



## AOL 2014 KUTSU

23.6.2014

Jari Holmberg  
leirinjohtaja



Ulvilan Ura



### Alueoravapolkuleiri Satakunta - Häme ma-ke 4-6.8 Rauman Lapissa

Kohderyhmä:

Leiri on yhteisleiri Hämeen ja Satakunnan (13-14-vuotiaille) nuorille suunnistajille. Alueet voivat täyttää halutessaan kiintiö paikat haluamallaan tavalla. Ratojen taitotaso suunnitellaan 14-sarjalle. Harjoituksiin pyritään suunnittelemaan myös lyhennetty vaihtoehto.

Tavoite:

Leirin tavoitteena on kehittää monipuolisesti suunnistustaitoja, peruskestävyyttä ja nopeustekijöitä. Lisäksi leiriläiset tutustuvat naapurialueen samanikäisiin lajikavereihin.

Järjestävät seurat:

RK-tiimi (Uvilan Ura, Hiisirasti ja Rasti-Lukko)

Yhteyshenkilö ja lisätietoa:

Jari Holmberg ( puh. 040-1677505).  
[jari.holmberg@luukku.com](mailto:jari.holmberg@luukku.com)

Tarkempia tietoja netistä:

<http://www.ulvilanura.fi/AOL2014/>

Leiripaikka:

Majoituspaikka on [Rauman seurakunnan leirikeskus Narvijärven rannassa](#), Lappi TL:ssä. Leirikeskuksessa on sisämajoitus, joista osa muodostuu majoitusmökkien vuodepaikoista ja osa lattiamajoituksesta omilla telttapatjoilla. Ajo-opastus leirikeskukseen <http://kansalaisen.karttapaikka.fi/kartanhaku/osoitehaku.html?x=222773&y=6781252&srs=EPSG:3067&text=AOL2014&scale=80000&action=link&mode=&lang=fi>

Opastus VT12:lla (Eura-Rauma väliltä) Lappi TL:n kohdalta, josta matkaa leirikeskukseen 4 km.

Harjoitusmaastot:

Leiripaikka on Simasalon ja Salamakallion karttojen välissä. Osittain harjoitusmaastoihin kuljetaan jalan ja osaan harjoituksista on autokyydit. Maastot ovat pääosin Raumalaista nopeakulkuista kalliomaastoa sisältäen muutamia vaativia rinteitä. Maastoissa kilpailtiin FinnSpring 2010. Yksi harjoitus pidetään Sprinttinä Lappi TL:n keskustassa. Viimeinen harjoitus on leirikisa, joka on 15 km päässä [Eurajoen Rikantilassa](#) Satakunnan Oravacupin yhteydessä.

Ilmoittautuminen ja valinnat:

Alueet tekevät itsenäisesti valinnat ja ilmoittavat niistä järjestäjille 20.7 mennessä sähköpostilla [jari.holmberg@luukku.com](mailto:jari.holmberg@luukku.com) (Ilmoita myös mahdollinen erityisruokavalio). Laktoositon vaihtoehto löytyy ruokalistalta. Urheilijat / seurat ilmoittautuvat alueen nuorisovastaavalle: Häme [teppo.salmia@ideal.fi](mailto:teppo.salmia@ideal.fi) ja Satakunta [jari.holmberg@luukku.com](mailto:jari.holmberg@luukku.com) määräaikaan 20.7 mennessä.

Osallistujia määrät:

Leirille valitaan 15 tyttöä ja 15 poikaa Hämeestä, sekä 10 tyttöä ja 10 poikaa Satakunnasta. Leirin maksimimäärä on 50 + järjestäjien resurssit. Osallistujien nimet julkaistaan netissä ilmoittautumisajan jälkeen.

Leirin hinta:

Leirin hinta on 105 euroa /suunnistaja. Maksut kattavat täyden ylläpidon, majoituksen, kuljetukset, harjoitukset ja kilpailun.

Maksun suoritus:

Osallistumismaksut suoritetaan ennen leiriä Hiisirastin tilille: FI87 4456 0010 0782 03. Maksettaessa on käytettävä seuran viitettä tai viestiä AOL/osallistuja. Seurat vastaavat osallistujien maksusuorituksista.

- Ruokailut: Ruokalistalla on huomioitu nuoret. Tarkempi ruokalista julkaistaan lähempänä leiriä netissä. Kaikki ruokailut syödään majoituspaikalla ohjelman mukaisesti. Ruuat ovat laktoosittomia.
- Peseytyminen: Leirikeskuksessa on suihkut kokoajan käytössä, sekä sauna lämmitetään aina iltaisin. Leirikeskuksessa on myös uinti mahdollisuus. Uiminen on omalla vastuulla ja vain järjestäjien luvalla.
- Vakuutus: Järjestä ei ole ottanut vakuutuksia leiriläisille, joten jokaisen on huolehdittava omasta vakuutuksesta.
- Ohjelma: Alustava ohjelma löytyy netistä.
- Tarvikkeet: Jokainen huolehtii omista tarvikkeista, mutta nettiin tulee hiukan muistilistaa varustetarpeista.

MUKAVAIA LAPIN LEIRIN ELÄMYKSIÄ KAIKILLE RAUMAL'