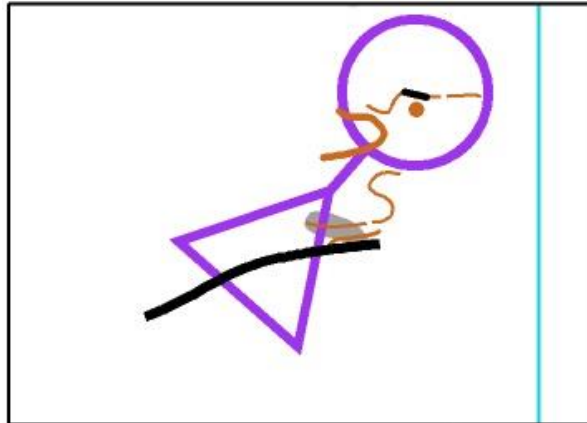
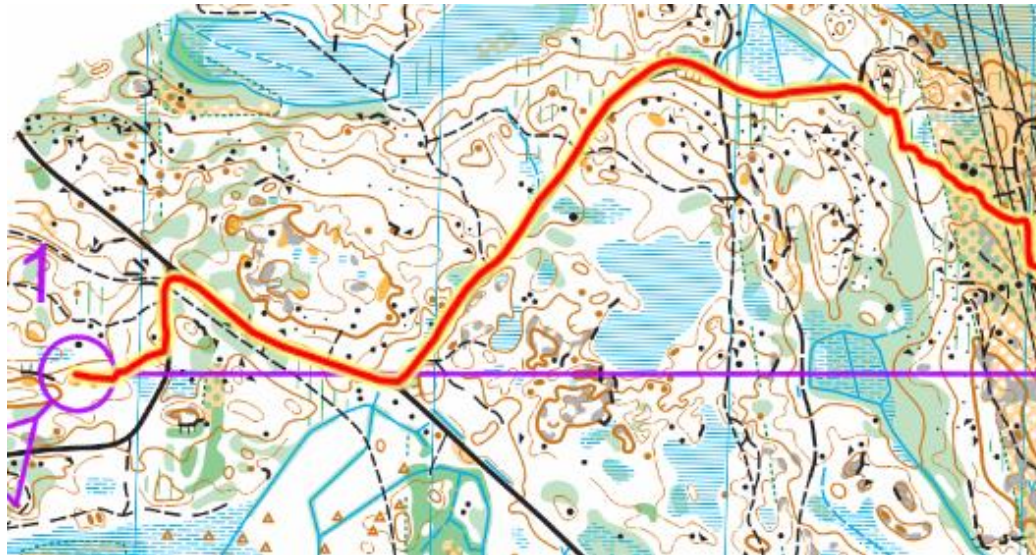
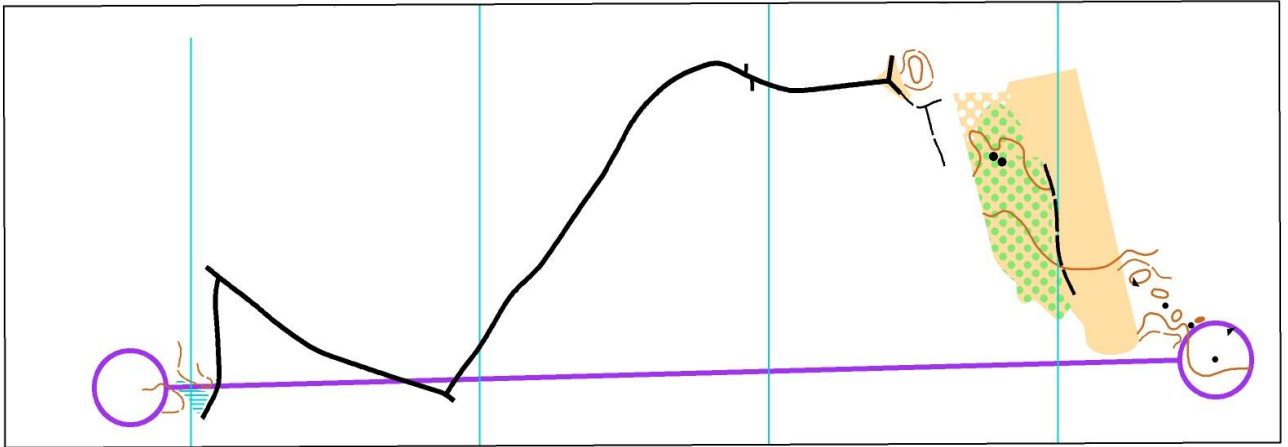
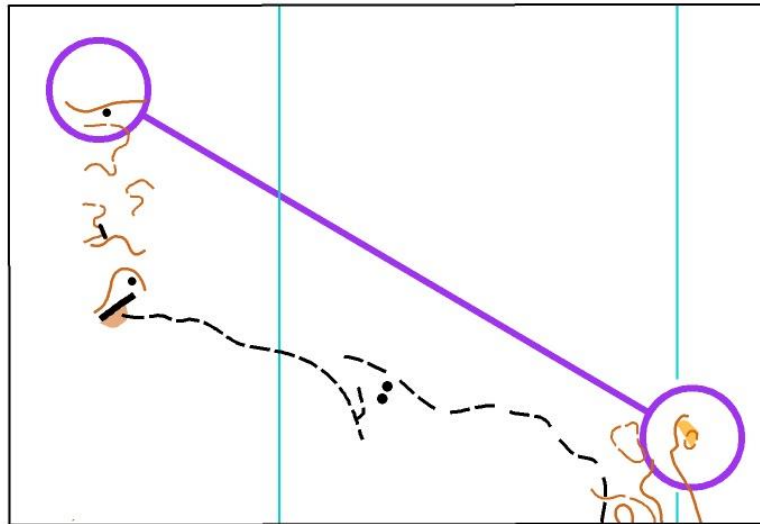




