



PUSU 1/2018

Kevät 2018/ 18. vuosikerta

1905



1

Nuorten Jukola 18.8.2018 Saarijärvellä



Ippo Liimatainen vastaanotti Jukola-lipun OK Trianin Kalevi Ikoselta

PUSU eli Pullistuksen Suunnistus Suunnistajien jäsenlehti

Julkaisija: SaPu, suunnistusjaosto

Toimitus: Arja Niskakangas ja jaoston jäsenet

Ilmestyminen: Huhtikuu (1. kuntorastit)
Marras-/joulukuu (Tossunpesu)

Katseltavissa nettilehtenä: www.pullistus.fi
suunnistus/Pusu-lehdet



SaPu:n toimisto sijaitsee kauppakeskuksessa

Katuosoite: Kauppakatu 7 (2.kerros)

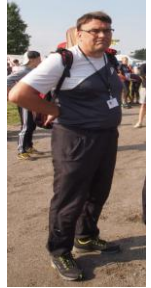
Postiosoite: PL 90, 43101 Saarijärvi

JÄSENMAKSU 2018, vuonna 2017 jäsenmaksunsa maksaneille lähetetään jäsenmaksupankkisiirto kotiin tai sähköpostitse alkuvuodesta 2018.

Jäsenmaksun maksettuasi

- **voit edustaa seuraa**
- **voit hankkia seuran asuja**
- **voit osallistua yhteiskuljetuksiin jäsenhinnalla**
- **voit saada jaostokohtaisia etuja**





Puheenjohtajan terveiset

Keski-Suomen Suunnistus muisti 50-vuotiaasta Sisä-Suomen rastipäiviä kevät- kokouksessaan Jyväskylässä. Muistoksi järjestävät seurat SaPu ja ViiSu saivat muistolaatan. Tänä kesänä rastipäivien järjestelystä vastaa Viitasaaren Suunta.

Kevät näyttää etenevän hitaasti, siitä huolimatta tulevan suunnistuskauden tapahtumat on jo suunniteltu melkein valmiiksi. Suunnistuskaudella 2018 on tapahtumia runsaasti Torstairastit, Hippon suunnistuskoulu, Nuorten Jukolan esikisat, kauden päätapahtuma on Nuorten Jukola ja Kusiaismäen keskimatka. Talkooväkeä tullaan tarvitsemaan runsaasti, jotta tapahtumat saadaan järjestettyä.

Suunnistajat ovat sitoutunutta väkeä, joten kisojen järjestäminen sujune aiempien kokemusten mukaan loistavasti. Seuraa suunnistusjaoston nettisivuja, mukaan mahtuu vielä ja tarvittava koulutus kyllä annetaan. Toivotaan, että sää suosii tulevan kesän tapahtumia. Ilman maanomistajien myötämielistä suhtautumista suunnistuksen tulevat tapahtumat eivät onnistuisi. Kaupunki osallistui viime vuonna suunnistuskarttojen valmistamiseen. Tuella saatiin kaksi täysin uutta karttaa ja kaksi vanhaa kartta ajan- tasaistettiin.

Jukolan ja Venlojen viestiin ennakko ilmoittautui kolme Jukola-joukkueellista suunnistajia ja Venla- viestiin peräti seitsemän joukkuetta. Taitaa olla uusi ennätys Venla-viestissä. Alkukeväästä suunnistajia lähtee kilpailemaan Ruotsiin 10-milan viestikilpailuun miesten ja naisten joukkueella. Syksyllä olemme myös menossa 25-mannaviestiin. Eikä voi myöskään unohtaa Suomessa järjestettäviä suunnistuskilpailuja. Hyvää peruskuntoa on onneksi voinut kerätä runsaslumisilta hiihtoladuilta, jotta jaksaa suunnistaa koko kauden.

Suunnistusjaoston puheenjohtaja toivottaa mielenkiintoisia suunnistushetkiä tulevalla kaudella!

