

Jos olet sitä mieltä, että suunnistus on sinun harrastuksesi, ilmoittaudu silloin kevään alkeiskurssille suunnistuksessa. Kurssi on pääsääntöisesti tarkoitettu 10-14-vuotiaille, ja opetuskielinä ovat suomi ja ruotsi. Tietoa kurssijärjestäjästä löydät muualta tästä esitteestä.

Kerro myös ilmoittautumisen yhteydessä, haluatko kilpailulisenssin vakuutuksen kanssa (A) tai ilman sitä (B). Tietoa siitä, mitä vakuudellinen lisenssi pitää sisältää, löydät täältä:

<http://www.suunnistusliitto.fi/liitto/lisenssi/lisenssin-vakuutus/>

Kurssiohjelma:

**Osa I 12/4, Kokoontuminen Olarin koululla (ja lukio)
Espoossa klo 18.00 (osoite: Olarinniityntie 4)**

- Teema: karttamerkit ja kartta
- Karttamerkkibingo, karttakävely
- Kartan suuntaus

**Osa II 19/4, Kokoontuminen Kauniaisissa Kasavuoren
koululla klo 18.00 (osoite: Kasavuorentie 1)**

- Teema: karttan käyttö
- Karttamerkkien kertaus
- Lyhyt suunnistusrata ja EMIT-leimausharjoitus

Osa III 26/4, Kokoontuminen Olarin koululla klo 18.00

- Teema: itsenäinen metsäsuunnistus
- Sädesuunnistus

Osa IV 3/5, Kokoontuminen Kasavuoren koululla klo 18.00

- Teema: "suunnistusta kaikenikäisille"
- Suunnistusrata iän ja taidon mukaisesti. Vetäjä seuraa ja ohjaa tarpeen mukaan
- Kompassi ja sen käyttö

Osa V 10/5, OKM klo 18, paikka ilmoitetaan myöhemmin

- Teema: "Katso - minä osaan!"
- Seuran mestaruuskilpailut (jos ei halua juosta yksin, maastoon voi mennä vanhemman tai kaverin kanssa pareittain)

**Osa VI 17/5, Kokoontuminen: Olarin koulu 16.40 ja Kauniaisten
rautatieaseman suuri parkkipaikka (radan pohjoispuolella) 17:00**

- Teema: "oikeata suunnistusta"
- Linja-autolla Sipooseen ja Nuorisosarjasuunnistukseen

**Osa VII 24/5, Kokoontuminen: Olarin koulu 16.40 ja Kauniaisten
rautatieaseman suuri parkkipaikka (radan pohjoispuolella) 17:00**

- Teema: "oikeata suunnistusta"
- Linja-autolla Porvooseen ja Nuorisosarjasuunnistukseen

Osa VIII 31/5, Kokoontuminen 17.45, paikka ilm. myöhemmin

- Teema: "oikeata suunnistusta"
- Sarjasuunnistus (Espoo/ Kauniainen)
- Päättyjäiset ja Kunniakirjojen jako

Ilmoittautumiset kurssille:

Sofie von Frenckell
(0400-368118 tai
sofie.von.frenckell@kolumbus.fi)

Kurssin päävetäjä:

Henrik Wallén
(040-7676272 tai henrik@iki.fi)

Kurssimaksu:

55€ sis. lisenssin & vakuutuksen (A)
40€ ilman lisenssiä & vakuutusta
(B)

Vanhemmat ilmaiseksi





OK 77 r.f.

OK 77 on suunnistusseura kaiken ikäisille ja -tasosille. Toiminta jatkuvaa, tavoitteellista ja eteenpäin suuntautuvaa toimintaa, jossa yhteisöllisyys yli rajojen terveen ja elämyksellisen elämän merkeissä. Seura toimii pääkaupunkiseudulla. Seuran kotipaikkakunta on Kauniainen. Seuralla on yli 300 jäsentä. Seura on perustettu 1977, kun useimmat suunnistajat mm seuroista Helsingin IFK, IK Örnen, Esbo IF, Grankulla IFK liittyivät yhteen muodostaen suunnistuksen erikoisseuran.

