

Tule treenaamaan SM-sprinttiä varten kevään Aluerasteille!

AR-sprintti-CUP 2010

Aika Paikka

- 7.4. Korson koulu, Kisatie 29, Vantaa**
- 14.4. Kumpulán maauimala, Allastie 5, Helsinki**
- 21.4. Myyrmáen urheilupuisto, Raappavuorentie 10, Vantaa**
- 5.5. Lánsimáen koulu, Lánsimáentie 25-27, Vantaa**
- 19.5. Simonkylán koulu, Koivukylántie 52, Vantaa**



Tarjolla on jokaisella kerralla normaalin kuntosuunnistuksen lisäksi kaksi sprinttirataa: lyhyt (< 2 km) ja pitkä (< 3 km). Kartat ovat uusia tai päivitettyjä sprinttikarttoja. Rasteilla on emit-leimasimet.

Sarjat: H/D-lyhyt, H/D-pitkä

Sarjojen voittajat palkitaan Suunnistajan Kaupan 30 €:n lahjakortilla.

Sarjan voittaja on se, jolla on pienin 4 osakilpailusta laskettu sijalukupisteiden summa.

Osallistumismaksu **5 €** tai **2 €** (alle 19-vuotiaat). Samalla maksulla voi juosta molemmat sprinttiradat mutta vain 1. suoritus huomioidaan yhteistuloksissa.

Lähdöt klo 16.30-18.30 omaan tahtiin, ilmoittautuminen paikan päällä. Voit myös varmistaa karttojen riittävyyden ilmoittamalla etukäteen seurasi valmennusryhmän osoitteeseen vj@pihkaniskat.fi

Pihkaniskat
www.pihkaniskat.fi

Rasti-Jyry
www.helsinginjyry.fi

6.5. Aluemestaruussprintti, Meilahti, Meilahdentie 2, Rasti-Jyry