Timo Kulmala

KESÄN 2018 HIPPORASTIKALENTERI

Kerta vko Pvm Paikka

| | | | |
|---|----|---------|-------------------------|
| 1 | 21 | 21.5.18 | Roikola |
| 2 | 22 | 28.5.18 | Roikola |
| 3 | 23 | 4.6.18 | Kolkanlahti, Metsäkoulu |
| 4 | 24 | 11.6.18 | Summassaari |

Alueoravaleiri 11.-13.6.18

| | | | |
|----|----|---------|---------------------------|
| 5 | 25 | 18.6.18 | Mannila |
| 6 | 26 | 25.6.18 | Kolkanlahti, leirintäalue |
| 7 | 27 | 2.7.18 | Torstairastipaikka |
| 8 | 28 | 9.7.18 | Torstairastipaikka |
| 9 | 29 | 16.7.18 | Torstairastipaikka |
| 10 | 30 | 23.7.18 | Torstairastipaikka |
| 11 | 31 | 30.7.18 | Torstairastipaikka |
| 12 | 32 | 6.8.18 | Herämäki |
| 13 | 33 | 13.8.18 | Mannila |
| 14 | 34 | 20.8.18 | Kusiaismäki |
| 15 | 35 | 27.8.18 | Kusiaismäki |
| 16 | 36 | 3.9.18 | Mannila |

Kalenterista puuttuu vielä ratamestaritiedot, katso netistä tiedot, kohdasta Hippo-suunnistuskoulu, kun kalenteri on saatu valmiiksi.





Taitoryhmä

Kesän 2018 taitoryhmä käynnistyy toukokuussa.

Nuorten urheilijoiden kisapassikeräily jatkuu kaudella 2018! Kerää kesän kisoista kuusi osallistumiskertaa ja pääset viettämään kivaa leiripäivää syksyllä. Merkinnän saa osallistumisesta alueellisiin tai kansallisiin kisoihin. Myös Oravapolkuleirin kisasta ja leiriviestistä saa merkinnän.

| | |
|--------------------------------------|----------------------|
| 5.5.18 Powerpark sprintti | Alahärmän Kisa |
| 6.5.18 Virkiän kevätkansallinen | Lapuan Virkiä |
| 6.5.18 Keurusrastit | KeuKi |
| 11.5.18 Sisä-Suomen rastipäivät | ViiSu |
| 12.5.18 Sisä-Suomen rastipäivät | ViiSu |
| 18.5.18 Nuorten-Jukola 2018 esikisat | SaPu |
| 19.5.18 Kinkoriutan keskimatkat | Suunta Jyväskylä |
| 19.5.18 Särkänniemisuunnistus | KooVee |
| 20.5.18 JoSeMoRa-rastit | Itä-Päijänteen Rasti |
| 3.6.18 Tanssikallio-rastit | JRV |
| 11-13.6.18 AOK kilpailut/leiri | Rasti E4 |
| 13.6.18 Äänekoski sprintti | Rasti E4 |
| 19.8.18 Kusiaismäen keskimatka | SaPu |
| 31.8.18 KLL suunnistuskisa | Sipoo |
| 2.9.18 Jyvässprintti | Suunta Jyväskylä |
| 8.9.18 Eränetin yö | KalsKe |
| 23.9.18 Mikonpäivä sprintti | Tampereen Pyrintö |

Harrasteryhmä 7-14v.

Suunnistuksen Harrasteryhmä 7-14-vuotiaille keskiviikkoisin jatkaa 10.1.2018. Kesäajan alkuun asti (10.1.-21.3.) harjoitukset Herajärven koulun salissa klo 19-20 (HUOM! 17.1. ulkona!), jonka jälkeen (28.3.-25.4.) ulkona klo 18-19.30. Kunkin kerran tarkempi paikka ohjelmassa.

Harrasteryhmässä ylläpidetään suunnistustaitoa ja kuntoa suunnistusharjoituksin, peleihin ja leikeihin sekä tehdään ketteryys-, nopeus-, liikkuvuus- ja koordinaatioharjoituksia.

Aikaisempaa suunnistuskokemusta ei tarvita.

