

Hippo-suunnistuskoulu

Hippo-koulussa opetellaan monipuolisesti suunnistustaitoja

Iisalmen Visan järjestämä Hippo-suunnistuskoulu jatkui jälleen tänäkin kesänä. Koulussa päästiin tekemään erilaisia suunnistusharjoituksia niin korttelissa kuin metsässäkin. Ensimmäisellä kerralla kierrettiin eri mittaisia ratoja Kangaslammin koulun ympäristössä. Samalla tutustuttiin karttaan ja karttamerkkeihin, sekä harjoiteltiin kartan suuntaamista. Seuraavilla kerroilla siirryttiin metsän puolelle, jossa ratoja kierrettiin ikäryhmien mukaan ohjaajien neuvoessa samalla. Niiden jälkeen oli suunnistusharjoituksen pituudesta riippuen tarjolla pieniä tehtävipisteitä ja pelejä, joissa harjoiteltiin suunnistustaitoja, kuten kompassin käyttöä ja karttamerkkejä. Parilla kerralla päästiin myös juoksemaan leimausrataa, jossa harjoiteltiin Emit-kortin käyttöä, ja pyrittiin mahdollisimman nopeaan aikaan.

Hippo-suunnistuskoulu päättyi Paloisvuorelle, jossa suunnistajat saivat itse valita kierrettävän radan oman tasonsa mukaisesti. Maalissa kaikki vielä palkittiin mitaleilla ja tarroilla.

Lapsille Hippo-koulu oli mieleinen. Alekski Halonen, 8v, kertoo viihtyneensä hyvin ja oppineensa esimerkiksi karttamerkkejä.

Alina Joutsenkosken 7v mielestä parasta oli karttamerkkidomino ja muut pelit. Suosikkipaikakseen hän valitsi nopeakulkuisen ja selkeän Kangaslammin koulun maaston. Hippokoulu oli opettavainen myös huoltajille. "Olen päässyt itekin oppimaan uutta ja kivaa on ollut. Ohjaajat ovat myös mukavia ja opetus hyvää", sanoo Anna-Marie Joutsenkoski.

Katri Kuokka



Kuva 1: Karttamerkkejä harjoiteltiin karttamerkkidominolla

Kuva 2: Leikatusta kartasta yhdisteltiin kokonainen



Kuva 3: Alina Joutsenkoski oli jo toista kesää mukana Hippo-koulussa

Triathlon ja pyöräily

Viikkotempo Pörsänmäki 8.8.2023

Kello 18 ensimmäinen lähtö. Lähtöpaikka: Pörsänmäentie 1, 74540, Kotikylä, Iisalmi. Jättäkää autot risteysalueesta kauemmaksi. Uutta asfalttia koko matka maalaismaisemassa! Matka n.14 km.

Harri Bomanin muistolenkki 20.8.2023

Lähtö kello 10 Omakotitien päästä ja ajetaan Lapinlahdelle. Matiskilla tauko, mahdollisesti Väisälänmäen lenkki, mutta sovitaan osallistujien kesken.

Iisalmi MTB 2.9.2023

Olemme järjestämässä Iisalmi MTB 2.9.2023 osana Savo-Karjala MTB-cuppia. Talkoolaisia tapahtuman järjestämiseen tarvitaan, ota yhteyttä Harri Puumalaiseen 040 675 7123 Tervetuloa osallistumaan ja järjestämään tapahtumaa!

Iisalmen RUNNI RIATHLON 26.8.2023

Jaosto tukee 30 eurolla jaoston jäsenen osallistumismaksua Runni riathloniin takautuvasti kauden lopussa. Hakemukset viimeistään 15.10. jaoston sähköpostiin.

IISALMEN VISA

Riistakatu 11, 74100 IISALMI • puh. 0440 820 621
 kisatoimisto@iisalmenvisa.com • www.iisalmenvisa.com





Iisalmen RUNNI RIATHLON 26.8.2023

Tule juhlistamaan Suomen luonnon päivää lumoavan kauniille Riathlon-reitille. Uinti-, pyöräily- ja juoksureitit kulkevat halki silmiä hivelevien maalaismaisemien. Jokaisen sarjan kolme parasta palkitaan ja lisäksi kaikkien osallistujien kesken arvotaan palkintoja.

Reitti:

Uinti Saarikosken puusulkukanavalta hotellin uimarannalle idyllistä Kiurujokea pitkin 1,5 km

Pyöräily vehmaalla Kourupuron reitillä 19,5 km hiekkatietä pitkin

Juoksu Paasmäen kukoistavalla lenkillä 6,7 km

-maali Spa Hotel Runnin pihamaalla

Sarjat:

Hupakot: 3 hengen joukkuekisa, kukin jäsen suorittaa yhden osuuden. Hauskin asu palkitaan.

Tosikot: naisten ja miesten sarjat heille, joille sekunnitkin ovat tärkeitä

Koomikot: ilo pintaan ja reitille! Matkan jaksaa, kun ei mene liian kovaa

Untuvikot: 10–16-vuotiaat (2007–2013 synt.), joilla matkana 200 m uintia, 6,7 km pyöräilyä ja 2 km juoksua.

