

# Kilpailuohjeet

## 25manna 11.lokakuuta 2008

### Lähempiä tietoja

Kotisivu: [www.25manna.nu](http://www.25manna.nu)

e-post: [info@25manna.nu](mailto:info@25manna.nu)

Kilpailupaikalla: Info-teltta

### Kokoontuminen ja pysäköinti

Danderyd/Sollentuna Rösjön eteläpuolella, noin 10km Tukholmasta pohjoiseen

### Henkilöautopysäköinti

Opastus valtatieltä E18 liittymän 180 kohdalla Danderydin kirkon luona. Pysäköintialue kohta liittymän jälkeen. Linja-autokuljetus (n.10 min.) paikoitusalueelta 400 metrin päähän kilpailukeskuksesta.

Ensimmäinen kuljetus kl.6.45. Lähdöt joka 3. minuutti välillä 7.00-10.00, sitten vähän harvemmin. Viimeinen kuljetus takaisin kilpailupaikalta kl. 18.05.

### Linja-autopysäköinti

Linja-autojen purku ja lastaus Rösjöbadetissa n.1000m kilpailukeskuksesta.

### Asuntovaununpaikointi

Varaukset Rösjö Camping puh. 08 96 21 84, n.1000m kilpailukeskuksesta.

### Paikalliset kulkuneuvot

([www.sl.se](http://www.sl.se)). Lähijunalla Tukholman keskusasemalta Sollentunaan (kohti Märstaa). Sollentunasta linja-autolla 607(Danderyd sjukhus) n. 20 minuutin matka pysäkillle Kärrdalssakolan. *Vaihtoehtoisesti* maanalaisella keskusasemalta Danderyd sjukhus -asemalle, josta linja-autolla 607 (Karolinska sjukhuset) n.12 minuutin matka pysäkillle Kärrdalsskolan. Tästä opastettua n.600m kilpailukeskukseen.

### Jälki-ilmoittautuminen

Viimeistään maanantaina **29.syyskuuta 2008** korotetuvin hinnoin.

### Maksut

Seuran kaikki maksut on suoritettava ennenkuin seuran joukkueille annetaan lähtölupa.

### Maksujen suoritus

Maksut: Kaikki maksut suoritetaan viimeistään **30. syyskuuta 2008**. Kirjoita maksusuoritukseen tiedoksi "seuran nimi, maksun nimi"

Ruotsista: Bankgiro 227-7283 tai Plusgiro 37 76 45-7 ( Järfälla OK).

Muista maista: IBAN: SE85 5000 0000 0539 2101 7270  
SWIFTCOD/BIC: ESSESESS

## Joukkuemateriaali

Kun seuran kaikki maksut on suoritettu saa jokainen joukkue pussin, josta löytyy numerolaput, kilpailuohjelmat ym. Pussit ovat noudettavissa Info-teltasta klo.07.00 lähtien kilpailupäivänä.

**Huom! Hakaneuloja ei toimiteta numerolappujen mukana.**

## Sportident-leimasimien vuokraus

Leimasimet noudetaan joukkueittain Info-teltasta. Leimasimet palautetaan joukkueittain karttoja noudettaessa yhteislähdön jälkeen. Puuttuvasta leimasimesta veloitetaan 300SEK (600SEK nopea leimasin).

## Joukkueiden juoksujärjestys

Joukkueiden juoksujärjestys rekisteröidään kotisivulla [www.25manna.nu](http://www.25manna.nu) 6.lokakuuta 23.00 saakka. Muutokset tämän jälkeen tehdään joukkuepussissa olevalle muutoslomakkeella. Muutokset toimitetaan Info-telttaan viimeistään klo 08.45 kilpailupäivänä. Kilpailun aikana tehdään mahdollisia nimenmuutoksia niiden joukkueiden kohdalla joita selostaja erityisesti seuraa. Kilpailun jälkeen on mahdollista vielä korjata kokoonpanoa kotisivulla 15.lokakuuta asti. Tämä, jotta tuloluettelosta tulisi mahdollisimman paikkaansapitävä.

## Jalkineet ja vaatetus

Piikkarit ovat kiellettyjä. Nastareita saa käyttää. Asun on oltava peittävä SOFT:in sääntöjen mukaisesti. Asun tarkastus tapahtuu sisäänmenoportilla, joten suoritathan mahdolliset korjaukset sitä ennen.