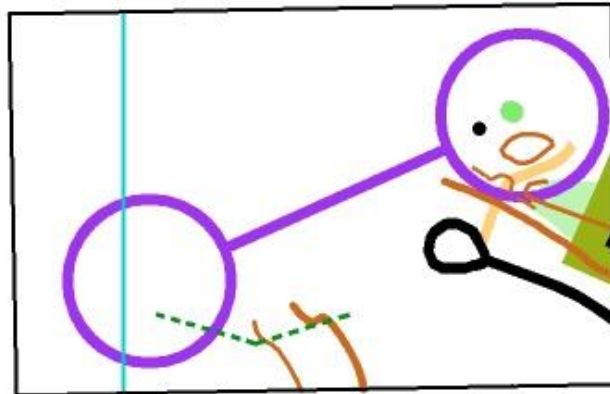
L-1: Aloitan radan todella tehokkaalla kartanlukutahdilla – luen karttaa tiheämmin kuin normaalisti matkavauhdissa. Se auttaa keskittymään suunnistukseen, purkamaan kisajännitystä ja kalibroimaan matkatunnetta. Juoksen tietä pitkin, kunnes näkyviin tulee avokalliorinne. Ylitän avokalliorinteen ja etsin katseella vasemmalla olevaa mäen päätä. Mäen päädyn jälkeen etsin kumpareta, jonka takana on jyrkänne ja rasti.



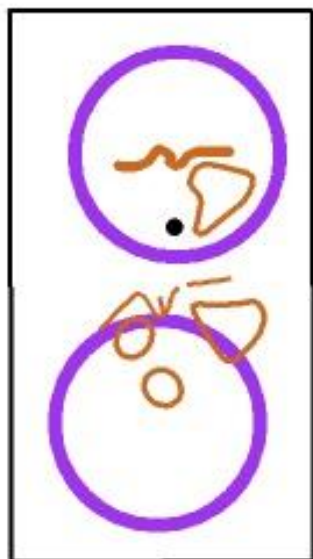
1-2: Ykkösrastiväli oli tosi lyhyt, kuten usein pitkällä matkalla, jotta juoksijalle jäisi vähän aikaa suunnitella seuraavaa pitkää reitinvalintaväliä. Pysähdyn hetkeksi ykkösrastilla ja käyn läpi kaikki reitinvalinnat. Suoraan olisi lyhin, mutta sisältää eniten maastajuoksua ja kartanlukua. Sekä vasemmalta että oikealta pääsee juoksemaan paljon tietä ja polkuja pitkin. Vasen reitti näyttää lyhyemmältä, joten valitsen sen. Sähkölinjan alla juoksualusta onkin paljon huonompi kuin odotin. Katson koko ajan ylös rinteeseen ja etsin paikkaa, josta hyppään metsään. Metsän puolella saan nopeasti kiinni kumpareista ja seuraan niitä rastille asti.