Untuvikkojen lähtö klo 9.30 ja muiden sarjojen klo 11.

Ilmoittautuminen: myyntipalvelu@spahotelrunni.fi 040 6671 846 (ti-pe klo 9–17)

Osallistumismaksu: 50 € hlö tai joukkue, Untuvikot 30 €/ hlö, savusauna & Spa kisaajille 10 €/hlö

-laskutetaan ennakoon; kuluton peruutus lääkärintodistusta vastaan

Muistettavaa: vaatimuksena oma uimaripoiju uintiosuudelle. Märkäpuku sallittu mutta ei pakollinen.

Pyöräilyssä peesivapaus. Mehutarjoilu vaihtoalueella, muuten oma huolto. Sään mukaan vaatetus tai aurinkovoide.

Palkintojenjako: klo 15 Ravintola Runnissa, Untuvikoille heti kisan jälkeen kylpylän pihalla.

Iltajuhla: klo 20.30- Ravintola Runnissa

FINNHITIT TANSSIT -elävän musiikin unohtumaton ilta multitalentti Simodeuksen vetämänä

17 €/ hlö; Suomibuffa klo 16–20 & Hitti-ilta 45 €

pöytävaraukset: varaukset@spahotelrunni.fi tai 017 768 751

IISALMEN VISA

Riistakatu 11, 74100 IISALMI • puh. 0440 820 621

kisatoimisto@iisalmenvisa.com • www.iisalmenvisa.com



Majoitustarjous osallistujille ja huoltojoukoille:**Kylpylä- tai Kartanohotellissa**

69 €/ hlö/ vrk jaetussa kahden hengen huoneessa (ovh 89 €) 109 €/ vrk 1hh
 sis. lauantain Brunssin 8.30-, sunnuntain aamiaisen 7.30–10, kuntosalin, vapaan Spa-
 osaston käytön sekä savusaunan yleisövuoron ja liput Finnhitit- iltaan lauantaina
 Ravintolaan

Palvelut hotellilla:

Spa Hotel Runnilla on tarjolla yleinen Savusauna & Spa klo 12–21 (20 € / hlö, osallistujat
 10 €),

Ravintola Runnissa Suomi-buffa 29 €/ hlö klo 16–20 ja A la Cartea klo 21.30 asti

Järjestäjät: Runnin seudun kyläyhdistys ry ja Spa Hotel Runni. Mukana myös Iisalmen
 Visa ry, Radio Sandels, Pasi Nissinen ky, Thairavintola Samruai, Bistro Maku,
 Pesolan Pihviliha.

Teidän jäsenillenne ja yhteistyökumppaneille hinnat **edukkaammat** kuin esitteessä eli
 Osallistumismaksu: 40 € hlö tai joukkue, Untuvikot 20 €/ hlö, savusauna & Spa kisaajille
 10 €/hlö, Varauskoodi "KUMPPANI"

Lämpimästi tervetuloa mukaan mukavaan tapahtumapäivään!

Yleisurheilukisat kesällä 2023

Pohjois-Savon 9-15 v. Sisulisä huipentuma, Sankariniemi 29.-30.7.2023.

Kisat ovat kaksipäiväiset, jolloin tarvitaan paljon toimitsijoita. Toivomme, että mahdollisim-
 man moni tulisi toimitsijaksi. Lisätietoja:kisatoimisto puh. 0440 820 621

Sportmixer Oy esittelee kilpailussa tuotteitaan, joita heillä on aina harrastevälineistä huip-
 pukilpailuvälineisiin. Sportmixer Oy on vuonna 2001 perustettu yleisurheilun, pesäpalloilun
 ja koululiikunnan erikoisliike.

Hippo/Kesport 3, Sankariniemi 15.8.2023 klo 18.00.

IISALMEN VISA

Riistakatu 11, 74100 IISALMI • puh. 0440 820 621

kisatoimisto@iisalmenvisa.com • www.iisalmenvisa.com



Visalan toimisto, Riistakatu 11

Toimiston aukioloajat:

ma	10.30-16.30
ti	8-14
ke	8-14
to	8-14
pe	8-14
la-su	suljettu

Kokoustilaa vuokrataan

Visala on oiva paikka pitää kokouksia, koulutustilaisuuksia tai vaikkapa pikkujouluja.

Käytössä on noin 25 henkilön kokoontumistila kahvi- ja ruokailuastioineen.

Erikseen varattaessa videotykki ja tarvittava kokousvälineistö.

Vuokra

1 h	25 €
2 h	50 €
3 h	65 €
4 h	80 €
5 h ja yli (= koko ilta)	90 €

Varmista kokouspaikkasi heti ja varaa Visala edullisesti käyttöösi ottamalla yhteyttä kisatoimistoon:

Puh. 0440 820 621
kisatoimisto@iisalmenvisa.com
 Riistakatu 11, 74100 Iisalmi



IISALMEN VISA

Riistakatu 11, 74100 IISALMI • puh. 0440 820 621
kisatoimisto@iisalmenvisa.com • www.iisalmenvisa.com

