



ORUK – JÄSENKIRJE 6/2014

HYVÄT RESERVIUPSEERIT

Kesä alkaa olla ovella, mutta syksyäkin jo suunnitellaan. Ilmoittautumisikkuna aukeaa Raatteentien jäsenmatkan osalta. Tulossa on myös ORUK-vaatteiden ja tuotteiden nettimyymälä kätevään ostamiseen. Asioista on kerrottu tarkemmin jäljempänä.

Kirjeessäni olen huomionut jälleen myös muiden yhdistysten järjestämiä tapahtumia joihin kerholaistemme ovat tervetulleita. Ne toimivat hyvänä lisänä ja vaihtoehtoina oman toimintamme ohessa.

Ensin hieman menneitä...

ROKULIN MAJATAPAHTUMA ONNISTUI

Majan keväinen talkootapahtuma 17.5. keräsi meitä aktiiveja sangen runsaasti eli yhteensä 15 jäsentä ja muuta aktiivia. Koivut halkaistiin kuivumaan ja paremmat askelmat asennettiin mökin ja saunan väliseen rinteeseen. Saunan ovi sai uudet saranat. Saimme nauttia hienosta säästä ja hernekeitosta, myös makkarat paistettiin nuotiopaikalla ja sauna lämpesi. Pihagrilli saa uuden muodon muurari-Matin toimesta heinäkuun alussa. Talkoopäivää käytettiin huolelliseen suunnitteluun grillin osalta.

Kerhomme superaktiivi ja monitaituri Matti Pehkonen totesi päivän päätteeksi: "Kunpa ihmiset tietäisivät millaista täällä majalla ja talkoissa on, he kaikki ryntäisivät tänne sankoin joukoin". Tuo sanoma kiteytti onnistuneen päivän. Suuri kiitos vielä kaikille osallistujille. Nähdään taas seuraavassa majatapahtumassa lokakuussa, samoissa merkeissä.

JÄSENET KOHTASIVAT HALLITUKSEN

Järjestimme "jäsenet kohtaavat hallituksen" -iltapalatilaisuuden 21.5. Aleksanterinkadun kerhotiloissa. Ilta oli ensimmäinen laatuaan ja lähtee tästä hakemaan muotoaan ensi kevättä ajatellen. Ilta oli kuitenkin onnistunut, meitä oli paikalla noin parikymmentä.

PUOLUSTUSVOIMIEN PAIKALLISPUOLUSTUKSEN INFOTILAISUUS PIDETTIIN 3.6.

Kerholaisillemme tarjoutui ainutlaatuinen tilaisuus osallistua Pohjois-Pohjanmaan Aluetoimiston järjestämään informaatiotilaisuuteen koskien uutta paikallispuolustuksen asiaa. Tilaisuudessa paikallispuolustuksen kuvioita ja järjestelyitä meille esitteli ja iltaa isännöi everstiluutnantti Kimmo Rajala. Kuulemaan oli saapunut liki kolmekymmentä kiinnostunutta. Saimme tietoa innostavassa ilmapiirissä.

Ja sitten hieman tulevia...

COOPERIN TESTI

ORUK:n järjestämä seuraava Cooperin testitapahtuma pidetään **keskiviikkona 11.6. klo 18**. Paikkana on Herukka - Ahvenoja -kuntorata: kokoontuminen Ritaharjussa, Ritaväylän varrella olevalla pysäköintipaikalla klo 18. Ilmoittaudu viimeistään 3 vrk ennen tätä testipäivää testin vetäjälle sähköpostitse: [harri.hall\(ät\)oruk.fi](mailto:harri.hall(ät)oruk.fi). Testi järjestetään kun vähintään 3 osallistujaa on ilmoittautunut.

Tätä kirjettä julkaistaessa, tähän on jo pitänyt ilmoittautua. Tämän voitte huomioida vinkkinä seuraavia juoksutapahtumia suunnitellessanne.

ORUK:n Cooperin testejä järjestetään 2014 toukokuusta lokakuulle välisenä aikana, pääsääntöisesti joka kuukauden toinen keskiviikko kello 18.00 alkaen. Testit alkavat lämmittelyllä ja sitten varsinaisella Cooperin juoksutestillä. Kokonaiskesto testillä noin 45 minuuttia. Lenkkarit, verkkarit ja juomapullot mukaan. Näistä lisätietoa oruk.fi-sivujen ilmoitusosioista.

