

Kaasun leiri Imatralla Kylpylässä 29-31.10.2021

Suunnistuskauden rentoutumishetki ja kesän muistojen kertausta nuorille yhteiselon merkeissä Imatran kylpylässä. Leiri on tarkoitettu kaikille, 12 vuotta vanhemmille, Kaakon alueen nuorille suunnistajille. Tosin mukaan mahtuu varmasti myös reippaita nuorempiakin suunnistajia.

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. Lisäksi huomioidaan vielä mahdolliset koronarajoitukset. Siis kaikki mukaan nauttimaan Imatran Kylpylästä ja hyvistä ulkoilumaastoista.

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

Aikuiset ja yli 15 v 110 euroa.

Nuoret alle 14 v 90 euroa.

Huoltajat 55 euroa.

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

Leirin järjestää Skvuoksi. Vastuhenkilöinä ovat Lauri Nenonen, Teemu Korhonen ja Raimo Väisänen.

Ohjelma

Pe 29.10

Klo 17.00 -17.30 Saapuminen ja majoittautuminen

| | |
|-------------------|---|
| Klo 17.15-18.15 | Ruokailu |
| Klo 19.00-21.00 | Sisäharjoitus Kylpylän liikuntasali. Lauri ja Teemu |
| Klo 21.00 | Iltapala Vuoksi |
| La 30.10 | |
| Klo 07.45 | Aamiainen |
| Klo 09.15-11.30 | Harjoitus parettain lähimaastossa. Muistiharjoitus. Ensilumenlatu on jo avattu. Noin 1,5 km ladulla on mahdollisuus myös hiihtää. Ilmoitus etukäteen osallistumisesta Raimo Väisäselle. |
| Klo 12.00 | Lounas |
| Klo 13.30-15.00 | Luento Lauri, kokoustila |
| Klo 15.00 - 17.00 | Vesijumppa kylpylässä |
| Klo 17.00 | Päivällinen |
| Klo 18.00 | Pimeäsuunnistus lähimaastossa. Huom otsalamput. Teemu |
| Klo 19.30 | Kylpylä |
| Klo 21.00 | Iltapala Vuoksi |
| Su 30.10 | |
| Klo 07.45 | Aamiainen |
| Klo 08.30-11.45 | Raato-juoksu. PK- suunnistusharjoitus. Peseytymismahdollisuus kylpylässä |
| Klo 12.00 | Lounas |
| Klo 12.45 | Leirin lopetuspalaveri, Raimo Väisänen |
| Klo 13.00 | Kotimatka |

Ilmoittautumiset viimeistään pe 22.10.2021 klo 22.00 mennessä Raimo Väisäselä, puh 0400-920050 tai sähköpostilla [ramivaisanen1\(at\)gmail.com](mailto:ramivaisanen1(at)gmail.com). Ilmoittauduttaessa mainittava ikä, yhteystiedot, seura, laskutusosoite. Jokaiselle seuralle lähtee lasku osallistujista, joten olkaa yhteydessä omaan seuraan.

Mikäli halukkuutta löytyy pelkästään hiihtoleirille, niin tervetuloa vaan mukaan. 1,5 km latu on fyysisesti haastava. Ilmoittakaa asiasta.

Varusteet:

Ulkoiluvärusteet, lämmintä vaatetta, suunnistuskengät, uimahousut, sisäliikuntavärusteet, sisäkengät, kompassi, emit, otsalamppu. Hiihtovärusteet hiihtäjille.

Ohjelman runko on alustava. Kaikki nuoret halukkaat mukaan yhteisiin harjoituksiin.

Terveisin

Raimo Väisänen

Skvuoksi