OK 77 on sekä FSO:n (Finlands Svenska Orienteringsförbund) ja SSL:n (Suomen Suunnistusliitto) jäsen. Seuran ykköslaji on kesäsuunnistus, mutta seuraa voi myös edustaa hiihto-, pyörä- ja tarkkuussuunnistuksessa.

Seuralla on toimintaa aloittelijoille, lapsille, nuorisolle & valioille ja seuralla on myös kattava kuntosuunnistustoiminta. Kaikki voivat osallistua omalla tasollaan ja niille, jotka pyrkivät suunnistuksen huipulle, tarjotaan valmennusapua ja innostava valmennusympäristö. Seura tähtää menestykseen kilpasuunnistuksen saralla ja menestykseen suurviesteissä. Harjoituksia tarjoamme myös niille, joiden tavoitteet ovat vaatimattomampi. Seura toivoo, että kaikki viihtyvät tavoitteista riippumatta.

OK 77 on saanut tunnustusta luotettavana kasvattajaseurana mutta viimeisinä 20 vuonna myös valioseurana, jolla on hyviä sijoituksia sekä henkilökohtaisella että viestitasolla. Seura on ollut Jukolan viestissä (1200 joukkueen kisassa) kolmantena 1998 ja samalla sijoituksella naisten Venlojen viestissä 2003. Kaudella 2015 seuran suunnistajat tekivät 232 lähtöä SM (suomen mestaruus) kisoissa ja voittivat 9 SM-mitalia (2 kultaa, 3 hopeaa ja 4 pronssia). Suuri enemmistö OK77-jäsenistä ovat kuitenkin mukana kuntoilumielessä ja yhteisöllisyyden takia. Tarjoamme vuodessa yli 200 seuratapahtumaa. Harrastajia on alle kouluikäistä jopa 80-vuotiaisiin.

Nuorimmille tarjotaan harjoituksia noin kaksi kertaa viikossa. Tämän lisäksi tulee kilpailut ja kuntotapahtumat. Kaikki saavat olla mukana taidosta, edellytyksistä tai kielestä riippumatta. Lasten osalta pyrimme turvalliseen sekä iloiseen ja myönteiseen ympäristöön, missä elämykset, kaverit ja luonnonläheisyys asetetaan etusijalle. Seura tarjoaa toimintaa turvallisessa ja päihdevapaassa ympäristössä. Seurassa kunnioitamme toisiamme, ympäristöä ja luontoa.

Seuran värit ovat sinisen, valkoisen ja oranssi (seuran merkki yllä vasemmalla). Seura on itse suunnitellut suunnistus-, harjoittelu- ja edustusasunsa sekä muutamia pienempiä varusteita. Suunnistus on halpa urheilu, eikä alkukokeiluun tarvitse mitään erikoisia vaatteita tai kenkiä.

OK 77:llä on oma seuramökki Ruuhijärvellä kaikkine mukavuuksineen ja majoitusmahdollisuuksineen. Mökkiä käytetään seuran omaan toimintaan mutta sen voi myös vuokrata (jäsenet saavat tuntevan alennuksen vuokratessa Mökkiä omaan tarkoitukseen).

OK 77 pähkinänkuoressa:

- Kaksikielinen suunnistusseura pääkaupunkiseudulla
- Perustettu 1977, yli 300 jäsentä
- Puheenjohtaja: Jarmo Koskela (jarmok@ok77.fi, 050-4395063)
- Juniorien yhdyshenkilö: Karin Mårtenson (karin@ok77.fi, 050-3846646)
- Websivusto: www.ok77.fi

Jäsenyys OK 77:ssä:

Jäsenmaksu vuodelle 2016 on 65 € yksilölle ja ruokakuntamaksu on 210 €

Jäsenmaksulla saat:

1. Ilmaisen osanoton seuran kuntosuunnistustapahtumiin (mukaan lukien Länsirastit)
2. Alle 20 vuotiaat saavat lisenssin ja kilpailumaksut seuralta