



# AIKUISTEN SUUNNISTUSKURSSI

ALKAA TIISTAINA 7.5.2019

Turun Suunnistajat järjestää suunnistuksen alkeiskurssin aikuisille toukokuun alussa. Koulutus tapahtuu arki-iltaisain klo 17.00-n.19.00 välisenä aikana. Suunnistuskurssi on tarkoitettu aikuisille, jotka haluavat aloittaa uuden harrastuksen, täydentää kouluaikana oppimaansa suunnistusosaamista tai pysyä lastensa perässä rasteilla. Tavoitteena on antaa osallistujille valmiudet omatoimiseen maastossa liikkumiseen ja kuntorasteilla käymiseen.

Harjoituksissa tutustutaan suunnistuksen perusteisiin teorian ja käytännön maasto-opetuksen aikana. Harjoitukset tehdään rauhalliseen tahtiin joko kävellen tai hölkäten, joten koulutus sopii kaiken kuntoisille suunnistuksesta kiinnostuneille ihmisille.

Harjoitukset toteutetaan Turun Suunnistajien kokoneiden suunnistajien opastuksessa pienissä ryhmissä.

MONIPUOLISIA  
SUUNNISTUS-  
HARJOITUKSIA

SUUNNISTUKSEN  
PERUSTEET  
HALTUUN  
VIIKOSSA

PAIKAT JA OHJELMA

7.5. Turun Kristillinen opisto  
Kartta, karttamerkit, määritteet

9.5. Katariinanlaakso  
Suunnistusajattelu ja oleelliset kohteet.

14.5. Lausteen koulu  
Suunnanotto ja maastomuotojehahmottaminen

ILMOITTAUTUMINEN

Ilmoittautumiset 1.5. mennessä:

jarmo.jerkku@gmail.com  
040-573 4707

HINTA

50€

LUE LISÄÄ

<https://tus.fi>



**noname**



OP Turun Seutu