



SAVUMERKKEJÄ

OK TRIANIN UUTISKIRJE 1/2022

YHTEYSTIEDOT:

Puheenjohtaja:
Toiminnanjohtaja:
Valmennuspäällikkö:

Sami Sillman 050 5028373
Heidi Liljeström 050 3637488
Otto Simosas 040 8273426

puheenjohtaja@oktrian.fi
heidi.liljstrom@oktrian.fi
otto.simosas@oktrian.fi

SAVUMERKIT VERKOSSA:



Nimenhuuto

SAVUMERKKEJÄ



Hyvää alkanutta vuotta kaikille! Tämäkin vuosi on alkanut koronan varjostaessa toimintaamme. Kukapa olisi 2020 keväällä uskonut että olemme 2022 alussa vielä samankaltaisessa tilanteessa. Virus on tullut jäädäkseen ja meidän on opittava elämään sen rinnalla. Tätä kirjoittaessa Uudellamaalla on alettu purkamaan rajoituksia, mikä tarkoittaa että sekä Porvoossa että Sipoossa aikuisetkin pääsevät taas liikkumaan sisällä ohjatusti. Kaikille suunnatut sisävuorot Uusimaa-areenalla ja Sipoonlahden koululla jatkuvat maaliskuun loppuun saakka, joten nyt on sopiva hetki tulla mukaan kehittämään lihaskuntoa ja juoksutekniikkaa kesää varten! Myös perjantaisessa etäjumpassa juoksijan tukilihakset saavat monipuolisia ärsykeitä, joten hyödyntäkää sitäkin harjoitusta. Talvimaisema ja pikku pakkanen ulkona houkuttelee varmasti kaikkia ulos liikkumaan ja harrastamaan monipuolisesti. Otetaan nyt kaikki ilo irti talvesta, joten ylös, ulos ja lenkille!

Vuoden alkuun on mahtunut ainakin seuran leiri Vierumäellä tammikuussa. Leiri tarjosi leiriläisille vauhdikkaita treenejä, tulevan kauden tavoitteiden asettelua ja ohjelman läpikäyntiä, hyvää ruokaa sekä mukavaa yhdessä tekemistä. Tammikuun FSO treenipäivä muuttui omatoimiseksi, nuorten FSO leiri jouduttiin siirtämään jne. Peruutuksista huolimatta kevään suunnitelmia tehdään ja toteutetaan sen mukaan kun on mahdollista. Leiritointi jatkuu keväällä kun osa nuorista suuntaa harjoittelemaan FSO:n talvileirille Portugaliin. Pääsiäiseksi on suunnitteilla koko seuran kevätleiri Varsinais-Suomessa sekä seuran pienimmille oma kevätleiri huhtikuussa Porvoossa. Näistä tulee lisäinfoa Nimenhuutoon sekä kotisivuille.

Hiihtosuunnistuskusikin on käynnissä ja lajin FSO mestaruuskilpailut käydään 19.-20.2.2022 Järviseudun rastin järjestämien kilpailuiden yhteydessä. Hiihtosuunnistuksen SM-kilpailuputki on tiivis helmi-maaliskuussa, jolloin on jaossa useamman SM-matkan mitalit. Eiköhän näissäkin karkeloissa nähdä seuran puna-sini-valko värejä?

Trinanin hallitukseen on tullut muutama henkilövaihdos, kun pitkään hallitustyössä mukana olleet Anders Lindahl ja Kalevi Ilonen eivät enää jatka hallituksessa. Molemmille suuri kiitos antamastaan panoksesta seuran eteen! Uusina hallituksessa aloittaa Peter Tallberg ja Tricia Wikström.

Jukolan viestin 2023 kotisivu on avattu ja sieltä pääset nyt ilmoittautumaan talkoolaiseksi ja tulemaan mukaan toteuttamaan unohtumatonta tapahtumaa! Kiinnostaako sinua viettää Jukolan yö karttapuomilla, vaihdossa tai auttamassa IT-asioissa. Kenties sinua kiinnostaa olla yön aikana somettamassa tai opastamassa toimittajia kuvausrastille tai kenties ruokkimassa nälkäisiä talkoolaisia viikon aikana? Ennen tapahtumaa, tapahtuman aikana sekä sen jälkeen on tarjolla tehtäviä laidasta laitaan eikä siis tarvitse välttämättä osata suunnistaa tai ylipäänsä tietää lajista mitään voidakseen ilmoittautua talkoolaiseksi. Kutsu myös ystäväsi, sukulaisesi, naapurisi ja kylänmiehet ilmoittautumaan mukaan. TERVETULOA TALKOOLAISEKSI!