Tiedustelut ja ilmoittautuminen: Jaana Tissari, p. 045 6710840 tai lomakkeella SaPu suunnistuksen nettisivuilla.

Suunnistuksen harrasteryhmä ohjelma kevät 2018

| PVM | Teema 1 | Teema 2 | Paikka ja aika |
|-------|--------------------------|--------------------|------------------------|
| 10.1. | Sisäsuunnistus | Pelit | Herajärven koulu 19-20 |
| 17.1. | Testijuoksu | Korttelisuunnistus | Museon piha 19-20 |
| 24.1. | Sprintin reitinvalintoja | Nopeusvedot | Herajärven koulu 19-20 |
| 31.1. | Juoksukuntopiiri | Pelit | Herajärven koulu 19-20 |
| 7.2. | Emit-harjoitus | Ketteryysrata | Herajärven koulu 19-20 |
| 14.2. | Rastinhaku | Reaktiot | Herajärven koulu 19-20 |
| 21.2. | Kaupunkisota | Venyttely | Herajärven koulu 19-20 |
| 28.2. | HIHTOLOMA | | |
| 7.3. | Karttapalapeli | Ryhmäjumppa | Herajärven koulu 19-20 |
| 14.3. | Sisäsuunnistus | Henkselit | Herajärven koulu 19-20 |
| 21.3. | Ketteryysreitinvalinta | Viivajuoksu | Herajärven koulu 19-20 |
| 28.3. | Karttavaellus (lenkki) | | Koulun piha 18-19.30 |
| 4.4. | Monipuolinen lämmittely | Viuhkasuunnistus | Koulun piha 18-19.30 |
| 11.4. | Korttelisuunnistus | Juoksutekniikka | Koulun piha 18-19.30 |
| 18.4. | Supersprintti | Loikat | Koulun piha 18-19.30 |
| 25.4. | Testilenkki + Nyyttärit | | Museon piha 18-19.30 |

Saarijärven Pullistuksen Torstairastit 2018

Järjestäjä: Saarijärven Pullistus

Radat: A:5-6km, B:helpompi 3.5-4km, C:helpompi 2-3km, jos maasto sallii D-rata, helppo 1-2km.

Aika: Torstaisin lähdöt, HUOM! klo 17.00 – 18.30

Maksut: Karttamaksu 5€, SaPu:n alle 16.vuotiaat maksutta. Kausikortti 70€, tilaukset: timojkul-mala@gmail.com. Myös Smartum- tai TYKY-liikuntaseteli käy. Emit-vuokra 2€,

Tiedotus: Torstaisin ilmestyvän Sampo-lehden seuratoimintapalstalta löytyy tarkempi opastus torstairastipaikalle, tarkista myös mahdolliset muutokset. Tulokset Sampo-lehdessä ja Pullistuksen internet-sivuilla. Osoite www.pullistus.fi. Johon kalenteriin tulevat muutokset päivitetään.

Kartat: Pääsääntöisesti uudehkoja tulostekarttoja 2000-luvulta

Yht. henkilöt: Petri Moisio 040-703 8411, petri.moisio2@pp.inet.fi

Pvm: Paikka/opastus: Ratamestari:

1. 5.4. Monitoimitalo, uusi sprinttikartta Jaana Tissari / Aino Mäkelä
2. 12.4. Mannilan pallokenttä Jorma Hirvensalo
3. 19.4. Pyyhkälä, Kantokalliontie Teemu ja Jaakko Kulmala
4. 26.4. Summassaari, Uuraistentieltä Risto Oksanen
5. 3.5. Piispala, Kannonkoski Jaana ja Johanna Kauppinen
- X* pe18.5. NuJu-esikisa, kuntosuunnistus 10€ Petri Moisio
- 6*. 24.5. Kallioniemi, Myllymäentieltä(IRV) Aaro Oksanen/ Sirkka Ketola
7. 31.5. Kulhanvuori, p-alue Timo ja Sirpa Ålgars
8. 7.6. Pylkönmäki Olli-Pekka ja Sari Häkkinen
9. 14.6. Ahvenlampi, Kylmäpuron soramonttu Ilpo Liimatainen/Ilpo Kinnunen
10. 28.6. Pyhä-Häkki, Viitasaarentieltä Tero Vesisenaho, Pasaset
11. 5.7. Särkilampi, Kolkanlahti Minna Truhponen
12. 12.7. Metsäkoulu, Kolkanlahti Mari Turtinen / Sanni Penttinen
13. 19.7. Pirttipuron mylly, Myllymäentieltä Suomäet

