



IISALMEN VISAN YLEISURHEILUKOULUT KESÄ 2022

Iisalmen Visan kesäkauden yleisurheilukoulut alkavat viikolla 20 (16.5.2022 alkaen) Sankari-
niemen kentällä.

Harjoittelupäivät ovat maanantai, tiistai ja torstai. Kesäkausi päättyy viikon 32 lopussa, viimei-
set harjoitukset ovat 11.8.2022.

Yu-kouluun voi tutustua yhden kerran maksutta omalla vastuulla, jonka jälkeen harrastus kat-
sotaan alkaneeksi, ellei peruutusta ole erikseen ilmoitettu.

Lisätietoja ilmoittautumisesta ja hinnastosta löytyy täältä: [https://www.iisalmenvisa.com/fi/yleis-
urheilu/yleisurheilukoulut/kesakausi-2022/](https://www.iisalmenvisa.com/fi/yleis-urheilu/yleisurheilukoulut/kesakausi-2022/)

Tervetuloa yleisurheilukouluun, niin lapset kuin aikuisetkin!

HIPPO-SUUNNISTUSKOULU

Hippo-suunnistuskoulu alkaa 18.5. Mansikkaniemeltä. Koulu kokoontuu viisi kertaa. Lisätietoa:
[https://www.iisalmenvisa.com/userfiles/Suunnistus/Suunnistuskoulu_2022/Iisalmen_Visa_Rasti-
koulu_2022.pdf](https://www.iisalmenvisa.com/userfiles/Suunnistus/Suunnistuskoulu_2022/Iisalmen_Visa_Rasti-koulu_2022.pdf)

KUNTO- JA OMATOIMIRASTIT

Kuntorasteja etsitään kiivaasti, kalenterista löytyy paikat [https://www.iisalmenvisa.com/fi/suunnis-
tus/suunnistus-kalenteri/](https://www.iisalmenvisa.com/fi/suunnis-tus/suunnistus-kalenteri/)

Omatoimirastikarttoja kuntoradoista on myynnissä vitosella Kesportista. Rasteille jätetään kuitu-
nauha rastikoodilla.

IISALMI MTB 2022

Iisalmen Visan triathlon- ja pyöräilyjaosto järjestää 30.7.2022 yhteistyössä Joensuun Pyöräili-
jöiden ja Kuopion pyöräilyseuran kanssa maastopyöräilyn kolmiosaisen Savo-Karjala MTB-Cu-
pin. Cupin osakilpailut toimivat samalla alueiden kunto- ja kilpailutapahtumina ja cupin tavoit-
teena on saada houkuteltua uusia harrastajia mukaan tapahtumiin sekä tuoda lisätarjontaa Itä-
Suomen pyöräilytapahtumiin. Meillä ajetaan ketju kireällä, mutta kuitenkin hymy huulilla.

Lisätietoja tapahtumasta:

[https://www.iisalmenvisa.com/fi/triathlon-ja-pyoraily/pyoraily-kilpailut/savo-karjala-mtb-cup-
2022/](https://www.iisalmenvisa.com/fi/triathlon-ja-pyoraily/pyoraily-kilpailut/savo-karjala-mtb-cup-2022/)

<https://www.facebook.com/events/542460873875185>



TRIATHLON JA PYÖRÄILYN YHTEISLENKIT

Maantieyhteislenkit. Keskiyökoisin klo 17.30 ja sunnuntaisin klo 10 (kesäkuu-elokuu klo 9), lähtöpaikalla sovitaan suunta ja vauhdit. Toivomme runsasta osallistujamäärää, niin saamme muodostettua eri vauhtiryhmät.

Lisäksi: Aloittelijaryhmä ke 11.5. klo 17.30. Kirman kierros, matka noin 30 km, kesto noin kaksi tuntia. Säävaraus, kovalla sateella ei vetäjä tule paikalle.

Lenkkien lähtöpaikka Omakotitie 59 pihasta.

TRIATHLON JA PYÖRÄILYN UINTIVUOROT

Uinnin ratavuoro Iisalmen uimahallissa päättyy toukokuun lopussa. Viimeinen vuoro on to 19.5. (Seuraavan viikon torstaina 26.5. on helatorstai ja halli kiinni.) Vuoro on torstaisin klo 19.15-20.30 ja sinne pääsevät jaostolaiset uimahallin pääsymaksulla. Avovesiuintit aloitetaan kesäkuun alussa. Aloitusajankohta riippuu järvivesien lämpenemisestä ja aloittamisesta ilmoitetaan jaoston wu-ryhmässä.

PYÖRÄNHUOLTOILTA

Kaikille avoin pyöränhuoltokurssi, missä käydään läpi pyörän ylläpitoa ja huoltoa. Kurssilla perehdytään renkaanvaihtoon, jarrujen- ja vaihteiden säätämiseen, öljyämiseen ja muihin pienimuotoisiin hoitotoimenpiteisiin osallistujien toiveiden mukaisesti.

Kurssille mahtuu mukaan 15 ensimmäistä osallistujaa.
Ilmoittautumiset: <https://forms.gle/8mnu3nthwNZjhUEK9>

VISAN VERKKOKALENTERI

Visan nettisivuilta löytyy kalenteri, joille pyritään laittamaan kilpailut, yleisurheilukoulut ja muut Visan järjestämät tapahtumat ja vastaavat, josta voi seurata esimerkiksi tulevia kilpailuja hyvissä ajoin etukäteen.

<https://www.iisalmenvisa.com/fi/yleinen/kalenteri/>



Visalan toimisto, Riistakatu 11

Toimiston aukioloajat:

ma	10.30-16.30
ti	8-14
ke	8-14
to	8-14
pe	8-14
la-su	suljettu

Kokoustilaa vuokrataan

Visala on oiva paikka pitää kokouksia, koulutustilaisuuksia tai vaikkapa pikkujouluja.

Käytössä on noin 25 henkilön kokoontumistila kahvi- ja ruokailuastioineen.

Erikseen varattaessa videotykki ja tarvittava kokousvälineistö.

Vuokra

1 h	25 €
2 h	50 €
3 h	65 €
4 h	80 €
5 h ja yli (= koko ilta)	90 €

Varmista kokouspaikkasi heti ja varaa Visala edullisesti käyttöösi ottamalla yhteyttä kisatoimistoon:

Puh. 0440 820 621
kisatoimisto@iisalmenvisa.com
 Riistakatu 11, 74100 Iisalmi



IISALMEN VISA

Riistakatu 11, 74100 IISALMI • puh. 0440 820 621
kisatoimisto@iisalmenvisa.com • www.iisalmenvisa.com