AMMUNNAT

Sunnuntai-ammuntoja

Ammunnat hoituvat patruunoiden osalta omakustannuseriaatteella a´ 0,25 € per kuula, joten varatkaa mukaan pikkurahaa tai pari seteliä. Järjestettävistä sunnuntai-ammunnoista löytyy tietoa oruk.fi -sivuiltamme: http://www.oruk.fi/?page_id=1553

Seuraavat tapahtumat:

su 6.7.2014 klo 12:00 - 14:30 Hiukkavaaran kiväärirata 1 (150m), Kempeleen Res. (Ranta)

su 27.7.2014 klo 12:00 - 14:30 Hiukkavaaran kiväärirata 1 (150m), Oruk (Kivelä)

su 10.8.2014 klo 12:00 - 14:30 Hiukkavaaran pistoolirata 3A (25m), Oruk (Närä)

Ammuntoihin toivotaan järjestelyiden takia saavuttavan klo 11:45. Tilaisuudessa on tarjolla kahvia. Kerholla on tarjota kaksi reserviläiskivääriä sekä kuusi pistoolia ampujien käyttöön, sekä joitakin kuulosuojaimia ja suojalaseja. Säänmukainen varustus.

Alueemme ammunnoista löytyy tietoa pohjanpoika.net -sivuilta osoitteesta:

<http://www.pohjanpoika.net/ampumakalenteri-2014/>

tai oruk.fi sivuilta: http://www.oruk.fi/?page_id=15

Ammuntakilpailuja

Rohkaisen jäseniämme osallistumaan myös kilpailuihin. Kalenteri löytyy osoitteesta:

http://www.oruk.fi/?page_id=15

Huom!

Kerhojen väliseen Lakeus-Cup:iin etsimme innokkaita osallistujia. Seuraavat kilpailut ovat ensi sunnuntaina 15.6. Tyrnävän ampumaradalla klo 12. Tässä tärkeintä on kerätä kerhosta joukkue tai kaksi meitä edustamaan. Ammutaan kivääri 150m ja pistooli 25m. Ei vaadi omia aseita, vaan ne tuodaan ennakoilmoittautumisen perusteella paikalle. Ilmoittautuminen ja lisätietoja urheilupseeri Sampo Mattilalta (sampo.mattila@oruk.fi).

Sitten muiden yhdistysten järjestämiä vaihtoehtoja jäsenistöllemme...

TYRNÄVÄN MARSSI 14.6.2014

Tyrnävän Reserviläiset ry:n johtokunnalla on ilo ja kunnia kutsua sekä reserviläisiä että muita liikunnan harrastajia Tyrnävän marssi -kävelytapahtumaan. Tapahtuma järjestetään nyt ensimmäisen kerran, mutta tavoitteena on tehdä siitä vuotuinen perinne. Ajankohta on lauantai 14.6.2014 klo 9 ja lähtöpaikkana on Tyrnävän myllykirjasto osoitteessa **Meijeritie 3**. Marssi päättyy **Suutarinjärvelle** Tyrnävän reserviläisten mökille, jossa on mahdollisuus ruokailuun, saunomiseen ja uimiseen. Matkaa kertyy ~25km, jolloin tästä saa myös marssimerkinnän Resul:n kuntokorttiin.

Suutarinjärveltä on halukkaille autokuljetus takaisin lähtöpaikalle.

Tapahtuma järjestetään maanpuolustuskoulutusyhdistyksen (MPK) kurssina, jolloin myös vakuutukset ovat kunnossa. Tapahtumaan sisältyy pieni tauko-eväs noin puolimatka, sekä maalissa lämmin ruoka ja saunomismahdollisuus. Jokainen huolehtii itse sopivasta joko sotilas- tai siviilivarustuksesta sekä riittävästä nesteestä mukana kantamisesta. Osallistumismaksu 10€/hlö peritään lähdön yhteydessä. Muonituksesta vastaa Tyrnävän reserviläiset.

Ilmoittautumiset paikanpäällä alkavat klo 8, suosittelimme ilmoittautumista etukäteen MPK:n järjestelmän kautta. - Jarkko Vimpari 040-5490227, jarkko.vimpari@gmail.com
Tyrnävän Reserviläiset ry:n liikuntavastaava -

PUNTIN LEIKKI - OSALLISTU KUNNONKOHOTUSKAMPPANJAAN!

Kempeleen reserviläisten liikuntatoimikunnan ideoiman kunnonkohotustapahtuman tarkoituksena on nostaa kaikkien liikunta-aktiivisuutta. Kilpailusuoritukset kerätään normaaleista liikuntasuorituksista. Tapahtuma toteutetaan yhteistyössä RESUL:n ja MPK:n kanssa. Puntin Lenkki on palkittu valtakunnallisesti merkittävänä liikuntatapahtumana Sotavahinkosäätiön tunnustuspalkinnolla.