14. 26.7. Herämäki, Heralan p-alue Markku Helle/Juhani Penttilä
15. 2.8. Lannevesi, Uuraistentieltä Pellervo Kässi
16. 9.8. Kusiaismäki, Juhola, Uuraistentieltä Mikko Truhponen
17. 23.8. Kusiaismäki, kirjapaino(rastimaili) Eero ja Erkki Vartiainen
- 18*. 30.8. Kusiaismäki, hiihtokeskus (IRV) Arja Niskakangas ja Sinikka Ikonen
19. 6.9. Tiilikka, Viitasaarentieltä Tero ja Anu Vesisenaho
20. 13.9 Ahvenlampi Camping(Hämärä-Kuppi2) Ilpo Liimatainen/ Ilpo Kinnunen
21. 20.9. Lannevesi, (Hämärä-Kuppi4) Raine Kivelä
22. 27.9. Kusiaismäki,(Hämärä-Kuppi6) Timo ja Tiina Kulmala
23. 4.10. Herämäki, P-alue(25-manna harj) Minna Truhponen
- 24 11.10. Piispala, Kannonkoski Seppo R. ja Veijo.K
25. 18.10. Pirttipuron mylly Vilkkilät/ Ålgars
26. 25.10. Summassaari Risto Oksanen

Hämärä-Kuppi:

Uusi Hämärä-kuppi yösuunnistus, järjestetään yhteistyössä Rasti E4 kanssa.

- Hämärä-kuppi rasteilla myös normaalit iltarastit.
- 6.osakilpailua joista 5.parhaan kisan pisteet lasketaan mukaan yhteispisteisiin.
- A-sarja: 5-6km: B-sarja: 3.5-4km C-sarja: Helppo 2-2.5km.
- Sarjojen voittajat palkitaan.

Yhteislähdöin:

- 1.osa: 11.9, Rasti E4, klo 20.45
- 2.osa: 13.9 ,SaPu, Ahvenlampi, klo 20.45
- 3.osa: 18.9, Rasti E4, klo 20.15
- 4.osa: 20.9, SaPu, Lannevesi, klo 20.15
- 5.osa: 25.9, Rasti E4, klo 19.45
- 6.osa: 27.9, SaPu, Kusiaismäki, klo 19.45



X*= esikisa kuntorastit ei sisälly rastipassiin

6*= Iltarastiviikon 3.osa. Ma 21.5 1.osa Rasti E4, ti 22.5 2.osa ViPa.

18*= Iltarastiviikon 3.osa. Ma 27.8 1.osa Rasti E4, ti 28.8 2.osa ViPa.

10-16 = Torstairastien yhteydessä myös Hippo-rastit, tarjolla helppo D-rata.

Ajankohtaista ja tulevia kisoja 2018

Seuran omat järjestettävät kisat:

Nuorten Jukolan 2018 esikisat, Roikolassa pe 18.5.

Nuorten Jukola 2018, Kusiaismäen hiihtokeskuksessa la 18.8.

Kansallinen kisa, keskimatka, Kusiasmäessä su 19.8.

Tulevia muita isompia kisoja

16.-17.6. Venlojen- ja Jukolan viestiin lähtee seuralta yhteensä, Venloja 7 ja Jusseja 3 joukkuetta. Järjestävät seurat: Lahden Suunnistajat-37 ja Hollolan Urheilijat-46

Fin5-suunnistusviikko 15.7-20.7. järjestävät seurat: Lapuan Virkiä ja Rasti-Jussit.

1.7.-6.7. Kainuun rastiviikko: järjestävä seura on Kajaanin Suunnistajat.