## Numerolaput

Numero on oltava näkyvästi rinnassa eikä sitä saa taittaa. **HUOM! Omat hakaneulat.**

## Lähtö ja maaliintulo

Yhteislähtö ensimmäiselle osuudelle klo 09.00. Juoksijat lähtökarsinaan viimeistään 08.50. Arvioitu maaliintulo voittajajoukkueelle 13.42.

## Kilpailumuoto

Osuus 1 yhteislähtö. Osuuksilla 1 ja 2 yksi juoksija per joukkue ja osuus. Osuuksilla 3-7 neljä juoksijaa per joukkue ja osuus. Osuuksilla 23-25 yksi juoksija per joukkue ja osuus. Viestinviejä osuudelle 23 saa lähtöluvan vasta kun kaikki juoksijat osuudelta 7 ovat saapuneet vaihtoon. (Lue lisää kohdasta **"Vaihto"**).

## Joukkueen kokoonpano

Joukkueessa saa juosta enintään 9 sarjan H21-39 suunnistajaa ja joukkueessa on oltava vähintään 7 naista. Naisista on vähintään yksi oltava sarjoista D-14/D45- ja vähintään yksi sarjoista D-18/D35-. Tämän lisäksi joukkueessa on oltava vähintään yksi sarjasta HD-16 tai nuorempi.

Etukäteen ilmoitetut varakilpailijat voidaan vapaasti valita kilpailun kuluessa, kunhan joukkuekokoonpanon vaatimukset täytetään.

Yhdistelmäjoukkueet (enintään 3 eri seuraa) SOFT:in kilpailusääntöjen mukaisesti.

Vaihto	Osuus	Vaikeusaste	Osanotto-oikeus	Ratapituus	Arvioitu juoksu-aika
09:00	1	Sininen	Kaikki	7,1-7,2 km	00:34
09:34	2	Sininen	Kaikki	7,0-7,2 km	00:33
10:07	3	Punainen	Naiset	4,1-4,2 km	00:27
10:34	4	Valkoinen	Ei D19-39, Ei H15-54	3,0-3,2 km	00:18
10:52	5	Sininen	Kaikki	6,0-6,1 km	00:30
11:22	6	Punainen	Ei H17-39	4,7-4,9 km	00:26
11:48	7	Punainen	Kaikki	5,1-5,2 km	00:26
12:14	23	Oranssi	Ei D19-34, Ei H15-49	3,7 km	00:20
12:34	24	Sininen	Naiset	4,7 km	00:27
13:01	25	Sininen	Kaikki	8,6 km	00:41
	25 yhteislähtö	Sininen	Kaikki	6,1 km	00:31

Yllämainitut ratapituudet sisältävät n.500m viitoitusta. Yhteislähdön 25 osuus on lyhennetty 6,1 km:iin.

Osuuksilla 1 ja 2 keskinäinen hajonta. Osuuksilla 3-7 sisäinen osuuskohtainen hajonta. Osuuksilla 23-25 ei ole hajontaa.

## Kartta

Kartan mittakaava on 1:10000, käyräväli 4m ja se on painettu 2008.



Kartalla keltaisella merkitty iso polku voi olla myös lenkkipolku, pienehkö kävely- tai ajotie. HUOM! Merkintä ei siis koske vain valaistua rataa.

Selvyden vuoksi kartasta on jätetty pois rastitunnukset.

OCAD 8.0 standardin mukaiset rastinmääritteet ovat painettuna kartan etupuolella.

## Kielletyt alueet

Kunnioita kiellettyjä alueita. Kartalla nämä ovat merkitty violetilla vinoraidoilla.

Luonnossa kielletyt alueet voivat olla merkitsemättömiä tai rajattuna sinikeltaisella nauhalla tai riippuvilla nauhoilla. Keltaisella merkityt polut ovat joka tapauksessa sallittuja, myös kiellettyjen alueiden yhteydessä, vaikka vaikutelma olisikin toinen.

Jotkin radat tulevat kulkemaan asutusalueilla. Nämä tiet ovat sallittuja, mutta etene varovasti ottaen asukkaat huomioon. Kartassa kielletyt tiet ovat merkitty violeteilla risteillä.