Suoritukset kirjataan Resul:n sähköiseen kuntokorttiin tai Puntin Lenkin kuntokorttiin (löytyy sivuiltamme: koontilomake). Reserviläisiä kehoitetaan kirjaamaan suorituksensa omaan Reserviläisurheiluliiton sähköiseen kuntokorttiin <http://www.resul.fi/kuntokortti>. Muista huolehtia liikuntaan liittyvästä vakuutusturvastasi ja tarvittaessa selvittää oma terveystilanteesi turvallisen liikunnan mahdollistamiseksi.

Kilpailuun saavat osallistua täysi-ikäiset Suomalaiset. Kilpailuaika on 1.6.2014-30.9.2014. Kilpailun koontilomakkeet voit kopioida sivuiltamme tai kopioida sähköisestä kuntokortista ja ne tulee palauttaa Kari Pentille postitse (os. Marjasuontie 13, 90450 Kempele) tai skannattuna s-postilla (kari.pentti@suomi.net) tai Timo Uusimäelle (Kallenranta 3 90460 Oulunsalo) tai s-postitse (sitkea@suomi24.fi) lokakuun 10. päivään mennessä. Kilpailun johtajalla Timo Uusimäellä on oikeus hylätä suoritus epäselvissä tapauksissa. Voittajalle ilmoitetaan henkilökohtaisesti. Tapahtuman suojelijana toimii RUL:n varapuheenjohtaja Sampo Puoskari. Kilpailusuoritukset voivat olla normaaleja liikuntasuorituksia esim. juoksu, kävely, pyöräily, melonta, lentopallo, tennis jne. Kaikki, jotka palauttavat tuloksensa Resul:n sähköisen kuntokortin kopioina osallistuvat laadukkaan sykemittarin arvontaan.

Lisätiedot: Timo Uusimäki 040-5746453
www.kempeleenreservilaiset.fi

TARJOLLA OLEVAT MUUT FYYSISEN KUNNON TESTITAPAHTUMAT

Vuodeksi eteenpäin on tarjolla useita vaihtoehtoja mitata kuntoaan monella tavalla.

Tulevia Cooper juoksu, UKK -kävelytesti sekä lihaskuntotestitapahtumia ovat järjestämässä yhteistyössä Maanpuolustuskoulutusyhdistys, Oulun kaupunki, Oulun Pyrintö ja Oulun Yliopiston Ylioppilaskunta. Tapahtumat ovat maksuttomia ja avoimia kaikille oululaisille.

Suorituspaikkoina ovat kesällä Raatin urheilukenttä (Raatintie 2, 90100 Oulu 9.5-10.10.2014) ja talvella Ouluhalli (Ouluhallintie 20, 90130 Oulu, muina aikoina). Tapahtumiin on suunniteltu sisältyväksi Cooper 12 minuutin juoksutesti sekä lihaskuntotesti toteutettuna Puolustusvoimien testimenetelmin. Lisäksi tarjotaan mahdollisuus UKK kävelytestiin. Osallistujat ovat vakuutettuja Maanpuolustuskoulutusyhdistyksen puolesta. Ilmoittautuminen tapahtuu mpk.fi -internetsivuilla tai täyttämällä ilmoittautumislomake paikanpäällä. Kestoltaan kukin testirupeama on noin kahden tunnin mittainen. Tapahtumat ovat arki- iltaisin klo 17:30 - 19:30.

Tapahtumien ajankohdat ovat seuraavat:

pe 6.6.2014, **ma** 14.7.2014, **pe** 8.8.2014, **pe** 12.9.2014, **pe** 10.10.2014, **pe** 8.11.2014,
pe 13.12.2014, **pe** 10.1.2015, **pe** 7.2.2015, **pe** 7.3.2015, **pe** 4.4.2015

Huomioitavaa kuitenkin on, ettei kestävyyskuntotestiä (Cooper 12 min juoksu tms.) ja lihaskuntotestiä saa toteuttaa samana päivänä maakuntakomppanian ja tilastoitavien reserviläisten osalta, eikä tätä suositella myöskään muille.

Asiasta lisätietoja www.haastaitsesi.fi sekä Facebook

Ja tässäpä tämä kauan odotettu jäsenmatkamme...