Katso **IRMA:sta** lisää henkilökohtaisia kilpailuja.



VAPEPA

Vapepan koulutus seuran toimistolla pe 9.5. klo 17.00 - 19.00.

Ilmoittudu mukaan koulutukseen .

Ryhyiin on tällä hetkellä ilmoittautunut 17 suunnistajaa. Kaikki uudet vapaaehtoiset tervetuloa mukaan. Tiedustelut Ilpo 045 2106007.

33. Nuorten Jukola Kusiasmäessä



Elokuun 18.päivänä, kuluvaan vuotta, Saarijärven Pullistuksen suunnistusväki järjestää 33. Nuorten Jukolan viestin. Kilpailukeskuksena on Kusiasmäki. Seitsenosuukkinen Nuorten Jukola on järjestetty vuodesta 1986 alkaen. Kilpailuun saa osallistua 11-18 -vuotiaat lapset ja nuoret. Joukkueessa pitää olla tyttöjä ja poikia. Osuusmatkat viestissä Saarijärvellä ovat 2,5-6,2 kilometriä, ja kilpailun kesto on n.3 tuntia. Viestiin saa osallistua seurajoukkueiden lisäksi myös muita esim. koulujen oppilaita tai eri järjestöistä koottuja joukkueita. Lisäksi järjestäjän puolesta kootaan yhdistelmäjoukkueita suunnistajapankkiin ilmoittautuneista yksittäisistä suunnistajista. Saarijärvelle Nuorten Jukolan viestiin odotamme noin 1000 suunnistajaa huoltojoukkoineen. Järjestelyihin tarvitaan talkoolaisia noin 150 eri tehtäviin.

Ennen elokuuta seura järjestetään Nuorten Jukolan esikisan perjantaina 18.5. Roikolan maastossa. Kilpailun jälkeen rastit vapautuvat tulevan Nuorten Jukolan harjoituskäyttöön.

Odotamme viestiin myös osallistujia muista maista. Viime vuonna Porvoossa oli joukkueita Suomen lisäksi viidestä eri maasta, joista Ruotsista oli 15 ja Venäjältä 8, Britanniaasta 2, Virosta 1 ja Liettuasta 1 joukkuetta.

Järjestäjinä teemme kaikkemme Nuorten Jukolan onnistumiseksi ja toivomme kaikki kilpailijat ja huoltajat tervetulleiksi Saarijärvelle.

Suunnistusterveisin!

Arja Niskakangas



Kusiaismäen ratamestari muistelee

Kusiaismäki on ollut vuosien saatossa monien suunnistuskilpailujen tapahtumapaikkana. Siellä on järjestetty Pullistuksen perinteiset torstairastit yli sata kertaa, arvokilpailuja toistakymmentä piirinmestaruuksista aina SM-kisoihin ja huippenuksena Fin5-suunnistusviikko 10 vuotta sitten.

Ensimmäiset Pullistuksen järjestämät suunnistuskisat Kusiaismäessä olivat loka- ja marraskuussa 1946 tiettävästi silloiselta Ampumaradalta käsin. Nykyisin siinä paikassa on hiihtokeskus eli tulevan Nuorten Jukolan kilpailukeskus. Seuraavat Kusiaismäen kilpailut, joista on tulokset tallessa, järjestettiin 1950-luvun lopulla, mistä lähtien torstairasteja on siellä pidetty lähes joka vuosi.

Kesällä 1971 Kusiaismäestä valmistui värillinen peruskarttapohjainen kiintorastikartta mittakaavassa 1:25 000, muistan itsekin olleeni 7-vuotiaana isä-Erkin mukana viemässä punavalkoiseksi maalattuja rastipönttöjä metsään. Ensimmäiset arvokkaammat kilpailut olivat heinäkuussa 1974, jolloin Myllymäelle menevän vanhan tien mutkassa pidettiin Keski-Suomen piirin partiosuunnistuspäämestaruuskilpailut. Olin mukana 14-vuotiaiden sarjassa Raitasen Anssin ja Vuojakosken Heikin kanssa. Siihen asti reittiviivaa suunnistaneena taidot eivät vielä aivan riittäneet ja minulle uskotuista kahdesta kivirastista toinen jäi löytymättä. Löysin kuitenkin vahingossa kokoontumisrastille ja muistaakseni Anssi kävi sitten leimaamassa minulta jääneellä rastilla. Sijoitus oli 4./4, joka kävi liiankin tutuksi seuraavien vuosien pm-kilpailuissa.

