paikka	Sarjakilpailu 1; RR, TR, normailirata
La 19.5.	Särkänniemi suunnistus	Tampere (ohessa huvipuistopäivä)
Ma 21.5.	Urheilukeskus, Siiri Rantasen patsas	
Ma 28.5.	Telesiotie	
Ma 4.6.	Vanha ravirata	
Kesäloma		
Ma 6.8.	Heinsuo	
Ma 13.8.	Tapanilan hiihtomaja	
Ma 20.8.	Merrasjärvi	Sarjakilpailu 2; RR, TR, normailirata
Ma 27.8.	Vanha ravirata	
Ma 3.9.	Salpakangas	
Ma 10.9.	Tapanilan hiihtomaja	Kauden päättäjäsarjakilpailut, Sarjakilpailu 3
Ma 8.10.	Tapanilan hiihtomaja	
Aikuisten suunnistuskoulu:		
Ti 17.4.	Tapanilan hiihtomaja	Teoriaopetus ja maastoon tutustuminen
Ti 24.4.	Tapanilan hiihtomaja	
To 3.5.	Jukolan harjoituskartta	
Ti 8.5.	Jukolan harjoituskartta	
Muita alueen kilpailuja:		
Su 6.5.	Asikkala	Kansallinen suunnistuskilpailu, Asikkalan Raikas
La/Su 28.-29.7	Orimattila	Kansallinen suunnistuskilpailu, Rastivarsat
La/Su 11.-12.8.	Lammi	Aluemestaruuskilpailu + viesti, Lammin Säkivi

Lisäksi seuran iltarastit tiistaisin 3.4. alkaen.

