



Träningskort: Orienteringsträning i Sjundeå 17.11

Adress: Karskogvägen 652, Sjundeå.

Start kl. 10–11

Två banor med långdistanskaraktär: 8,0 km och 5,1 km. Båda går att avkorta vid behov. Banorna betonas vägval och är uppgjorda för äldre juniorer och vuxna. För yngre juniorer lämpar sig banorna i sällskap av en vuxen och som höstvandring.

Ingen Emitstämpling men Livelox finns. Ta med eget kartfodral A4, kartorna håller inte vatten. Innan du går ut i skogen, skriv ditt namn på listan, och innan du avlägsnar dig från träningen, markera att du kommit tillbaka från skogen.

Karta (Lynx) Karubybergen, 1:10 000, 5 m, Arvo Paulin, uppdaterad 2023. Avsevärda höjdskillnader, finskurna bergspartier och varierande skogsterräng. Banläggare Tom Lemström.

Harjoituskortti: Suunnistusharjoitus Siuntiossa 17.11.

Osoite: Karskogintie 652, Siuntio.

Lähtö klo 10–11

Kaksi pitkän matkan rataa: 8,0 km ja 5,1 km. Kumpikin tarvittaessa lyhennettävissä. Radoilla painotetaan reitinvalintoja ja ne on laadittu ensi sijassa vanhemmille junioreille ja aikuisille. Nuoremmille junioreille radat soveltuvat aikuisen seurassa ja syksyisenä vaelluksena.

Ei Emit-ajanottoa, mutta Livelox toimii. Ota mukaan oma karttakotelo A4, kartat eivät ole säänkestäviä. Ennen kuin lähdet metsään, kirjoita nimesi listaan, ja ennen kuin poistut paikalta, merkitse, että olet tullut maastosta pois.

Kartta (Lynx) Karubybergen, 1:10 000, 5 m, Arvo Paulin, päivitetty 2023. Merkittäviä korkeuseroja, pienpiirteisiä kallioalueita ja vaihtelevaa metsää. Ratamestari Tom Lemström.