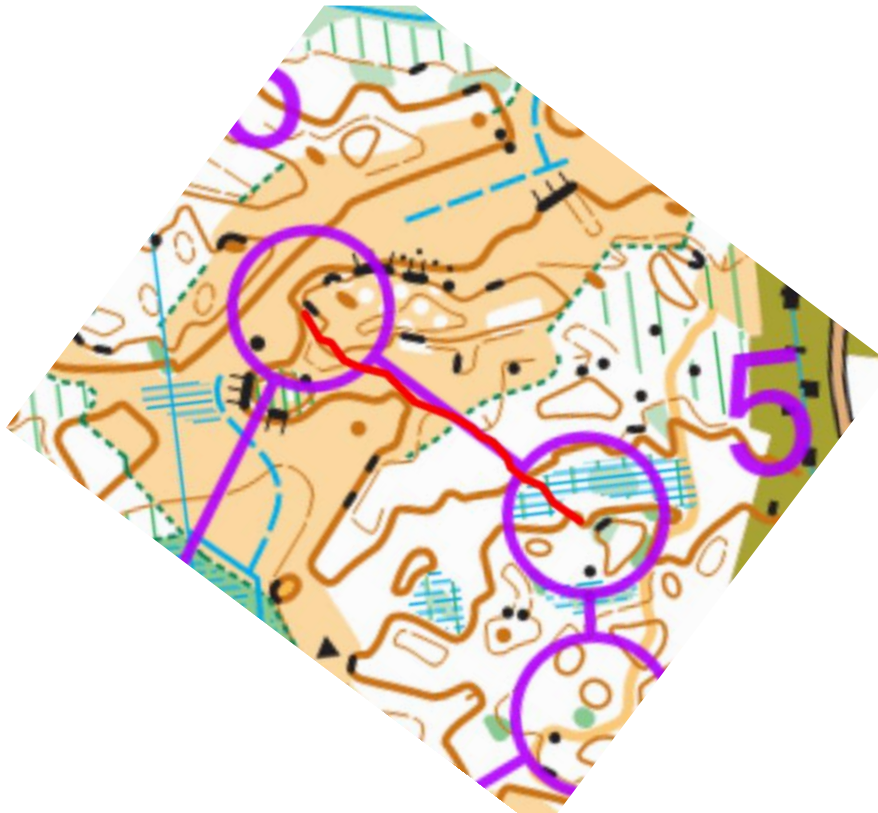
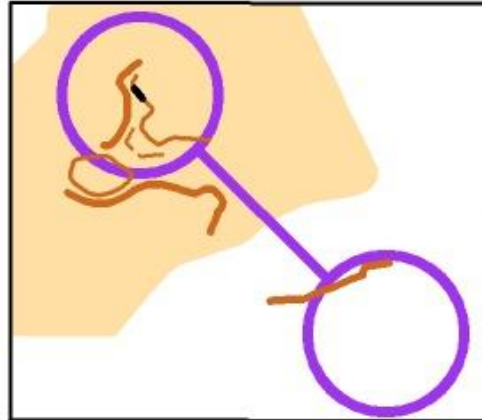
2-3: Niin kuin kotitalousopettajani opetti, keittiössä kokatessa ei saisi koskaan olla joutilas – aina voi vaikka tiskata, jos ei muuta tekemistä keksi. Suunnistus on vähän samanlaista: matkalla kakkosrastille suunnittelin alustavasti kaikki seuraavat rastivälit. Kakkosrastilta osasin siksi heti suunnistaa tien ja polun risteykseen. Polkuja pitkin juoksin, kunnes tunsin, että kohta tulee polkujen haara. Sieltä oikaisin kahden kiven vierestä epäselvälle polulle. Juoksin epäselvää polkua, kunnes se alkoi kääntyä voimakkaasti oikealle ja nousta rinteestä ylös. Käännyin siinä kohtaa pois polulta ja laskin notkoa pitkin alas, katseella jo etsien vasemmalla vastarinteessä avointa kumpareta – jonka myös aika pian näin.



3-4: Kuviorajaa pitkin, katseella etsien metsätien käänköpaikkaa. Keltaista ajouraa pitkin rinteeseen ylös. Ylhäällä nopea tarkistus kivistä ja kumpareesta – olenko oikeassa paikassa? Siinä kohdassa näkyy myös puska, jonka reunassa rasti oli.



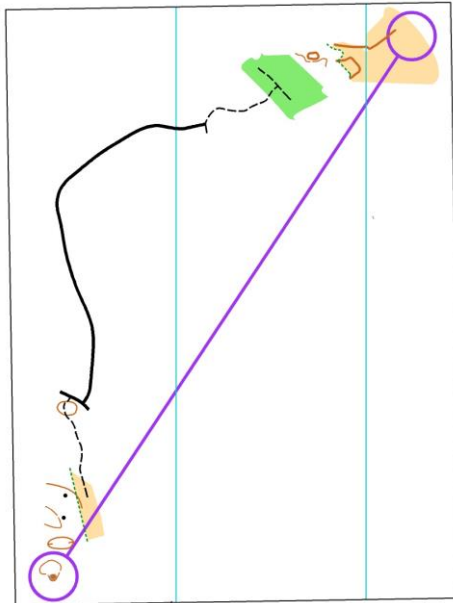
4-5: Kahden ensimmäisen kumpareen välistä läpi. Etsin katseella kumparetta, jonka etureunassa on kivi. Tuon kumpareen reunaa pitkin notkoon, jossa on rasti.



