



Hyvinkään Rasti

RATAMESTARI-ILTA

9.1.2019

Illan agenda

1. Tavoitteet iltarastiradoille
2. Ratojen luonne
3. Hyvä rata?
4. Yleisiä ohjeita
5. Ratojen laadinta

Tavoitteet iltarastiradoille

- Tarjotaan asiakkaille antoisa suunnistuskokemus, joka vastaa omaa kuntoa ja taitotasoa
- Tarjotaan yhdenmukaista laatua kaikissa tapahtumissa

→ RATOJEN LAATU

Radat

- A 7 km nopeassa maastossa, Kytäjällä 5,5 km, profiili pitkä matka
- B 5 km nopeassa, profiili keski- tai pitkä matka
- C 3 – 3½ km, keskimatka
- D 2 - 3 km helppo

Hyvän radan ominaisuudet

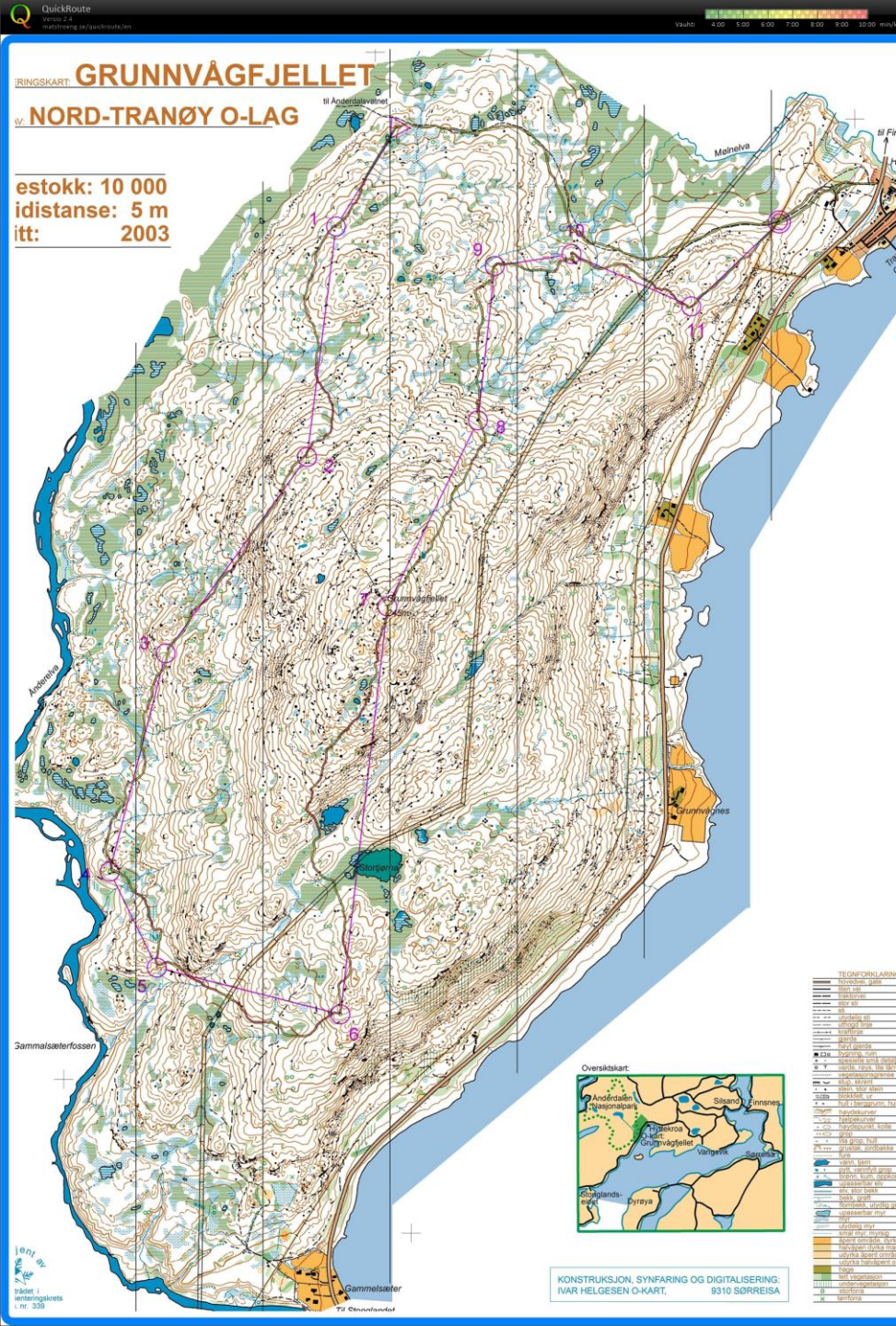
- 5-10 min. omaa pohdintaa?
- Pareittain
- Yhteenveto

PITKÄ: <http://rajamaenrykmentti.fi/kilpailut/reittiharveli/cgi-bin/reitti.cgi?act=map&id=32&touch=1#>

KESKIMATKA:

Yleisiä ohjeita

- Käy maastossa, tarkista rastipisteet
- Hae parhaat maastonosat
- Rytminvaihdoksia
- Suunnanmuutoksia ja ilman tarpeettomia teräviä kulmia
- Keep it simple
- Optimoi rastien määrä
- Käytä ajantasaista karttaa (Kena ja Åberg)
- Osa radoista 1:7500
- Käytä Condessin valmista pohja-asetusta
- Pätki rastiväliiivat ja rastiympyrät
- Ohjeiden mukaiset rastimääritteet
- Reittihärveli
- <https://www.suunnistusliitto.fi/materiaalit/#kartta>



Ratojen suunnittelua



Condes

- viewtopic.php?f=8&t=1982
- Uusi tapahtumatiedosto
- Ratatulostuksen asetukset

- Ratatulostuksen Asetukset

at vakioasetukset

RATAMESTARIKOULUTUSTA

- II-luokka, Suunnistava Uusimaa ry / paikka ja aika avoin
- Srinttiratamestarikoulutus
 - 9.2. Tampere
 - 10.3. Helsinki
- 9.-10.2. Ratamestariseminaari, Kuortane