



Sinetti-suunnistuskoulu aikuisille 2021

Tervetuloa opettelemaan luonnossa liikkumista kartan kanssa!

JRV järjestää tulevan kesän ja syyskesän aikana aikuisten suunnistuskoulun. Sen aikana opetellaan ja harjoitellaan suunnistuksen perustaidot alkeista lähtien.

Suunnistuskoulu aikuisille alkaa 29.4.2021

Aikuisten suunnistuskoulu alkaa torstaina 29.4.2021 klo 18 Jämsän Seutu -kuntorastien yhteydessä. Suunnistustaitojen opettelu jatkuu torstaisin suunnistuskoulukalenterin mukaisina päivinä. Kauden alussa on kaikkiaan neljä kokoontumista ja kesälomataun jälkeen kolme.

Aikuisten suunnistuskoulun ohjelma

Päivämäärä	Tapahtumapaikka
29.4.	Jaatilanrinne-Pukinvuori
6.5.	Kivioja
13.5.	Himos-Paljakka
20.5.	Virstavuori
5.8.	Huhdanvuoren hiihtokeskus
12.8.	Pohjois-Himos
19.8.	Heräkulma

Aikuisten suunnistuskoulu sopii erittäin hyvin sinulle, joka

- haluat uuden kuntoa kohottavan ja mieltä virkistävän harrastuksen
- etsit koko perheen yhteistä harrastusta
- haluat varmuutta luonnossa liikkumiseen, esimerkiksi marjastamiseen tai metsästämiseen
- haluat "navigaattorin tädin" sijaan itse päättää, mitä reittiä pitkin ajat Jämsästä vaikkapa mummolaan Enonkoskelle

Kynnys suunnistuskouluun osallistumiseen on pieni: suurimpana oma innostus asiaan. Tavallinen ulkoliikuntavarustus on alkuvaiheessa ihan riittävä, eikä kompassikaan ole pakollinen.

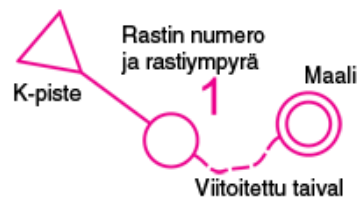


Suunnistuskoulun hinta

Koulun hinta on 60 €, johon sisältyy ohjaus ja tarvittava materiaali. Suunnistuskoulun ja koko kauden kattavan rastipassin hinta on 100 €.

Toiminta

Käytännön opetus toteutetaan pienryhmissä, joiden vetäjinä toimivat kokeneet JRV:n suunnistajat. Pienryhmät muodostetaan taito- ja kuntotasoltaan yhtenäisiksi, jolloin jokaisella on mahdollisuus oppia oman tason mukaan. Kokoontumisissa noudatetaan voimassa olevia koronarajoituksia. Ohjeet kokoontumisista toimitetaan osallistujille etukäteen sähköpostitse.



Ilmoittautuminen ja yhteyshenkilö

Aikuisten suunnistuskouluun ilmoittaudutaan JRV:n verkkosivuilla jrv.fi. Valitse ylänavigoinnista Kauppa-välilehti, josta löydät haluamasi ilmoittautumislinkin.

Aikuisten suunnistuskoulun koordinoijana toimii ja tiedusteluihin vastaa Kaisu Piirto, puhelin: 0405778315 tai kaisu.piiro@gmail.com

