

KaaSun ja Kaakon alueen Kompassi-leiri Imatralla Kylpylässä 3-5.11.2023

Suunnistuskauden päätös ja avaus nuorille Imatran Kylpylässä. Leirin ohjelma on suunniteltu kaikille yli 12-vuotiaille, Kaakon alueen nuorille suunnistajille. Mukaan mahtuu myös nuorempia vanhempien avustamana.

Mikäli seurasta osallistuu alle 18-vuotiaita suunnistajia, pyydetään myös huoltajia mukaan. 5 nuorta/huoltaja periaatteella. Tosin kaikki asiat ovat neuvoteltavissa.

Leirin onnistuminen edellyttää riittävän paljon osallistujia. Siis kaikki mukaan nauttimaan Imatran Kylpylästä ja hyvistä ulkoilumaastoista.

Arvioituna leirin hinta on sisältäen majoituksen, kaikki ruokailut, kylpylän käytön ja harjoitukset.

Tulevan talven hiihtosuunnistuksen SM-kilpailujen kiellettyjen alueiden takia joudumme kulkemaan osaan harjoituksista autoilla. Toivomme, että nuorten huoltajat pystyisivät auttamaan kuljetuksissa leirin ohjaajien lisäksi.

Aikuiset ja yli 15 v 120 euroa.

Nuoret alle 14 v 100 euroa.

Huoltajat 62,5 euroa.

Leirin hinnassa on jo huomioitu Kaakon suunnistuksen osuus, 1/3. Huoltajien kustannuksista Kaakon suunnistus maksaa 2/3.

Leirin järjestää SK Vuoksi. Vastuuhenkilöinä ovat Lauri Nenonen, Teemu Korhonen ja Raimo Väisänen.

Ohjelma (alustava)

Pe 3.11

Klo 17.00 -17.30 Saapuminen ja majoittautuminen
Klo 17.00-18.30 Ruokailu

Klo 19.00-21.00 Sisäharjoitus Kylpylän liikuntasali (19-20) (suunnistus, yms.).
Halukkaille lamppujuoksulenkki n. 20.00-20.45
Klo 21.00 Iltapala

La 4.11

Klo 07.45 Aamiainen
Klo 09.15-11.30 Suunnistus ohjaajien/huoltajien kuljettamana hieman
kauempana
Klo 12.00 Lounas
Klo 14:00-15.00 Rentoutumis- /lihashuoltoharjoitus
Klo 17.00 Yösuunnistus timantti, Lammassaari
Klo 18.30 Päivällinen
Klo 19.00 Kylpylä
Klo 21.00 Iltapala

Su 5.11

Klo 07.45 Aamiainen
Klo 8:30 Pitkä suunnistusharjoitus ohjaajien/huoltajien kuljettamana
hieman kauempana
Klo 12.00 Lounas
Klo 12.45 Leirin lopetuspalaveri
Klo 13.00 Kotimatka

Ilmoittautumiset viimeistään sunnuntaina 29.10.2023 klo 24.00 mennessä Lauri Nenoselle, puh 0405438847 tai sähköpostilla lauri.nenonen@skvuoksi.fi.
Ilmoittauduttaessa mainittava ikä, yhteystiedot, seura, laskutusosoite. KaaSu lähettää laskun jokaiselle seuralle osallistujien mukaan, joten olkaa yhteydessä omaan seuraan.

Varusteet:

Ulkoiluvarusteet, lämmintä vaatetta, suunnistuskengät, uimahousut, sisäliikuntavarusteet, sisäkengät, kompassi, otsalamppu.

Kaikki nuoret halukkaat mukaan yhteisiin harjoituksiin.

Terveisin

Lauri Nenonen

SK Vuoksi