



Iisalmen Visa ry

SM-MAASTODUATHLON JA KUNTOSARJOJEN KILPAILUOHJEET

20.9.2015

LUE ENNEN SAAPUMISTASI KILPAILUPAIKALLE!

Aika 26.9.2015 klo 12.00 alkaen
Paikka Paloisvuori, Iisalmi, Uotilanniementie 33

Klo 12.00 SM-lähtö, yhteislähtö

Matka Juoksu 7,8 km - Pyörä 15 km - Juoksu 5,2 km
Sarjat MYL (miehet yleinen), NYL (naiset yleinen), M/N 18-19, M/N20-24, M/N 25-29, M/N30-34, M/N35-39, M/N40-44, M45-49, M50-54
Juoksureitti Polkuja ja kovaa latupohjaa noin 50/50%
Maastopyöräreitti Korkeuseroja, poluilla on kiviä, juuria, normaalia savolaista metsää, osaksi leveämpää latupohjaa, josta löytyy hyvät ohituspaikat

Klo 14.00 SM-lähtö N45-49, N50-54, M/N 55-59, M/N60-64, M/N65-69 ja kuntosarjat

Matka Juoksu 5,2 km - Pyörä 10,8 km - Juoksu 4,0 km
Juoksureitti Polkuja ja kovaa latupohjaa noin 50/50%
Maastopyöräreitti Alustaltaan helppoa latupohjaa, sisältäen kaksi lyhyttä helppoa polkua, haastetta tulee korkeuseroista.

Klo 14.00 SM-lähtö M/N 17-16, 15-14 ja 13-12

Matka Juoksu 2,6 km - Pyörä 5,4 km - Juoksu 2,0 km
Juoksureitti Polkuja ja kovaa latupohjaa noin 50/50%
Pyöräreitti Alustaltaan helppoa latupohjaa, sisältäen kaksi lyhyttä helppoa polkua, haastetta tulee korkeuseroista.

Lisenssi Triathlonliiton lisenssiä ei vaadita. Riittää, kun olet jonkin urheiluseuran jäsen.

Vakuutus Kilpailija/osallistuja vastaa itse voimassa olevasta tapaturmavakuutuksesta, joka on voimassa kilpailun aikana. Ilmoittautumalla Suomen triathlonliiton alaiseen viralliseen kilpailuun kilpailija sitoutuu myös vastaamaan kilpailutilanteen aikana voimassa olevalla tapaturmavakuutuksellaan henkilökohtaisesti mahdollisista vahingoista.

ILMOITTAUTUMINEN SM-lähtöihin ilmoittautuminen on tehtävä su 20.9. klo 23.59 mennessä. Tämän jälkeen tulevat ilmoittautumiset otetaan vain kuntosarjaan.

Ilmoittautuminen ja maksu ilmoittautumisen yhteydessä:

<https://fi.mynextrun.com/sm-maastoduathlon>

OSANOTTOMAKSUT
SM-LÄHDÖT

30 € viimeistään 20.9. mennessä, 12-17 -vuotiaiden hinta 20 €.