Huomioi, että kaikki tonttialueet ovat kiellettyjä alueita. On kilpailusääntöjen vastaista oikaista tonttien yli. Kaikki tonteille tapahtuneet harhailut tulee ilmoittaa kilpailun johdolle, jotta 25manna voi sopia tontinomistajien kanssa.

### **Maastokuvaus**

Maasto on Tuholman lähiöille tyypillistä hyvinhoidettua vapaa-ajanliikunnalle tarkoitettua metsäaluetta. Tiheä polkuverkosto koostuu sekä pururadoista että helppokulkuisista luontopoluista. Polkujen välimaasto muodostuu tyypillisistä, melko jyrkkärinteisistä harvaan havupuiden peittämistä mäkipallioista sekä joistakin avokallioista. Maasto on pienipiirteistä. Avoimet metsäalueet vaihtelevat mäkien välisten tiheämpikasvuisten kosteikkojen ja vanhan kuusimetsän kanssa. Todella vaikeakulkuista maastoa ei esiinny.

### **Leimausjärjestelmä - Sportident**

Etukäteen ilmoitetut Sportident-leimasimet ovat joukkuekohtaisia ja niitä voidaan käyttää joukkueen sisällä millä osuudella tahansa.

**HUOM! Leimasinta voi käyttää vain kerran kilpailupäivänä.**

**Huomioi erikoisesti, että vaihto tapahtuu osuuksilla 1, 2, 23 sekä 25. Kaikilla on vaihtoleimaus.**

Lähtö-/vaihtokarsinan sisäänmenon kohdalla tyhjennetään leimasin. Nollaus tarkistetaan erikseen. Jokaisella rastilla on vähintään kaksi leimausyksikköä.

### **Hyväksytty leimaus**

Leimaus on hyväksytty kun yksikkö reagoi punaisella valomerkillä sekä äänimerkillä. Juoksija vastaa itse leimauksen rekisteröinnistä. Mikäli leimausyksikkö ei toimi on juoksijan leimattava rastilla vieressä olevaan toiseen leimausyksikköön. Puuttuva leima johtaa hylkäämiseen, vaikka juoksija todistetusti olisi käynyt rastilla. Mahdolliset viat tulee ilmoittaa maaliin tulon jälkeen.

**Toimi rauhallisesti ja huolellisesti jokaisella rastilla. Kokemus on osoittanut että on helppo tulkita toisen juoksijan leimaus omana ja seurauksena on puuttuva leima sekä hylkäys.**

### **Lähtöleimaus**

Kaikkien, paitsi ensimmäisen lähdön juoksijan ja yhteislähdön juoksijoiden, on leimattava K-pisteessä. K-pisteessä ei ole koodinumeroa.

### **Vaihto**

Sillan jälkeisellä loppuviitoituksella juoksijat valitsevat osuuden ja numeromainoksen mukaisen karsinan. Vaihtoleimaus tapahtuu maaliviivalla kaikilla osuuksilla paitsi osuudella 25. Leimauksen jälkeen kartta laitetaan jätesäkkiin. Vaihto tapahtuu ojentamalla päällimmäinen joukkueen numerolla merkitty kartta vaihtopuomilla seuraavalle juoksijalle. **Toisen osuuden** juoksija ottaa telineestä neljä karttaa ja jakaa ne kolmannen osuuden juoksijoille. Tämä jako voidaan suorittaa myös tungoksen ehkäisemiseksi kolmannen osuuden juoksijoiden välillä matkalla K-pisteeseen.

Ole tarkkana jatkossa! Huomioi, että esimerkiksi neljänneltä osuudelta saattaa tulla juoksija vaihtoon ennen kuin kaikki kolmannen osuuden juoksijat ovat vaihtaneet. Neljännen osuuden juoksija ottaa tässä tapauksessa viidennen osuuden kartan eikä päällimmäistä, joka on siis kolmannen osuuden kartta.

**Seitsemännen osuuden** juoksijoista kolme ensimmäistä ottaa päällimmäisen kartan ja

luovuttaa sen 23:n osuuden juoksijalle. Nämä kartat ovat erivärisiä niin sanottuja ”tyhjiä karttoja”. Viimeisenä vaihtava juoksija luovuttaa varsinaisen kartan 23:n osuuden juoksijalle, joka sitten luovuttaa värilliset ”tyhjät kartat” toimitsijalle matkalla K-pisteeseen. Vaihto suljetaan klo 15.15.