Ensimmäinen suunnistuksen erikoiskartta Saarijärvellä valmistui Kusiaismäestä vuonna 1976, heinäkuussa järjestettiin uudella kartalla Sisä-Suomen rastipäivät. Ensimmäisen päivän ratamestari oli kartantekijä Tapani Karbin ja toisen isäni Erkki ja Paavo Moisio. Oma suunnistukseni ei silloinkaan aivan putkeen mennyt, minkä voi päätellä yli kahden tunnin yhteisajasta.

Ensimmäisen kerran pääsin itse torstairastien ratoja laatimaan 40 vuotta sitten eli heinäkuussa 1978 Kusiaismäessä isäni kanssa. Sitten elokuussa 1981 oli opettajien SM-kisojen viestikilpailu, mihin tein radat myös isäni kanssa. Seuraavana vuonna olin ensimmäisessä kesätyöpaikassani täydentämässä

Kusiaismäen karttaa kesän 1983 rastipäiviä varten. Palkan maksoi Saarijärven kunta, se oli muistaakseni 18 markkaa tunnilta. Edellisen kartan tehnyt Tapani myös piirsi uuden version puhtaaksi ja antoi minulle ohjeen, että käyriä ei sitten tarvitse korjaillla, sillä ne olivat kohdillaan. Enpä sitten myöhemminkään oppinut käyriä piirtämään, mutta myöhemmät kartoittajat ovat kyllä Tapsan käyriä retusoineet.

Yksi mieleen painunut muisto kartoituskesältä oli se, kun eräänä aamuna huomasin, että mäen korkeimmalle kohdalle oli ilmestynyt uusi kolmiomittaustorni. Vanha oli sortunut jo ilmeisesti 1970-luvun alussa, eikä uutta tornia ollut siinä paikassa vielä edellisellä viikolla. Torniin piti tietysti heti kiivetä ja siellä maisemia ihaillessani päätin, että seuraavan kesän rastipäiville siitä tehdään kartanvaihtorasti miesten valiosarjalle. Kusiaismäen juurella asunut Kuokkasen Ari oli tuohon aikaan kovakuntoisin Pullistuksen suunnistajista ja hän testijuoksi laatimani radan ja raportoi päässeensä tornille asti 6 min/km -vauhtia. Itse käytin tuota 10,6 km:n rataa myöhemmin useaan kertaan testijuoksuratana, mutta en koskaan päässyt 6.10 min/km parempaan aikaan. Alle 6 min/km tuon mittaisen radan on Kusiaismäessä tiettävästi päässyt ainoastaan 2008 suunnistusviikon viimeisen osakilpailun ja koko viikon voittanut Evgeny Fadeev.

Maaliskuussa 1997 järjestettiin Kusiaismäen hiihtokeskuksessa lyhyiden matkojen hiihtosuunnistuksen SM-kilpailut sekä Lumi-Toukola. Silloinen ratamestari Petri Moisio tuntee Kusiaismäen jokaisen kiven ja kannon vieläkin paremmin kuin minä, sillä hän asuu aivan tulevan Nuorten Jukolan maaston vieressä. Petri on nytkin täydentänyt tulevan kisakartan. Oma kotitaloni sijaitsee noin kilometrin päässä hiihtokeskuksesta, joskin viimeiset 36 vuotta olen ollut etäpullistukselainen. Petri oli ratamestarina myös 2001 Kusiaismäessä järjestetyissä KLL:n mestaruuskilpailuissa isänsä Paavon ja Eino Rantalan kanssa. Isäni Erkki oli tuolla kertaa kilpailunjohtajana.

