

Yhteislähtöharjoitus 2.8. Holma, Iltarastien yhteydessä.

- Kokoon-tuminen [iltarastipaikalle](#) klo 18.00
 - Omat verryttelyt ennen tätä!
 - Valmistaudu tekemään kisanomainen harjoitus
- Yhteinen siirtyminen lähtöpaikalle n. 1km
- Rasteilla isot rastiliput ja emitit
- Yhteislähtö noin klo 18.15
- Radat (ikä"rajat" suuntaa antavat)
 - 18v –aikuiset n. 5km
 - 15-18 vuotiaat n. 3.5km
 - 12-14 vuotiaat n. 2.5km
 - 12 vuotiaat ja nuoremmat n. 2km (Iltarastien D-radon vaatavuus)
- Iltarasteista tarkempaa infoa rastilipusta – [täältä](#)
- Ilmoittautuminen Suomisportiin (LS jäsenet) tai Allulle (+358445050293)