5-6: Suunnalla kohti rastia ja aukkoa. Heti aukolle tultuani paikannan kumpareen rastiympyrän vasemmalta puolelta. Sen avulla arvioin suurin piirtein, mistä minun pitäisi juosta nenän yli, jonka takana on rastiyrkänne.



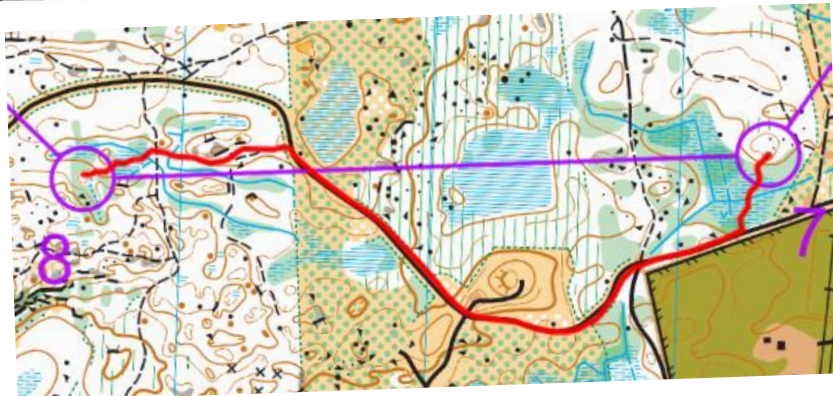
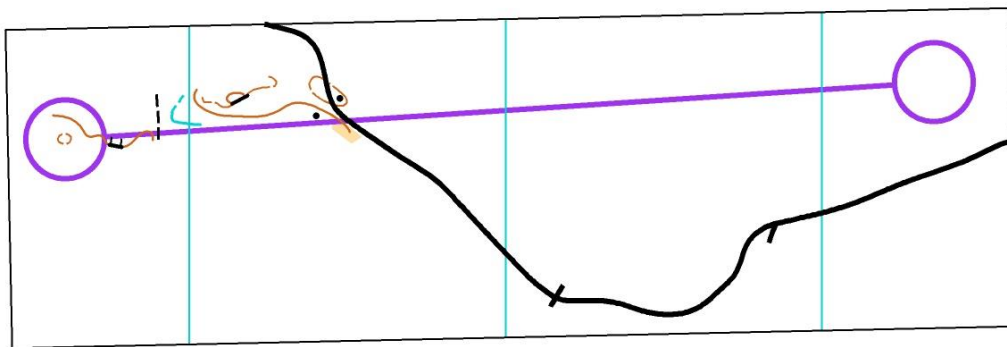
Kultainen reitti
SuHu-leiri 06.2025
Lamminrahka



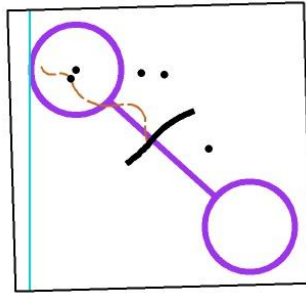
6-7: Mäen reunan ja kumpareen välistä pienelle kumpareelle, josta otan suunnan kohti suossa kulkevaa polkua. Kallistan tahallani hieman liikaa vasemmalle, jotta



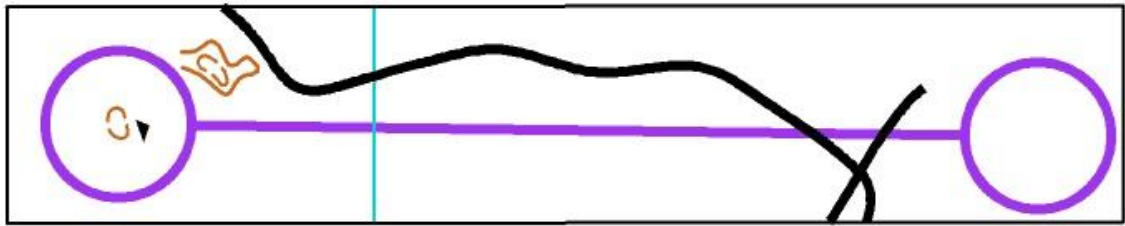
tulisin varmasti polkujen haaran oikealle puolelle. Pääsen polulle, käännyin vasemmalle ja olen pian polkujen haarassa. Valitsen oikealle kääntyvän polun. Nyt pääsee taas juoksemaan pitkään polkuja ja tietä pitkin. Pitkän tieosuuden lopussa käännyin metsään, kun viimeinen polku alkaa loivasti nousta ylämäkeen. Odotan rastiympyrän edessä olevaa suppaa, ja matkalla huomaan myös kivet. Supan jälkeen etsin katseella avointa, korkeampaa paikkaa, jossa on rasti.



