

# KILPAILUOHJEET

**Puolanka Hiihtosuunnistus 17.-18.12.2022**

## **Kilpailukeskus:**

Honkavaaran hiihtokeskuksessa, Honkatie 1. Siellä on pukuhuoneet, wc:t, INFO, kilpailunumerot (oikeaan jalkaan), palkinnot, kanttiini. Laina emitagit löytyy Infosta.

## **Kilpailupaikka:**

Kapustakangas, Paltamontie 30. Parkkitilaa rajallisesti omille autoille. Honkavaaran ja Kapustakankaan välillä mahdollisuus käyttää Ryhdin tarjoamaa ilmaista pikkubussi kyytiä.

**Verryttely:** Honkavaarasta löytyy hyvin hiihtolatuja verryttelyyn. Kisapaikalla on lähtöön menevä 100m:n pituinen kapea luistelu-ura käytettävissä verryttelyyn.

## **Lähtö:**

Lähtöön matkaa maalista 300 metriä molempina päivinä.

Lähdössä toimitaan seuraavasti:

3min ennen lähtöä: kilpailija kutsutaan ensimmäiseen karsinaan, jossa EMIT nollaus.

2min ennen lähtöä: kilpailija saa katsoa kilpailualueen karttaa.

1min ennen lähtöä: kilpailija saa siirtyä karttaämpäriin viereen, 15 sek ennen käskyllä ottaa kilpailukartan ja asettaa sen karttatelineensä. 11-13-vuotiaat saavat asetella karttaa välittömästi 1min ennen ja heitä saa avustaa kartan laitossa.

Lähtöhetki: kilpailija saa lähteä matkaan.

## **Rastit/Maali**

Emitagi leimaus rasteilla. Rastilaitte on kiinni tolpassa. Leimaa käyttämällä ranneketta lähellä rastilaitetta, jolloin ranneke vilkkuu. Leimaa myös maaliviivalla, jolloin ajanotto pysähtyy ja siirry tämän jälkeen leiman tarkistukseen.

**Kilpailukartta:** Sprintti: 1:5000, Keskimatka: 1:10000. Sunnuntaina H21, H20 sarjoilla käytössä kaksipuoleinen kartta. Kartat nimetty osa-1 ja osa-2. Rastinumerot alkavat numerosta 1 molemmilla osilla.

**Urasto:** Leveää latukoneuraa 2km, kapeaa luistelu-uraa 3km, moottorikelkkareittiä 2km, pisteuraa 100m, kelkkauraa 14km.

<b>Matkat lyhintä uraa pitkin:</b>	<b>SPRINTTI</b>	<b>KESKIMATKA</b>
H21, H20	5km	13,2km
D21, D20, H40, D17	4km	9,5km
H50, H60, H15, D40, D17	3,5km	8,4km
H70, D50, D60, D15	3,1km	5,9km
H80, D70	2,4km	4,0km
H13, H11, D13, D11	1,6km	3,0km

**Palkinnot INFOSTA:** Molemmat päivät ovat omia kilpailuja, joten palkitaan molempina päivinä (myös arvonta!), noutoperiaatteella. Online tulokset nähtävillä Puolangan Ryhdin sivuilla.

Kilpailunjohtaja: Martti Köngäs, Ratamestari: Teemu Köngäs, Ajanotto: Joni Korhonen, Valvoja: Tommi Peltonen JRV, TUOMARINEUVOSTO: Pj Taisto Kempainen, Hannu Heiskanen, Arja Lotvonen.

**Nautinnollista kilpailua toivottaa Puolangan Ryhti !**