

SK Pohjantähti 4-10/2025

APRIL				MAY				JUNE				JULY				AUGUST				SEPTEMBER				OCTOBER																	
NUORET		HAASTAJA	Miehet	Naiset	NUORET		HAASTAJA	Miehet	Naiset	NUORET		HAASTAJA	Miehet	Naiset	NUORET		HAASTAJA	Miehet	Naiset	NUORET		HAASTAJA	Miehet	Naiset	NUORET		HAASTAJA	Miehet	Naiset												
		Sprintticup							Mila																																
1	T				1	T					1	S			VL3	VL3	1	T					1	P	Oma SuHu-leiri?			1	M			1	K	Taitoharjoitus yöcup?							
2	K	Juoksuharjoitus			2	P					2	M	Leimaus				2	K					2	L				2	T	Juoksuharjoitus			2	T							
3	T				3	L	Lapuan kansalliset				3	T						3	T					3			S	Taitoharjoitus 1:15000 PulkkiLa Janne radat, apuja rastinvientiin			3	P				3	P				
4	P				4	S				4	K						4	P					4	M				4	T				4	L	SM yö						
5	L	Suunnistusvedot 4 x 500-900m Oulunsalo (Jouni)			5	M				5	T					5	L					5	T	Juoksuharjoitus / Kompassi-tapahtuma			5	P					5	S							
6	S				6	T	Juoksuharjoitus			6	P					6	S					6	K	Taitoharjoitus sprinttiviesti?			6	L	SM Pitkä			6	M								
7	M				7	K	Taitoharjoitus Muhosperä (Jouni)			7	L	Näyttö keski + pitkä Suonenjoki ja Varkaus / Pohjantähtirastit				7	M				7	T				7	S				7	T	Juoksuharjoitus								
8	T	Sprintticup			8	T	Taitorata Kiekonmajan Oulurasteilla + omatoimisesti myöhemmin käytettävissä (Sampo)			8	S					8	T					8	P				8	M				8	K	Taitoharjoitus yöcup?							
9	K	Juoksuharjoitus			9	P	SM keski leiri Joensuu / Kompassi-leiripv 10.5 Oulu			9	M					9	K					9	L		SM KO		9	T	Juoksuharjoitus			9	T								
10	T				10	L				10	T	Juoksuharjoitus						10	T					10	S		SM spr.v.		10	K	Taitoharjoitus yöcup + päivä?			10	P						
11	P				11	S				11	K	Taitoharjoitus (Jukolaharjoitus)						11	P					11	M				11	T					11	L					
12	L	Suunnistusvedot 4 x 700-900m Rantakylä (Panu)		VL1	12	M				12	T					12	L					12	T	Juoksuharjoitus Taitoharjoitus NuJu valmistava (Marko)			12	P					12	S							
13	S				13	T	Juoksuharjoitus // Kompassi-tapahtuma			13	P					13	S					13	K				13	L	Kompassi-tapahtuma			13	M								
14	M				14	K	Taitoharjoitus sprintti Kaakkuri (Vili)			14	L	Venla/Jukola (VL4)				14	M					14	T				14	S	Pohjantähtisprintti			14	T	Juoksuharjoitus							
15	T	Sprintticup			15	T	Oulurastit Pikkarala			15	S						15	T					15	P				15	M					15	K	Taitoharjoitus yöcup?					
16	K	Juoksuharjoitus			16	P				16	M					16	K					16	L	NuJu + Inov8			16	T	SM sprintti valmistava			16	T								
17	T	PÄÄSIÄISLEIRI			17	L	Näyttösprintti / Iisu kans.		Iisu keski	17	T	Juoksuharjoitus				17	T	Savo-Karjala-Kainuu Syöte rinteet					17	S				17	K	Yöcup?			17	P							
18	P				18	S	Leiripäivä paluumatkalla / Kelterin v.		Kelterin v.	18	K	Taitoharjoitus Pikkarala?				18	P				18	M				18	T	Juoksuharjoitus			18	T	Oulurastit Mourunki			18	L	SM ep			
19	L				19	M				19	T					19	L				19	T	Juoksuharjoitus			19	P				19	P					19	S			
20	S				20	T	Juoksuharjoitus Taitoharjoitus Kiiminki Pitkäjärvi/Martimojoki (Jouni)			20	P					20	S				20	K	Taitoharjoitus Kiiminki Pitkäjärvi/Martimojoki (Jouni)			20	L				20	L	SM Sprintti + viesti (VL6)			20	M				
21	M		21	K				21	L					21	M					21	T				21	S		21	T	Juoksuharjoitus					21	T					
22	T				22	T	Oulurastit Lummelampi			22	S					22	T					22	P				22	M					22	K							
23	K	Juoksuharjoitus			23	P				23	M					23	K					23	L	Kompassi- viesti		VL5	VL5	23	T	Juoksuharjoitus			23	T							
24	T				24	L	SM Keski			24	T					24	T					24	S	Puhuri-rastit keskimatka Raahe			24	K	Taitoharjoitus yöcup?			24	P								
25	P				25	S				25	K					25	P						25	M				25	T	Oulurastit Lumijoki			25	L							
26	L				26	M			Kompassi-tapahtuma	26	T					26	L						26	T	Juoksuharjoitus			26	P	Kompassi-leiri / Vuokatti (SoJy järjestää) // Syysleiri?			26	S							
27	S		VL2	VL2	27	T	Juoksuharjoitus			27	P					27	S					27	K	Taitoharjoitus Pajukallio Aleksi			27	L				27	M								
28	M				28	K	Taitoharjoitus + 12-vuotiaat (Satu)			28	L					28	M					28	T	Oulurastit Markkuu			28	S				28	T								
29	T	Juoksuharjoitus			29	T			Leiri?	29	S					29	T					29	P				29	M					29	K							
30	K				30	P			Leiri?	30	M					30	K					30	L	KLL			30	T	Juoksuharjoitus			30	T								
					31	L			Leiri?							31	T					31	S									31	P								