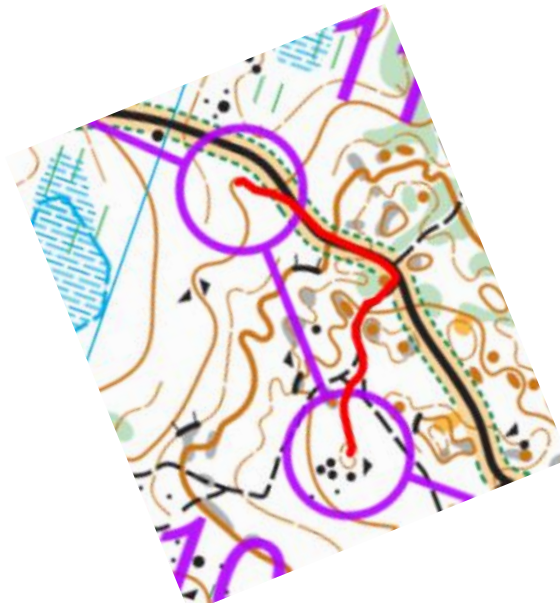
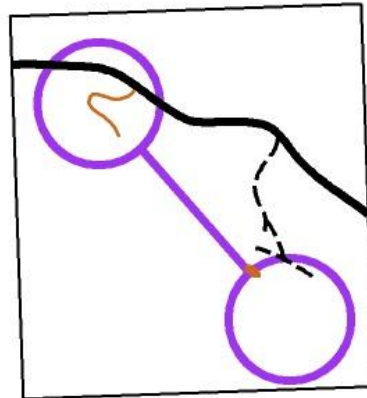
7-8: Jatkan valitsemallani KISS-metodilla (KISS = *keep it simple and stupid*). Suunnalla ja uria seuraten tielle. Tietä pitkin puoliavoimen alueen reunaan. Tieltä otan suunnan mäen reunaa pitkin. Ajaudun hieman liikaa oikealle ojien ylityksessä, mutta koska etsin koko ajan isoa jyrkännettä ennen rastiympyrää, osaan kääntyä takaisin oikeille raiteille. Yksi käyrä ylös, ja rastikumpare jo siintääkin edessä.



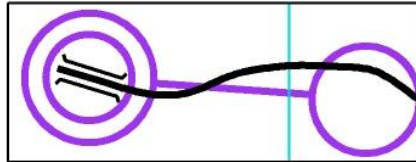
8-9: Suunnalla. Katson sivuilla olevia kiviä, ja nekin auttavat pitämään oikean suunnan. Tienylityksen jälkeen huomaan myös heikon apukäyränotkon. Notkon jälkeen rastikivet alkavatkin jo näkyä.



9-10: Ennen ysirastia huomasin, että rastin jälkeen on paljon risukkoa, mutta päätän silti juosta suoraan tielle. Olisi kannattanut kääntyä rastilta takaisin polulle, koska risukko hidasti rinteessä huomattavasti. Tietä pitkin mutkaan asti, josta kumpareesta tukea ottaen suunnalla seuraavalle kumpareelle.



10-11: Ennen kymppirastia näen jo pistekumpareen, jonka oikealta puolelta pääsen polulle, joka vie minut tielle. Tietä pitkin juostessani katson koko ajan vasemmalle eteenpäin ja etsin rastinenää. Nenä on selkeä, mutta rastilippua ei näy! Juoksen nenälle ja huomaan, että rastilippu on tippunut aika matalalle maahan.



11-M: Nopea tarkistus: onko maali sillan päällä vai alla?

HUOM!

Katsoin läpi muutaman leirin aikana piirretyn kultaisen reitin ja huomasin, että muutamalta juoksijalta puuttui rastipiste rastiympyrästä. Suosittelen katsomaan jo edelliseltä rastilta lähtiessä, mikä on seuraavan rastin rastipiste tai sijainti. Silloin tiedätte vähintään, minkä näköistä muotoa olette etsimässä!