RAATTEENTIEN JÄSENMATKA 6.9.2014

Yhteistyössä Oulun Reserviupseerikerho ja Kempeleen Reserviupseerikerho

Teemme jäsenmatkan Raatteentielle. Matka on jäsenille avec. Matka toteutetaan yhteistyössä Kempeleen ja Oulun Reserviupseerikerhojen kesken. Paikkoja bussimatkalle on rajoitetusti ja sitovat ilmoittautumiset on syytä tehdä mahdollisimman varhaisessa vaiheessa, kuitenkin 22.8. mennessä.

Matka alkaa lauantaina 6.9. klo 8:00 Ouluhallin parkkipaikalta ja päättyy samaan paikkaan sitten saman päivän iltana, arviolta noin klo 20 - 21. Matkalla tutustutaan oppaan johdolla Raatteentien nähtävyyksiin, muistomerkkeihin ja museoon. Välillä lounastetaan Raatteen Portissa. Aikataulun salliessa matkan varrelta poimitaan yllätysohjelmaa.

Oulun Reserviupseerikerho ja Kempeleen Reserviupseerikerho tukevat jäseniensä matkaa 15 €/hlö. Matkalle jää hintaa kerhon jäsenelle 10 € ja hänen avecilleen 25 €. Suorite omasta / molempien matkasta tulee maksaa heti jäsenen saatua hyväksynnän ilmoittautumisestaan sähköpostiinsa.

Emme ilman varsinaisen pätevää poisjäännin syytä palauta rahaa. Päteviä syitähän ovat sairastuminen ja kuolemantapaukset.

Mikäli matkalaisella on tarvetta lounastaa, niin lounas maksaa 9 €/hlö, lounasmaksu maksetaan erikseen paikan päällä Raatteen Porttiin. Lounaaksi meille on sovittu tarjoiltavan lohikeittoa.

Sitovia ilmoittautumisia otetaan vastaan osoitteessa: petteri.nara@oruk.fi. 22.8. saakka.

Paikat täytetään ilmoittautumisjärjestyksessä. Matkan peruuntumisesta tulee ilmoittaa viipymättä. Peruutuspaikkojen vapautumisesta ilmoitetaan erikseen jonossa seuraavalle.

Ilmoittautumisen yhteydessä tulee kertoa:

-matkalaisen nimi (+avec) ja kerho sekä yhteystiedot, kuten sähköposti ja puhelinnumero
-lounastarve ja mahdollinen erikoisruokavalio tämän osalta

Varustus matkalle on syytä olla säänmukainen, luvassa on myös pientä ulkoilua. Omat välipalat ja virvokkeet ovat mahdollisia.

Tervetuloa jäsenmatkalle!

VALMIUSRYHMÄT

Haluaisin selvittää onko kerholaistemme keskuudessa halua ja innostusta tietynlaisen valmiusryhmän perustamisesta kerhoomme. Eli yksinkertaisuudessaan tämä tarkoittaisi sitä, että keräämme nimilistan sellaisista vapaaehtoisista, jotka ovat motivoituneita ja innostuneita rientämään hätiin ja auttamaan tarpeen vaatiessa. Tällaisia tarpeita voivat olla veteraaneille suunnattu apu, arkunkantotehtävät, kadonneiden etsintä, öljyvahinkojen torjunta, kunniavartiot ja lippuvartioitehtävät jne.

Kerään vapaaehtoisten yhteystiedot ja tarjoan ko. tehtäviä sitten tarpeen mukaan näille aktiivisimmille ensin. Eli tässä vaiheessa haluan kartoittaa onko kerhossamme vapaaehtoisia listautumaan tämän tapaiseen "valmiusryhmään".

Toivoisin, että mielenkiinnon ilmaisut lähetetään minulle sähköpostiini, nimen, osoitteen ja puhelinnumeron kera (*petteri.nara(ät)oruk.fi*). Mikäli vapaaehtoinen omaa jonkin erityistaidon tai erityispätevyyden, kuten ensiaputaidon tms., olisi se hyvä mainita.

ORUK-VARUSTEIDEN VERKKOKAUPPA

Avaamme hyvin pian ja vihdoin uudistetulle mallistollemme verkkokaupan. Tämä toteutetaan yhteistyössä Wearme-yrityksen kanssa. Verkkokauppa mahdollistaa helpon ja kätevän tuotteiden valitsemisen ja ostamisen. Maksaminen tapahtuu esimerkiksi verkkopankkitunnuksin ja tuotteet merkataan heti täällä Oulussa ja postitetaan suoraan tilaajan antamaan osoitteeseen. Tulossa on siis erittäin helppo tapa hankkia ORUK-tuotteita. Mallisto uudistuu, mutta mukana on kuitenkin vielä myös vanhoja hyviä tuotteita. Myös paljon uusia vaihtoehtoja on tarjolla, mm. vaatteiden sekä erilaisten tarvikkeiden osalta. Tuotteiden merkkkaus on tehty hieman hillitymmäksi ja tuotteita voi hankkia myös merkkauksettomina. Odotellaan tovi vielä ja laitan sitten erillisenä tiedonantona osoitteen verkkokauppaan, vaadittavan tunnussanan kera.