KUNTOSARJA	30€ viimeistään 24.9. mennessä/ https://fi.mynextrun.com/sm-maastoduathlon 40 € kilpailukansliassa viimeistään klo 9.30 – 11.00, maksu käteisellä tai Smartumin seteleillä.
PERUUTUSEHTO SM-kilpailun lähdöt	Järjestäjä palauttaa osanottomaksusta 50 %:a, mikäli osanoton peruutus tapahtuu viimeistään 10 vrk ennen kilpailua tai kilpailija esittää lääkärintodistuksen sairaudestaan viimeistään ennen kilpailun starttia.
Kuntosarja	Osallistuminen on mahdollista siirtää toiselle henkilölle kilpailupäivänä maksamalla käsittelymaksun 5 euroa. Peruutus on mahdollista esittämällä lääkärintodistus sairaudestaan viimeistään ennen kilpailun starttia. Osanottomaksusta palautetaan tällöin 50 %.
Osanottomaksu sisältää kilpailuun osallistumisen, juomahuollon kilpailun aikana, pyöränpesumahdollisuuden kisa-alueella, huollon maalissa, peseytymismahdollisuuden Sankariniemen urheilukentän pukutiloissa (osoite Asevelikatu 2).	
Kilpailukanslia	Sijaitsee Paloisvuoren kahviorakennuksessa, avoinna kilpailupäivänä klo 9.30 – 17.
Osanoton varmistus	<u><i>Kilpailijan tulee suorittaa osanoton varmistus noutamalla numero viimeistään tuntia ennen kilpailun alkua.</i></u>
Vaihtoalue	Vaihtoalueella on jokaiselle kilpailijalle numeroitu paikka pyörätelineeltä, jonka yhteydessä myös muut lajeissa olevat varusteet tulee säilyttää. Vaihtoalueelle tullessa on pyörän ja kypärän katsastus. Pääsy vaihtoalueelle vain kilpailijoilla, joilla on numero! Vaihtoalue on avoinna klo 12 lähdölle klo 11-> Klo 14 lähdölle klo 13-> Korjaus- ja huoltotöitä ei saa suorittaa vaihtoalueella, vaan kilpailunjärjestäjän erikseen määrittelemällä huoltoalueella. Kilpailijan rikkoutunut rengas saadaan vaihtaa avustajan toimesta, mikäli kilpailija on saanut siihen vaihtoalueen päällikön luvan. Kilpailun jälkeen saat noutaa tavarasi vaihtoalueelta kilpailunumeroa vastaan. Jätä numero toimitsijalle.
Numerot	Numero tulee olla kilpailijan yllä koko kilpailun ajan.
Lämmittely	Kilpailureittiin tutustuminen päättyy klo 11.30. Myös klo 14 lähdön kilpailijoiden on huomioitava tämä, koska pyöräreitit risteävät maastossa useaan kertaan! Lämmittelyä voi tehdä muilla ulkoilureiteillä Sankariniemen/kaupungin suuntaan sekä läheisellä jalkapallokentällä.
Kilpailuinfo	Kaikille osallistujille pakollinen klo 11.30 ja klo 13.30 vaihtoalueen vieressä.
Kilpailusuoritus	Kilpailija tekee kilpailusuorituksensa täysin yksin ja omalla vastuullaan järjestäjän osoittamaa reittiä sekä annettuja ohjeita ja sääntöjä noudattaen.

Kilpailija on velvollinen tutustumaan kilpailureittiin ennen kilpailua. Avustajat eivät saa seurata millään kulkuneuvolla tai juosten kilpailijaa. Kilpailija ei saa ottaa vastaan mitään apua kilpailusuorituksen aikana, paitsi juomaa ja ruokaa järjestäjän osoittamilla huoltoalueilla. Oman juomapullon jättäminen huoltoalueelle. Avustaja saa kuitenkin antaa neuvoja reitin ulkopuolelta. Kilpailija ei saa estää eikä vaikeuttaa toisen kilpailijan suoritusta. Keskeyttämisen tai hylkäyksen jälkeen kilpailunumero on poistettava ja kilpailijan on poistuttava kilpailureitiltä. Keskeytyksestä on ilmoitettava ajanottoon maalialueella.

Mikäli keskeytät kilpailun, ilmoita keskeytyksestä maalialueen toimitsijoille välittömästi. Roskaaminen maastossa on ehdottomasti kielletty!

Lähtö	Yhteislähdöt klo 12 ja klo 14. Kuntosarjalaiset ryhmittyvät lähdössä SM-sarjalaisten taakse klo 14 lähtöön.
Juoksuosuus	Saa käyttää nastallisia kenkiä. Pohja kovaa latupohjaa, polkua. SM-lähtö klo 12, 3 kierrosta=7,8 km 1. juoksuosuudella ja 2 kierrosta=5,2 km 2. juoksuosuudella SM-lähtö klo 14.00 N45-> ja M55->, ja kuntosarjat: 2 kierrosta 2,6km:n juoksureittiä ja 2 kierrosta 2km:n juoksureittiä. SM-lähtö klo 14, alle 18v. Yksi kierros 2,6 km ja yksi kierros 2 km 2. juoksuosuudella. Vaihtoon tullaan maalin vasenta reunaa, jossa otetaan väliaika. Toiselle Juoksuosuudelle tulee kulkea vaihtoalueen portista, jossa otetaan 2. väliaika.
Pyöräily	Kypärä tulee olla päässä ja kiinni vaihtoalueelta poistuttaessa. Pyörää ei saa vaihtaa kilpailun aikana. Pyörän katsastus tapahtuu vaihtoalueelle tullessa ennen kilpailun lähtöä. Pyörässä tulee olla toimivat jarrut. Kypärän tulee olla CE-hyväksytty ja ehjä. Renkaan leveys tulee olla vähintään 40 mm. Koko 26"/27,5"/29" (junioreilla myös pienemmät sallitaan). Peesivapaa. Vaihtoalueella ei saa ajaa. Vaihtoalueen ulkopuolelle on merkitty jalkautumispaikka ja pyörälle nousupaikka. SM-lähdön klo 12 reitillä on kiviä, juuria, korkeuseroja, pitkospuut, korkeuseroja. Reitti kierretään kolme kertaa. Vaativimmat paikat on merkitty varoituksin. Klo 14-lähdön reitti on alustaltaan helppo, mutta korkeuseroja löytyy. Reitillä on vauhdikas lasku. Reitti kierretään yhden kerran alle 18 v. Sarjassa ja kaksi kertaa muissa sarjoissa.
Huolto	Huollon palveluita on mahdollista käyttää joka kierroksen jälkeen. Vettä, urheilujuomaa, merisuolaa. Huoltoalue vaihtoalueen läheisyydessä, josta löytyy pumppu ja työkaluja. Maalissa: Vettä, Teho-urheilujuomaa, banaania, leipää, suolakurkkuja, merisuolaa, Teho-palautusjuomaa.
Turvallisuus	Kilpailijalla on velvollisuus auttaa mahdollisesti loukkaantunutta. Tapahtumajärjestäjällä on maastossa ensiaputaitoisia toimitsijoita avustamassa mahdollisessa hätätilanteessa. Ensiapu/lääkäri päivystää kisakeskuksessa. Lääkintäjohtaja vastaa ensiavun toiminnasta.

