

## Koronatilanne

Koronavirustilanne on Suomessa rauhallinen, ja todettujen tartuntojen määrä on jatkanut laskuaan. Siitä huolimatta **kaikkien on edelleen** kiinnitettävä huomiota hyvään käsihygieniaan, oikeaoppiseen yskimiseen ja turvaväleihin.



Visan hygieniaohteet löytyvät täältä:

[https://www.iisalmenvisa.com/userfiles/Etusivu/Ajankohtaista/Visa\\_hygieniaohteita\\_ver3.pdf](https://www.iisalmenvisa.com/userfiles/Etusivu/Ajankohtaista/Visa_hygieniaohteita_ver3.pdf)

Noudata myös näitä ohjeita:

- Valtioneuvoston liikkumis- ja kokousrajoituksia (<https://valtioneuvosto.fi/tietoa-koronaviruksesta>),
- THL:n ohjeistuksia (<https://thl.fi/fi/web/infektiotaudit-ja-rokotukset/ajankohtaista/ajankohtaista-koronaviruksesta-covid-19>) ja
- Iisalmen Kaupungin mahdollisia tulevia liikuntapaikka kohtaisia ohjeita ([www.iisalmi.fi/Korona](http://www.iisalmi.fi/Korona)).

## Toimisto suljettu

Visan toimisto on  
**suljettuna 22. – 31.7.2020**  
sihteerin kesäloman vuoksi.

Kiireellisissä asioissa ota yhteys Eero Väänäseen, puh. 040 5247672 tai [eero.vaananen@meili.fi](mailto:eero.vaananen@meili.fi)

Elokuussa taas normaalit aukioloajat,  
katso <https://www.iisalmenvisa.com/fi/yleinen/ajankohtaista/>

### IISALMEN VISA

Riistakatu 11, 74100 IISALMI • puh. 0440 820 621  
[kisatoimisto@iisalmenvisa.com](mailto:kisatoimisto@iisalmenvisa.com) • [www.iisalmenvisa.com](http://www.iisalmenvisa.com)



# Yleisurheilu

## Visa järjestää seuraavat kilpailut:

- 1.8.2020 klo 12 **Heittokisat** lisalmi.  
Kuula, kiekko ja muokari. 15 v. ylöspäin, Naiset / Miehet
- 25.08.2020 klo 17 **Silja Line seurakisat**
- 25.08.2020 klo 18 **Visan viikkokisat/Seuran mestaruuskisat**
- 29.8 klo 12 **Seuranmestaruus, heitot**  
Kuula, kiekko ja muokari. Kaikki sarja. Alle 15 v. 3 heittoa. Keihästä ei heitetä.

Huomioi nämä:

- ilmoittautuminen Silja Line seurakisoihin ja Visan viikkokisoihin/Seuran mestaruuskisoihin **23.08.2020** mennessä
- **Kisoihin ei voi osallistua ilman lisenssiä!**
- Jälki-ilmoittautumisia ei oteta!



## Muutoksia harjoitukseen

- Kaikki **torstain 30.7** yleisurheilukoulun harjoitukset siirtyvät keskiviikolle **29.7.2020**.  
Torstaina Sankariniemen kenttä on varattu jalkapallo-ottelua varten.
- Viikolla 35 ei ole yleisurheilukoulun harjoituksia!

## Yleisurheilukouluun mahtuu lisää osallistujia

Yleisurheilukouluun mahtuu vielä lisää osallistujia, varsinkin 8-10 -vuotiaiden, yli 11 vuotiaiden sekä aikuisten ryhmään!

## Suunnistus

Suunnistuskausi jatkuu Kaisanetin omatoimirasteilla Paloskilla, jossa on omatoimirastit B- ja C-rata. Rastit ovat paikoillaan **27.7. saakka**. Tulosta kartta ja suunnista silloin kun sinulle parhaiten sopii. Kartat löytyvät täältä [B-rata](#) ja [C-rata](#).

Karttamaksu 5€ maksetaan suunnistusjaoston tilille, alle 18-vuotiaat suunnistavat ilmaiseksi.

### IISALMEN VISA

Riistakatu 11, 74100 IISALMI • puh. 0440 820 621  
kisatoimisto@iisalmenvisa.com • [www.iisalmenvisa.com](http://www.iisalmenvisa.com)



## Pyöräily- ja triathlon

Avovesiuintiharjoitukset maanantaisin klo 18.30. Uidaan noin kahden kilometrin pituinen lenkki. Paikka vaihtuu viikoittain ja ilmoitetaan jaoston wu-ryhmässä.

Avovesiuinnin alkeiskurssi jatkuu maanantaisin klo 18-18.30. Tule ajoissa paikalle, että olet valmiina menossa järveen klo 18. Paikka ilmoitetaan wu-ryhmässä.

Maanantaina 20.7. Makkaralahden uimaranta. Jos et ollut kolmella ensimmäisellä kerralla ja haluat mukaan, ilmoittaudu Vuokolle [vuokko.n@gmail.com](mailto:vuokko.n@gmail.com)

### Harjoitustriathlon Visan jäsenille

Hinta 10€, ennakoilmoittautuminen viimeistään 30.7.2020 mennessä [triathlon.py-oraily@iisalmenvisa.com](mailto:triathlon.py-oraily@iisalmenvisa.com)

- Klo 10 yhteislähtö  
Matkat kokeilusprintti ja perusmatka
- Uinti 200m/1500m
- Pyöräily noin 10km/40-50km
- Juoksu noin 3 km/noin 10km



Mahdollisuus osallistua vain pyöräilyosuuteen, ns. tempoajona.

Osallistujan tulee olla Iisalmen Visan jäsen.

Osallistuttava turvallisuusinfoon ennen starttia.

Liikennesääntöjä on noudatettava. Osallistuminen omalla vastuulla.

### Maantiepyöräily (kaikille avoimet)

Keskiviikkoisin klo 17.30 ja sunnuntaisin klo 9. Lähtöpaikka Omakotitie 59 pihasta. Aloitte-  
lijoihin suosittelemme yhteydenottoa yksityisviestillä tai sähköpostilla, niin sovitaan sopiva  
aika kevyelle lyhyemmälle lenkille. Näille lenkeille voit osallistua esim. hybridillä tai maas-  
topyörällä. Ota yhteyttä!



#### IISALMEN VISA

Riistakatu 11, 74100 IISALMI • puh. 0440 820 621

[kisatoimisto@iisalmenvisa.com](mailto:kisatoimisto@iisalmenvisa.com) • [www.iisalmenvisa.com](http://www.iisalmenvisa.com)