ONKO RUK-PUUKKOSI KADONNUT – TOIMI NOPEASTI

Nyt voit tilata RUK-kurssipuukon tuhoutuneen tai hukkaan menneen tilalle. Alueemme upseerikerhojen jäsenet voivat tilata keskitetysti uusia kurssipuukkoja seuraavasti toimien:

Lähetä täydelliset yhteystiedot alla olevaan osoitteeseen. Lisäksi sähköpostiin tarvitaan kurssin numero ja nimi. Voit toki tilata puukon ns. blanconä ilman kurssimerkintääkin. Puukon hinta asettunee alle 50 € kotiin toimitettuna. Ohjeellinen toivomus on, että merkitset sähköpostiin perustelut uuden puukon tilaukseen (puukko on mennyt hukkaan tms.).

Olisi enemmän kuin toivottavaa, että sähköpostit lähetettäisiin alla olevaan osoitteeseen kesäkuun viimeisellä viikolla eli 23 - 29.6.2014. Keskitetty tilaus helpottaa valmistajan työtä.

Malliesimerkki tilauksesta:

Matti Meikäläinen
Meikänpolku 5
99876 MEIKÄLÄ
050-1234567
(kmn@kmn.com)

KURSSI 156
TAHTO
(Puukko on mennyt hukkaan)

Tilausosoite:
eero.lauri@kannatusyhdistys.inet.fi

ROKULI

Olisiko kesäkin Rokulissa olon parasta aikaa? Maja sopii myös ihan vain oleiluunkin, laiturilla on hyvä ottaa aurinkoa ja välillä pulahtaa uimaan. Aktiiveille Rokuan maisemat soveltuvat hienosti vaativiinkin maastopyöräilyrupeamiin tai kävelylenkkeihin hienoissa kangasmaastoissa. Kalastus on mahdollista Syväjärvestä ja lohikalaakin pääsee narraamaan mm. kylpylähotellin lammesta (lupa erikseen). Maja toimii hyvänä tukikohtana näissä harrasteissa. Rokuli-majan sauna on vertaansa vailla, tilaa lauteilta löytyy suuremmallekin porukalle ja löylyt ovat höyryisän pehmeät.

Kesän ajalle on vielä vapaita vuorokausia ja jäsenetuhintakaan koko mökistä (45€/vrk) ei liene liikaa. Kannattaa pitää kiirettä etteivät sopivimmat ajat vilahda sivu suun ja tietysti seurata myös mahdollisia peruutuksia varauskalenterista. Varaaminen tapahtuu kätevästi www.oruk.fi -sivun kautta (Rokuli/varauskalenteri). Avain noudetaan Rokua Health & Spasta. Kylpylä tarjoaa majan käyttäjille myös erilaisia alennuksia. Itse olen käyttänyt kylpylän maastopyörien vuokraamoa ja kylpylän ohjelmatarjontaa.

Spa on vuosihuoltotauolla 30.6 klo 12.00 - 7.7 klo 8.00. Avainpalvelu huoltotauon aikana hoidetaan erillisohjeen mukaan, ohje toimitetaan tuolle ajalle majan varanneille erikseen. Tauon aikana kylpylä ei vuokraa välineitä, kylpylä ja ravintola ovat myös suljettuina.

LOPUKSI

Allekirjoittanut ja hallitus jäävät kesätauolle taas heinäkuun ajaksi. Syyskausi käynnistyy sitten elokuun puolella. Ammuntatapahtumia ja muita tapahtumia on tietysti myös heinäkuunkin aikana, niistä tietoa sivuiltamme. Heinäkuussa ei tätä jäsenkirjettä ilmesty, mutta pienille tiedotteille jätettäköön varauma.

Pohjanpoika ilmestyy 16.6. alkavalla viikolla. Lehteen voi käydä tutustumassa oruk.fi-sivuiltamme, mutta laitan siitä kuitenkin vielä erillisen tiedotteen linkkeineen sähköpostiinne.

Hyvää ja lämmintä kesää!

ORUK

Petteri Närä
puheenjohtaja

Gsm: 0407174487
Email: petteri.nara(ät)oruk.fi