Palkinnot	<p>SM-lähdöissä SM-mitalit.</p> <p>Kuntosarjoissa kolme parasta palkitaan pokaalein.</p> <p>Arvontapalkinnot:</p> <p>Kilpailuun osallistuvien kesken arvotaan tavarapalkintoja mm.</p> <p>Genelec G One kaiutinpari (arvo 500€), 2 kpl MET Stradivarius pyöräilykypärä (á160€).</p> <p>Täydellinen palkintoluettelo on nähtävillä kisapäivän aamuna ilmoitustaululla. Tarkista maaliintulosi jälkeen listalta, oletko voittanut palkintoa! Arvokkaimmat palkinnot jaetaan palkinnonjakojen yhteydessä voittajille.</p>
Palkintojen jako	Aikataulusta ilmoitetaan kuulutuksin kilpailijoiden maaliintulon jälkeen.
Tulokset	<p>Kilpailutulos on aika ensimmäisen osan lähdöstä viimeisen osan loppuun saakka. Väliajat otetaan ensimmäisen osan loppuessa ja viimeisen osan alkaessa.</p> <p>Tuloksia koskevat huomautukset tulee tehdä kilpailun järjestäjälle kolmen (3) vuorokauden kuluessa kilpailun päättymisestä. Mikäli järjestäjän ratkaisu ei tyydytä kilpailijaa, asiasta voi tehdä kirjallisen vastalauseen liiton hallitukselle vastalausemenettelyn mukaisesti. Järjestäjä/liitto julkistaa viralliset tulokset Internetissä.</p>
Pukuhuoneet ja WC:t	Vaihtoalueen takana olevassa rakennuksessa pukutilat naisille ja miehille. Naisten pukutilassa on myös WC. Kahviossa WC-tilat, suihkutilan yhteydessä yksi WC, sekä stadionalueella oleva puucee on käytössä myös kilpailusuorituksen aikana.
Suihkutilat	Yksi suihku on käytössä kilpailukeskuksessa, kahviorakennuksen takaovi. Lisää suihkutiloja Sankariniemen urheilukentällä, Asevelikatu 2, matkaa kisakeskuksesta noin 3 km.
Kahvio	Kahvio palvelee koko päivän ajan. Palvelun järjestää Iisalmen Visan lentopallojaosto.
Löytötavarat	Toimitetaan kilpailun aikana kahvioon/kisakansliaan, josta niitä voi tiedustella. Tai tapahtuman jälkeen sähköpostilla kisatoimisto@iisalmenvisa.com
Tärkeät numerot	
Kilpailukanslia	pe - la puh. 046 843 3256
Kilpailunjohtaja	Marika Moilanen puh. 044 328 4664
Lääkintäjohtaja	Matti Väänänen puh. 050 573 7337
Maalialue	Harri Boman puh. 045 327 9779

Kilpailua tukevat:



GENELEC



SAVON
SANOMAT



KELLO & KULTA
LYYTIKÄINEN
IISALMESSA VUODESTA 1903



KAISA.net

TUNTURI®

