



KILPAILUOHJEET

Paikka Joutsenon Myllymäen laskettelukeskus

Aika 22.4.2017 klo 13

Järjestäjä Joutsenon Kullervo

Kilpailukeskus:

Kilpailukeskus sijaitsee Myllymäen laskettelukeskuksessa, jossa on lähtö, maali, pukeutumistilat ja kahvio.

Pysäköinti:

Pysäköintipaikat sijaitsevat aivan kilpailukeskuksen välittömässä läheisyydessä. Ei pysäköintimaksua.

Sarjat ja matkat:

Pitkä matka: 17 km, sarjat M, N, M50 ja N50

Lyhyt matka 8,5 km, sarjat M, N, M16 ja N16

Ilmoittautuminen

Info piste sijaitsee huoltorakennuksessa kahviossa. Ota oma numerosi kansioista, ilmoittaudu infoon ja numeroasi vastaan saat paidan. Samoin selviää onko sinulla osanottomaksu hoidettu. Reittikartan saat myös infosta.

Reitti:

Reitti kulkee Myllymäen laskettelukeskuksesta pohjoiseen ensin latupohjia pitkin Kiukkaanlammen maastoon, jossa reitti etenee eriasteisia polkuja pitkin upeassa harjumaastossa. Yhden kierroksen matka on 8.5 km

Reitti on merkitty koko matkalta nauhoilla ja risteyksissä yhtenäisellä nauhalla. Kilpailija saa reittikartan kisapaikalla. kts alustava reittikartta

Pukeutuminen ja pesu

Laskettelukeskuksen tiloissa on pienet pukukopit naisille ja miehille on varattu maalikopin toinen kerros pukeutumista varten.

Pesumahdollisuus on Joutsenon urheilukeskuksessa, matkaa kilpailukeskuksesta on 6 km

Huolto

Reitin varrella on huoltopiste 3 km ja 5,4 km kohdalla, jonka kautta reitti kulkee 2 kertaa.

Huoltopisteellä on tarjolla vettä ja urheilujuomaa (squeezy), lisäksi 17 km juoksijoilla on toiselle kierrokselle lähtiessä juomapiste maalialueella, johon voi jättää myös omat juomat.

Maalissa kilpailija urheilujuomaa sekä urheilujuoman ja energiapatukan.

Lapsenhoito ”Muksula”

Kilpailukeskuksessa on ”Muksula”, johon voit tuoda lapsesi ennakoilmoituksen mukaan oman suorituksesi ajaksi. Infosta löytyy hoitaja.

Palkinnot

Palkintojen jako tapahtuu heti maaliin tulon jälkeen, seuratkaa kuulutusta

Miehet 17 km:	3
Naiset 17 km	2
Miehet 50 17 km	1
Naiset 50 17 km	1
Miehet 8,5 km	3
Naiset 8,5 km	3
Pojat 8,5 km	1
Tytöt 8,5 km	1
M kuntosarja	voittaja, 2 arvontapalkintoa
N kuntosarja	voittaja, 2 arvontapalkintoa

Vakuutus:

Osallistujia ei ole vakuutettu järjestäjien toimesta. Jokainen osallistuu tapahtumaan omalla vastuullaan.