Seuraavalla sivulla, ajankohtaiset osiossa muistutellaan mm. suunnistuksen lisenssin ja vakuutuksen lunastamisesta, seurojen toimintamaksuista vuodelle 2022 ja yhteisistä tapahtumista. Muistakaa hoitaa lisenssi yms. asiat kuntoon ennen keväällä alkavaa suunnistuskautta!

1/2022

Talkoolais-
ilmoittautuminen:
jukola.com/2023



Hyvää talven
jatkoa!

Terveisin, Heidi

SAVUMERKKEJÄ

Ajankohtaista

Hiihtosuunnistuksen
FSOM

19.-20.2.2022

LUNASTA

Suunnistajan lisenssi
ja vakuutus
suomisport.fi
palvelussa

Emoseurojen
kausimaksut:
60 €/henk. tai
150 €/perhe

NONAME SEURAVAAATTEET

Seura on tilannut varastoon muutamasta seuravaatteesta yksittäisiä kappaleita. Näistä voitte kysellä [lcalta](#) lisää. Jäljellä on mm. naisten Running Jacket tuulitakkeja (S- ja M- koko 72 €) ja naisten lyhytaihainen Battle suunnistuspaita (M-koko, 40 €)

NIMENHUUTO

Nimenhuudosta löydät ajankohtaiset tapahtumat tietoineen. Harjoitukset ovat avoimia kaikille emoseurojen jäsenille iästä, taidosta tai kunnosta riippumatta, joten rohkeasti mukaan. Muista aina ilmoittautua harjoitukseen/ tapahtumaan mukaan Nimenhuudossa! Tämä on erittäin tärkeää ensinnäkin järjestäjälle tiedoksi varautua esim. oikealla määrällä karttoja, mutta myös määrien raportointiin kunnille yms.

SUUNNISTAJAN LISENSSI

On taas aika lunastaa [suomisport](#)-palvelussa tulevan kauden suunnistajan lisenssi sekä tarvittaessa myös vakuutus. Seura maksaa alle 14-vuotiaiden lasten / nuorten lisenssit, mutta vakuutuksen lunastaa ja maksaa jokainen itse. Alle 14-vuotiaiden lisenssiasioita hoitaa [Vesa](#) ja [Magnus](#).

KAUSIMAKSUT JA MYCLUB

Emoseurojen kausimaksut pysyvät ennallaan ja laskut toimitetaan Myclub jäsenrekisterien kautta huhtikuussa. Näin ollen olisi erittäin tärkeää, että jokaisella on omat tiedot siellä ajantasalla, etenkin toimiva sähköposti on tärkeä yhteystieto. Jos et siis saa laskua, niin käy tarkistamassa tietosi Myclubissa tai ole yhteydessä emoseurasi puheenjohtajaan asian selvittämiseksi.

Akilles OK: [Vesa Isoniemi](#)

OK Orient: [Antti Niemelä](#)

IF Sibbovargarna: [Rita Wickholm](#)

TALVEN SISÄVUOROT

Ma: Uusimaa-areena 19.00-20.00. Kaikille

Ma: Leppätienväylä 18.00-19.00, lasten vuoro

Ti: Kevätkummun koulu 18.00-19.00, lasten vuoro

Ke: Sipoonlahden koulu 18.00-19.30. Kaikille

Pe: Etäjumppa klo 18.00-19.00 yhdessä HS:n, EsSun ja HyRan kanssa. Kaikille

Nämä ja muut harjoitukset löytyvät Nimenhuudon kalenterista.

SEURAN OMAT TAPAHTUMAT

Seuran tapahtumakalenteriin (Nimenhuutoon) on lisätty seuraavat koko seuran yhteiset tapahtumat. Merkatkaa tapahtumat kalenteriinne!

Wessökavlen 6.7.2022, järjestäjät Vesa ja Hasse
Kyläviesti 14.8.2022, järjestäjät Jani, Sören ja Janne

MUUTA

Nimenhuutoon on jo lisätty alustavat tiedot FSOM-, SM-sprintti ja SM-pitkän majoituksista.

Jukolan viestiin Mynämäelle on ilmoitettu 11 Venla-joukkuetta ja 10 Jukola-joukkuetta. Voit siis vaikka heti ilmoittaa juoksuhalukkuutesi Irma-palvelussa.



HALTI

noname

Konelike
OLENIUS
www.olenius.fi

Aktia

HELAKAUPPA
KOTI- JA PUHTAUS- JA KÄSINKÄSITELYN

SKOGSREVIRET
METSÄREVIIRI

Talkoolais-
ilmoittautuminen:
jukola.com/2023



Apukäsiä kaivataan!
Ohjaajia, ratamestareita,
rastinviejiä, toimitsijoita,
perässäjuoksijoita yms.
Lista tehtävistä!

Uutiskirje on
luettavissa
myös oktrian.fi -
sivuilla!