#### **Tärkeää:**

- **Muista tyhjentää ja tarkistaa Sportident-leimasin lähtö- ja vaihtokarsinassa.**
- **Tule ajoissa!**
- **Muista lähtö-, vaihto- ja maalileimaus**
- **Ota oikea kartta ja tarkista, että luovutat oikean kartan.**

**Vaihtokarsina on kielletty alue muille kuin kilpailijoille sekä joukkueenjohtajille, joilla on näkyvä pääsykortti alueelle.**

#### **Maaliintulo osuudelta 25**

Maalileimaus tapahtuu maaliviivan ylittämisen jälkeen. Joukkueen sijoituksen ratkaisee maaliviivan ylitys ja maalileimaus suoritetaan sijoituksen perusteella. Maalituomari ratkaisee epäselvät tapaukset. Joukkueet joiden sijoitus on yli 25 leimaavat maaliviivalla.

#### **Leimasimen luku**

Leimasin luetaan mahdollisimman pian vaihdon ja maaliintulon jälkeen. Tulosten saaminen tulostaululle mahdollisimman nopeasti on tärkeää!

#### **Väärä leimaus / Punainen ulosmeno / Hylkääminen**

Mikäli leimauksissa on epäselvyyksiä ohjataan juoksija ”Punaiselle ulosmenolle” mistä hän saa tiedon epäselvyyden syystä. Jos juoksija on leimannut väärin, rikkonut kilpailusääntöjä tai tässä annettuja kilpailuohjeita, joukkue hylätään. Joukkueen hylkäyksestä annetaan juoksijalle tiedote jossa ilmoitetaan hylkäyksen syy.

Kirjallinen valitus on jätettävä valitusmuurille joukkuejohtajan, jolla on asianmukainen joukkuejohtajakortti, toimesta 30 minuutin sisällä.

Väärin leimannut joukkue saa jatkaa kilpailua, mikäli se on vähintään 30 min kärjestä. Muussa tapauksessa joukkue pidätetään vaihdossa kunnes 30 minuuttia on kulunut kärjen vaihdosta. Pidättäminen suoritetaan kun valitusiaika on kulunut umpeen ja mahdollinen protesti on hylätty.

#### **Väärä kartta**

Joukkue joka ottaa toisen joukkueen kartan hylätään. Kärsinyt joukkue saa uuden kartan toimitsijalta vaihtopuomin päässä. Aikahyvitystä ei kuitenkaan anneta. Tarkista aina, että kartan joukkuenumero ja osuus on oikea! Oikeasta vaihdosta vastaa kukin juoksija itse.

#### **Kielletyt alueet**

Tontti- ja metsäalue heti maalin pohjoispuolella on kiellettyä aluetta. Alue on rajattu sinikeltaisella nauhalla. Sekä kilpailijoiden että yleisön tulee noudattaa liikkumiskieltoa tällä alueella. Kilpailumaastossa kielletyt alueet on merkitty sinikeltaisella nauhalla, mikäli ne osuvat rastiväleille.

Maastossa liikkuu tarkkailijoita. Liikkuminen kielletyillä alueilla merkitsee aina hylkäämistä.

#### **Yhteislähtö**

**Vaihto suljetaan klo 15.15.** Niille juoksijoille, jotka eivät vielä ole lähteneet, järjestetään **yhteislähtö klo 15.30.** Yhteislähtöön saavat osallistua myös juoksijat joiden joukkue on keskeyttänyt tai tullut hylätyksi. Ruuhkan välttämiseksi juoksijoita kehoitetaan tyhjentämään ja tarkistamaan Sportident-leimasimensa hyvissä ajoin ennen yhteislähtöä. Noudata lähtötoimitsijan ohjeita.

**Osuuden 25 yhteislähtö tapahtuu lähtöviitoituksen varrelta. Muu yhteislähtö tapahtuu vaihtopuomilta.**

### **Maalin sulkeminen**

Kaikki kilpailijat on oltava maalissa viimeistään klo 17.30, jolloin maali suljetaan.

### **Kilpailusäännöt**

Kilpailussa noudatetaan SOFT:in (Ruotsin suunnistusliiton) sääntöjä.

### **Suihkut ja käymälät**

Lämmin ulkosuihku kaakkoon kilpailukeskuksesta. Suihkussa saa ainoastaan käyttää esillä olevaa suihkushampoota. Käymälät sijaitsevat länteen kilpailukeskuksesta sillan läheisyydessä, sekä vaihto- ja suihkualueella.