Oman ratamestariurani silloinen huipentuma oli olla 2008 suunnistusviikon kahden viimeisen osakilpailun ratamestarina. Vaikka isoja ja pieniä kisoja on tullut Kusiaismäessä järjestettyä, on Nuorten Jukola kuitenkin kunniatehtävä. Kun maasto on tuttu, rastipisteitä ei tarvitse hirveästi miettiä, mutta tiheä uraverkosto asettaa radan laadinnalle omat haasteensa. Lisämausteena on muutaman vuoden käytössä ollut frisbeegolfrata, joka on entisestään lisännyt kulku-uria. Toisaalta kun uria on paljon, suunnistustehtävä itse asiassa

vaikeutuu. Eksymään Kusiaismäessä ei enää pääse, kuten minulle kävi 44 vuotta sitten, mutta tarkkana on oltava, jos mielii virheitä selvitä.

Eero Vartiainen

Sinetti-tunnus muuttuu Tähtitunnukseksi

Seuroille jaettu Sinetti-tunnus muuttuu tänä vuonna Tähtitunnukseksi. Suunnistusliitto on mukana uudessa laatuohjelmassa lasten ja nuorten toiminnan lisäksi huippu-urheilussa. Myöhemmin liitto lähtee mukaan aikuisliikunnan osuuteen, kun Rastilippu-palvelu on valmis. Tällä hetkellä suunnistuksessa on mukana 32 sinettiseuraa. Saarijärven Pullistus on myös sinettiseura. Jos seura haluaa jatkaa laatuohjelmassa, se siirtyy automaattisesti Tähtiseuraksi. Seuroilta on kysytty ovatko he mukana tulevassa ohjelmassa. Tähtimerkin saaneelta seuralta edellytetään seuratyön auditointia, se tehdään 3 vuoden välein. Kun kriteerit toteutuvat, laatumerkki pysyy seuran toiminnan tunnuksena.

| | | | |
|-------------------|-------------------|-------------------|-------------------|
| TÄHTISEURA | TÄHTISEURA | TÄHTISEURA | TÄHTISEURA |
| Lapset ja Nuoret | Lapset ja Nuoret | Aikuiset | Huippu-urheilu |
| Aikuiset | | | |
| Huippu-urheilu | | | |

Tavoitteeksi seura voi asettaa kaikkien kolmen tähtimerkin osa-alueen tai jotain näistä.

Arja Niskakangas

Sisä-Suomen Rastipäivät vuoden 2017 tapahtuma

Keski-Suomen Suunnistus muisti 50-vuotiasta Sisä-Suomen rastipäiviä kevätkokouksessaan Jyväskylässä. Muistoksi järjestävät seurat Saarijärven Pullistus ja Viitasaaren Suunta saivat muistolaatan.





Sinä Pullistuksen suunnistusjaoston jäsen saat nyt tarjoushintaan majoittua lomamatkallasi SUKSI & PORKASSA!

- Tarjous koskee kaikkia vapaita viikkoja v.2018.
- Listahinnoista -10%, kun varaat lomaviikkosi 30.6.2018 mennessä
- SUKSI & PORKKA lomamökin: kuvat, lisätiedot, listahinnat ja ajankohtaiset varaustiedot löydät:
- Nettimokki.com, Mökki-ID 8255.(hakutunnus) tai hakusanalla: SUKSI & PORKKA.

Terveisin

SUKSI & PORKKA lomamökki

Petri ja Virpi Moisio

Yhteystiedot:

Petri 040-7038411

petri.moisio2@pp.inet.



FRISBEEGOLFIN KORIT RAIKAA KUSAISMAESSÄ



VIIHDY ELOKUVIEN PARISSA...



LAVATANSSIN TAIKAA KESÄYÖSSÄ...

Seuraava **PUSU** ilmestyy marraskuussa 2018.
Lähetätkää tekstejä, valokuvia ja ym. seuraavaa lehteä varten sähköpostilla
osoitteeseen arja.niskakangas@hotmail.com