nakkila.

Suunnistamaan kaverin kanssa tai perheen kesken

KIINTORASTIRATA

Nakkilan liikuntakeskuksen ja Kirkonseudun koulun ympäristöön on toteutettu kiintorastirata, joka tarjoaa mahdollisuuden omatoimiseen suunnistukseen kaikille lajista kiinnostuneille. Kiintorastit ovat vapaasti käytettävissä ympäri vuoden, ja radalle voi lähteä milloin tahansa oman aikataulun mukaan.

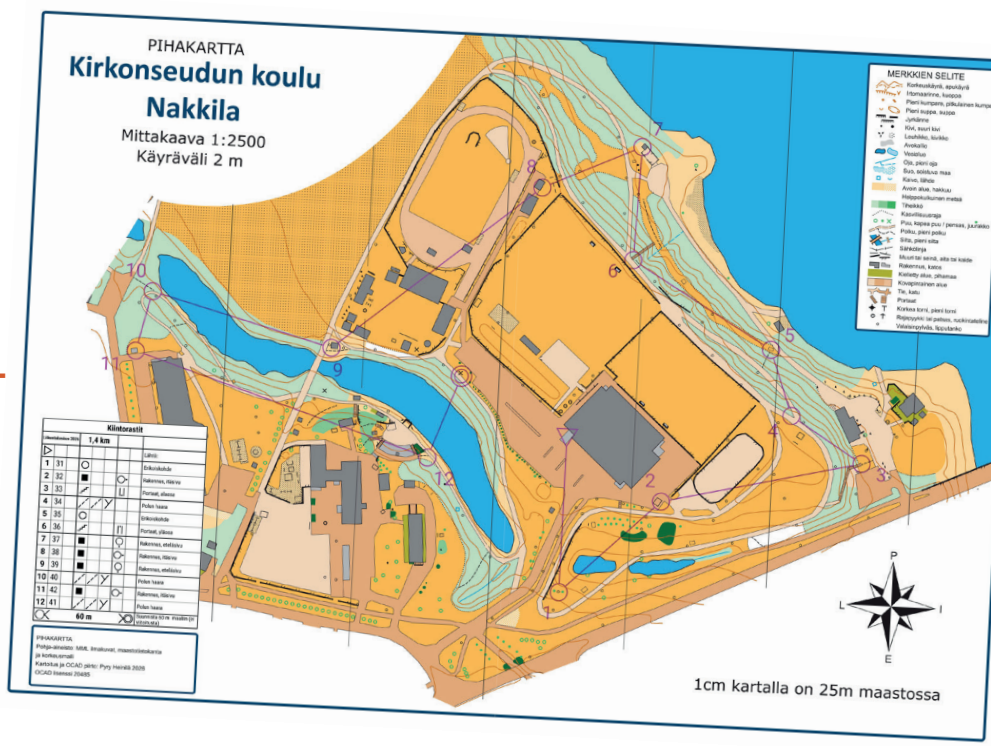
Kiintorastirata soveltuu niin aloitteleville kuin kokeneemmillekin suunnistajille. Radan voi kiertää yksin, kaverin kanssa tai isommalla porukalla. Suunnistus tarjoaa mukavan tavan liikkua ulkona, harjoitella kartanlukutaitoja ja tutustua liikuntakeskuksen ympäristöön. Radalla on lähtöpiste, 12 rastia ja maali. Rastit on tarkoitus kiertää numerojärjestyksessä, mutta niitä voi etsiä myös vapaasti haluamassaan järjestyksessä.

TOIMI NÄIN

1. Hanki suunnistuskartta. Voit tulostaa kartan ja ohjeet **https://nakkila.fi/palvelut/hyvinvointipalvelut/liikuntapalvelut/kiintorastit** tai hakea kartan Nakkilan liikuntakeskuksen infosta.
2. Tutustu karttaan. Tarkastele rastien sijainteja ja suunnittele oma reittisi.
3. Lähde suunnistamaan. Kierrä rastit omaan tahtiisi yksin tai yhdessä muiden kanssa.
4. Nauti ulkoilusta. Rata on aina avoinna, eikä suunnistamiseen tarvitse ilmoittautua etukäteen.

SIJAINTI

Nakkilan liikuntakeskuksen ympäristö
Kiintorastirata sijaitsee liikuntakeskuksen ja Kirkonseudun koulun ympäristössä.
Paperisia suunnistuskarttoja on saatavilla Nakkilan liikuntakeskuksen infosta.



KIINTORASTIKARTTA JA OHJEET

Voit ladata ja tulostaa kiintorastikartan **https://nakkila.fi/palvelut/hyvinvointipalvelut/liikuntapalvelut/kiintorastit/**