



suunnistaja

Pysy kartalla!

Suunnistaja on jokaisen suunnistajan oma lehti. Lehti yhdistää eri ikäiset suunnistajat, joilla on intohimo liikkumiseen kartan kanssa. Lehti tarjoaa asiantuntevaa tietoa harjoittelusta ja varusteista, jotta jokainen lukija saa parhaat eväät suunnistussuoritukseensa. Lehdessä pureudutaan lajin ajankohtaisiin ilmiöihin, esitellään mielenkiintoisia ihmisiä ja viedään lukija mukaan suurimpiin tapahtumiin. Lisäksi lehti antaa käytännön vinkkejä siihen, miten suunnistaja valmistautuu kesän tärkeisiin kilpailuihin, kuten Jukolan ja Venlojen viestiin. Lehdessä on inspiroivia tarinoita sekä karttoja niin Suomesta kuin maailmalta. Lehti tarjoaa sisältöä kaikille lukoille, oli hän sitten aloittelija tai huippu.

Ilmestymis- ja aineistoaikataulu

Nro	Ilmestyy	Aineisto	Teemat
1	18.2.	29.1.	Suunnistajan kevättalven harjoittelu. Suunnistus työyhteisön harrastuksena.
2	8.4.	17.3.	Oikeanlaiset jalkineet maastoon. Talven ulkomaan suunnistustapahtumat.
3	3.6.	13.5.	Näin valmistaudut Jukolan ja Venlojen viestiin – vinkit kuntoilijoille ja huipuille.
4	9.9.	20.8.	Perheet rastiviikoilla, huiput MM-kisoissa. Pohjoismaiden hienoimmat suunnistuskohteet.
5	4.11.	15.10.	Syksyn kotimaiset kisat ja ulkomaan arvokisat. Suunnistajan talviharjoittelu.

Ilmoituskoot

Aukeama 420 x 280 mm	1/1 210 x 280 mm
Takakansi 1/1 210 x 250 mm	1/2 pysty 103 x 280 mm
1/2 vaaka 210 x 140 mm	1/4 pysty 103 x 140 mm
1/8 vaaka 87 x 59 mm	

HUOM! Kaikkiin lisätään 5 mm leikkuuvarat.

Hinnat 1.1.2026

Koko	€
Aukeama	3 000
Takakansi	2 500
1/1 sivu	2 000
2.kansi / 3.kansi	2 200
1/2 sivu	1 300
1/4 sivu	750
1/8 sivu	500

+ Alv. 25,5 %

PDF-aineistojen toimittaminen sähköpostilla
aineistot.juoksija@fokusmedia.fi

Painopaikka: Poligrāfijas grupa Mūkusala
Mūkusalas iela 15a
Rīga, LV-1004
Latvia



suunnistaja

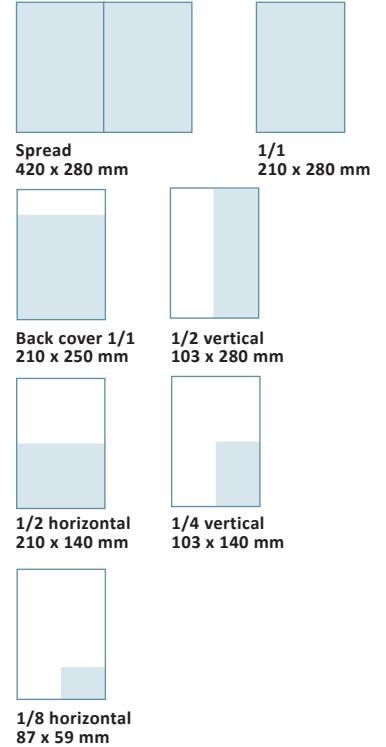
Stay on track!

Suunnistaja is every orienteer's own magazine. It brings together orienteers of all ages who share a passion for moving with a map. The magazine offers expert information on training and equipment, helping each reader prepare for their best orienteering performance. It dives into current topics in the sport, introduces interesting people, and takes readers along to major events. The magazine also provides practical tips on how to prepare for the summer's key competitions, such as Jukola and Venla relays. You'll find inspiring stories and maps from both Finland and abroad. The content is designed for all readers — whether a beginner or an elite athlete.

Schedule

Issue	Pub.date	AD dl	Themes
1	18.2.	29.1.	Orienteer's late winter training. Orienteering as a workplace hobby.
2	8.4.	17.3.	Proper footwear for terrain. Winter orienteering events abroad.
3	3.6.	13.5.	How to prepare for Jukola and Venla relays – tips for fitness enthusiasts and elites.
4	9.9.	20.8.	Families at orienteering weeks, elites at the world championships. The finest orienteering destinations in the Nordics.
5	4.11.	15.10.	Domestic autumn races and international championships. Orienteer's winter training.

Advertising sizes



Please note! 5 mm bleed will be added.

Rates 1.1.2026

Size	FC/€
Spread	3 000
Back cover	2 500
1/1 page	2 000
2.cover / 3.cover	2 200
1/2 page	1 300
1/4 page	750
1/8 page	500

+ VAT 25,5 %

Please send PDF-materials to
aineistot.juoksija@fokusmedia.fi

Printhouse: Poligrāfijas grupa Mūkusalā
Mūkusalas iela 15a
Rīga, LV-1004
Latvia