### **Lääkintähuolto**

Lääkäri ja sairausvoimistelija tarvittaessa heti maalin takana.

### **Riistahavainnot**

Riistahavainnot ilmoitetaan Riistaraporttiin maaliintulon jälkeen.

### **Yleisörastit**

Osuuksilla 1, 2, 23 ja 25 heti itäpuolella maalia.

### **Tulospalvelu**

Kilpailun kuluessa ilmoitetaan alustavat tulokset. Lopulliset tulokset kotisivuilla [www.25manna.nu](http://www.25manna.nu). Oikea joukkuekokoonpano riippuu seuran omasta ilmoituksesta. (Katso Joukkuekokoonpano).

### **Karttojen luovutus / Vuokraleimasimien palautus Info-telttaan**

Yhteislähdön jälkeen joukkueelle luovutetaan joukkuepussissa olevaa karttakuitteja vastaan uudet kartat. Vuokraleimasimien palautus (25 leimasimen pussissa) tapahtuu joukkueittain ja kuitataan toimitsijan toimesta karttojen luovutuksen yhteydessä. Muista myös yhteislähtöön osallistuvat!

### **Palkintojen jako**

Palkintojen jako alkaa klo 15.35

- Voitajalle kiertopalkinto
- Joukkueille 1-3 Joukkueplaketti, kunniapalkinto ja 25mannaplaketti jokaiselle jäsenelle
- Joukkueille 4-10 Joukkueplaketti ja 25manna plaketti jokaiselle osanottajalle
- Joukkueille 11-25 Joukkueplaketti
- Paras Kakkosjoukkue Joukkueplaketti
- Paras Kolmosjoukkue Joukkueplaketti

## Joukkuejohtajakortti

Joukkuepussissa on yksi kortti per joukkue. Korttia näytetään kun asioidaan valitusmuurilla ja kun mennään vaihtokarsinaan.

## Seurateltat

Seurateltan saa pystyttää ainoastaan osoitetulle etukäteen varatulle paikalle. Alueesta on Info -teltan luona kartta, mistä ilmenee seuran paikat. Kartta löytyy myös seurapussista. Telttakeppien lyömiseen tarvitaan työkaluja!

## Kuntoradat

Ilmoittautuminen kuntoradoille tapahtuu kilpailukeskuksen pohjoisosassa klo 08.30-13.00. Lähdöt 9.00-13.30. Maksut ovat 50 SEK alle 16-vuotiailta ja muille 80 SEK. Sportident-leimasimen vuokra on 25 SEK.

Radat:

Kunto 1 Valkoinen-Helppo 1770m

Kunto 4 Oranssi-Keskivaikea 2980m

Kunto 5 Punainen-Keskivaikea 4410m

Kunto 7 Sininen-Vaikea 3010m

Kunto 8 Sininen-Vaikea 4920m

## Nappularata

Rastiralli kaakkoon kilpailukeskuksesta. Lähdöt 09.00-13.00. Maksu 10 SEK

## Kilpailukeskuksen palvelut

Hyvin varustettu ruokala ja grilli. Intersport -urheilumyymälä.

Lajittlethan jätteesi. Kompostoitava, palavat ja palautustölkit lajitellaan. Jatkosta huolehtii SITA.

## Tuomarit

Sören Jonsson, Nydalen (Norja)

Magnus Södervall, Länsi Götanmaa

Ulla Lindell, Södermanland

## Päätomitsijat

Kilpailunjohtaja	Hans Edvall, Järfälla OK
Varajohtajat	Per-Åke Carlenstam ja Wincent Karlsson, Väsby OK
Ratamestarit	Anders Enström ja Kristofer Thorslund, Väsby OK
Palvelut	Maria Cole, Väsby OK
Tomistopäällikkö	Göran Stråt, Järfälla OK
Lehdistö/VIP	Sven-Inge Nylund, Järfälla OK
Kilpailunvalvoja	Bengt Johansson, StOF
Ratavalvoja	Lars Roos, Turebergs IF

## Lopuksi

**Järfälla OK, Väsby OK ja Enebybergs IF toivottavat kaikki sydämmellisesti tervetulleiksi 25mannaan 2008. Toivottasti saatte hienoja ja unohtumattomia elämyksiä 25manna metsässä.**