



Rasti-Jussit ry

Kuntorastit 2024

PELASTUSSUUNNITELMA

Kuntorastit 2024 on Rasti-jussien avoin kuntosuunnistustapahtuma. Tapahtumapaikat ja -ajat löytyvät Rasti-Jussien kotisivuilta ja Rastilippu.fi-linkistä. Tapahtumaan osallistuu kaiken ikäisiä harrastajia, keskimäärin 40-80 kävijää/tapahtuma. **Jokainen osallistuu rasteille omalla vastuulla.**

Järjestäjä

Rasti-Jussit ry, yhteyshenkilönä toimii Timo Svahn, 040 584 5567. Jokaisen tapahtuman yhteyshenkilön yhteystieto löytyy tapahtumakalenterista ja kuntorastien kartasta (ratamestari).

Ajo-ohjeet ja pysäköintiohjeet

Jokaisen kuntorastitapahtuman opastus löytyy Kuntosuunnistuksen kalenterista ja Rastilippu.fi-linkistä. Pysäköinnistä on huomioitava hälytysajoneuvojen esteetön kulku.

Kuntorastien riskitekijät

- loukkaantuminen, vakava vamma
- sairaskohtaus
- eksyminen
- tulipalo
- yllättävä sään muutos

Loukkaantuminen, vakava vamma

Kuntorastikärryssä on ensiapulaukku, jossa on apu pienten haavojen ensiapuun, kertakäyttöisiä kylmäpakkauksia nyrjähdysten hoitoon.

Sairaskohtaus

Yhteys aina ensisijaisesti **HÄTÄKESKUKSEEN 112** ja toiminta saatavien ohjeiden mukaisesti. Tapahtuman järjestäjä opastaa hälytysajoneuvoja.

Kuntorastien kartassa on ratamestarin puhelinnumero.

Eksyminen

Mikäli metsästä saapuneiden lukumäärä ei täsmää maastoon lähteneiden määrään, selvitä ensin, kuka on kateissa, millä radalla ja onko eksyminen todellinen vai onko maastosta tulo jäänyt kirjaamatta.

Tapahtuman ratamestari tekee eksymistapauksessa etsintäsuunnitelman yhdessä muiden ryhmän jäsenten kanssa.

Etsintätarpeen ilmettyä ota yhteys **HÄTÄKESKUKSEEN 112** ohjeiden saamiseksi. Kuntorastien ratamestareita kutsutaan apuun ohjekansiossa olevan luettelon mukaisesti. Maastoon hajaannutaan kahden hengen ryhmissä, jolloin toinen voi jäädä loukkaantumistapauksessa etsityn luo ja toinen hakee apua ja ohjaa hälytysajoneuvoa. Maastoon lähtevien varustuksena on matkapuhelin, tapahtumakartta ja ratamestarien puhelinnumerot.

Tulipalo

Yhteys **HÄTÄKESKUKSEEN 112**, toimita ohjeiden mukaisesti. Varaudutaan ohjamaan hälytysajoneuvoja.

Yllättävä sää muutos

Rankkasateella ja ukonilmalla on syytä harkita tapahtuman peruuttamista.