

KILPAILUOHJEET

**Sprinttisuunnistuksen avoimet Kainuun aluemestaruuskilpailut Puolangalla
torstaina 14.5.2015 klo 12.00**

Pukeutuminen, WC:t ja peseytyminen:

Honkavaaran hiihtokeskuksessa suihkut ja lämmintä pukutilaa., KIRKON eteisessä on myös kilpailijoiden **käytettävissä WC:t**

Verryttely:

Verrytellä voi kirkon parkkialueella

Kilpailunumerot:

Ns hiihtokilpailunumerot , samalla toimivat turvaliiveinä !!

Rastit:

Rasteilla emit-leimasimet ja rastilippu, jotka **roikkuvat**

Lähtö:

Lähtöön matkaa maalista 100m. Jokaisella minuutilla lähtee 1-3 kilpailijaa. Sarjakohtaisesti kilpailijoiden lähtöväli on 1 minuutti. Lähdössä toimitaan seuraavasti:

2min ennen lähtöä: kilpailija kutsutaan ensimmäiselle kynnykselle, jossa EMIT nollaus

1min ennen lähtöä: kilpailija siirtyy karttalaatikkonsa kohdalle. Lähtöhetki: kilpailija ottaa kartan ja saa lähteä matkaan. Lähdöstä on K-pisteelle, nurkan taakse 30m.

Kilpailukartta:

Mittakaava 1: 4 000, käyräväli 5m, koko A4.

VARO !! Teiden ylityksissä, varo myös liukkautta!!

Tarkista KOODIT ja rastimääritteet, jotka on painettuna karttaan

Sarja:

H21, 18, 40

D21,H45,H50,H55

H60,H65,H16,D35,D45,D50, D18, 40

D16, D14, 55, 60 D65, H70, H75, H14

H12, D12, H80

Radan pituus, lyhintä reittiä:

3,2 km

2,9 km

2,4 km

1,8 km

1,0 km

Maali:

Maalissa maalileimaus.

Kanttiini:

Honkavaaran hiihtokeskuksessa, siellä kilpailijoille mehut ja numeroiden palautus..

Palkinnot ja palkintojenjako:

Partiokilpailun jälkeen Hiihtokeskuksella, kainuulaiset am-mitalisääntöjen mukaisesti, lisäksi **kunkin radan nopein palkitaan, kaikki 12 –vuotiaat palkitaan mitalien lisäksi!!**

Nautinnollista kilpailua toivottaa Puolangan Ryhti ry!