

Hiltulanlahden sprinttitorstairastit 9.9.2021 klo 16.30-18.00

Sprintti on kovavauhtista suunnistusta, jossa testataan kykyä tehdä ja toteuttaa reitinvalintoja sekä lukea karttaa täydessä vauhdissa. Rastinotto ei ole haastavaa, vaan haaste syntyy reitinvalintojen nopeassa ja sujuvasta tekemisestä.

Sprintti suunnistetaan rakennetussa ympäristössä kulkukelpoisuudeltaan hyvällä alueella. Sprintissä *omakotitalojen tonteille ei ole sallittua mennä*, ellei siihen ole pyydetty erikseen lupaa. Kielletyt tonttialueet on merkitty karttaan ns oliivinvihreällä. Alueella oleva rakennustyömaa ja ei-sallitut tieylitykset on merkitty karttaan kielletyn alueen rasteroinnilla. Muita kiellettyjä kohteita voit tarkastella [Sprinttisuunnistuksen kielletyt kohteet](#) Suomen Suunnistusliiton julkaisemina. Voit varmistaa epäselvät kohdat torsupaikan järjestäjiltä.

Hyvän ratasuunnittelun ja onnistuneen suunnistuksen ansiosta sprintin kesto on vain 12-15 min. Ennen sprinttiä kannattaa verryttellä hyvin. Esimerkiksi 15 min kevyttä juoksua, jonka lopussa muutama 30 sekunnin rento kiihdytys. Verryttelyllä varmistat, ettei kovavauhtinen juoksu aiheuta turhia venähdyksiä. Myös loppuverryttely on syytä tehdä huolellisesti.

Torsupaikka

[Hiltulanlahden koulu](#)

Hiltulanlahdenkatu 7, 70870 Hiltulanlahti

Kartta

Jerry Hyvönen 6-7/2020.

Mittakaava 1:4000 (1 cm kartalla on 40 metriä luonnossa).

Ratamestari

Sakari Hyvönen

Maasto

Hiekka, asfaltti, nurmikko, metsäsuunnistusta alle 5 %. Lenkkareilla pärjää, mutta varo liukkautta sadesäällä.

Leimaus

Emit + oikeat sprinttipukit sujuvaa leimausta varten.

Saapuminen

Omalla autolla tai pyörällä. [Linja-autoreiteillä 31, 35 ja 70](#) saavut Kuopion torilta torsupaikalle sujuvasti jopa alle 30 min.

Paikoitus

Hiltulanlahden koulun etu- ja takapiha ja läheisen urheilukentän p-alue. Google Mapsissä satelliittikuva näyttää vain metsää, mutta on siellä nykyään koulu.



Ratatiedot

A-rata 2,8 km / 16 rastia

Kaksipuoleinen kartta. Vaihda karttalehti toisinpäin, kun saavut ensimmäisen lenkin viimeiselle rastille. Muista leimata ennen kartankääntöä! Karttaan merkityn tien ylitys vain suojateitä ja muita kartassa näkyviä sallittuja reittejä pitkin. Sallitut ylitys/alituspaikat näkyvät kartassa)(-merkillä. Ratapituus ns. linnuntietä pitkin. Ihanneaika 12 min.

B-rata 2,0 km / 8 rastia

Rata yhdellä karttalehdellä. Karttaan merkityn tien ylitys vain suojateitä ja muita kartassa näkyviä sallittuja reittejä pitkin. Sallitut ylitys/alituspaikat näkyvät kartassa)(-merkillä. Ratapituus ns. linnuntietä pitkin. Ihanneaika 12-15 min.

C-rata 0,9 km / 7 rastia

Rata soveltuu hyvin perheen pienimmille ensimmäiseksi suunnistuskokemukseksi vaikka vanhempien kanssa. Radan pystyy kiertämään lastenvaunujen tai kantorinkan avulla. Ratapituus ns. linnuntietä pitkin. Muista, ettei autotielle saa mennä. Ihannesuoritus on syntynyt, kun lapsi hymyilee maalissa.

Terveisin,

Sakari Hyvönen 040-5246614