

# KILPAILUOHJEET

## Kainuun AM-Yö 18.9.2024

Kilpailukeskus Pyssylammen laavulla. Lähin osoite Hyrynsalmentie 28, Puolanka.  
Paikoitus Laavulle johtavan tien varteen.

### Lähtö:

Lähtöön johtaa nauhoitettu viitoitus, matkaa 600metriä polkua pitkin. Lähdössä kutsutaan 2min ennen lähtöä karsinaan, jossa nollaa emit kortti. 1min ennen lähtöä saat kartan käteen, jonka saa avata lähtöhetkellä. 12-14-sarjalaiset saavat katsoa karttaa 1min ennen lähtöä.

### Rastit/Maali:

Rasteilla rastipukit ja siinä koodit. Maalissa maalileimaus, siirry tämän jälkeen leimantarkastukseen. Online tulokset nähtävillä nettisivulla. Kilpailukeskuksessa nollaleimasin, jossa voit testata emit-kortin toimivuuden.

**Kilpailukartta:** H/D12-40. 1:10 000, koko A4. H/D45-80 1:7 500. Koko A3. Ajantasaistettu 9/2024. Rastimääritteet kartan reunassa.

### Matkat:

H21	7,3km	D21	5,4km
H35	5,4km	D35	4,9km
H40	5,4km	D40	4,9km
H45	5,4km	D45	4,1km
H50	4,9km	D50	4,1km
H55	4,9km	D55	3,6km
H60	4,9km	D60	3,6km
H65	4,1km	D65	3,6km
H70	4,1km	D70	2,8km
H75	3,6km	D75	2,8km
H16	3,6km	D16	3,6km
H14	2,8km	D14	2,8km
H12	1,9km	D12	1,9km

**Palkinnot:** Kaikki sarjojen voittajat palkitaan alueesta riippumatta. H/D12-21-sarjoissa palkitaan kolme parasta.

### Pesu, WC:

Suihkut käytettävissä Honkavaaran hiihtokeskuksessa, miehille myös sauna. Osoite: Honkatie 1. Kisapaikan vieressä myös kirkas lampi uimiseen. Kilpailupaikalla yksi WC.

**Kanttiini palvelee, käteinen ja kortti käy maksuun.**

Toimihenkilöitä: Kilpailunjohtaja: Martti Köngäs, Ratamestari/tiedotus: Teemu Köngäs, Ajanotto: Joni Korhonen (korhonen.joni(at)outlook.com).

**Kuntorastit:** Kilpailun aikana mahdollisuus kuntosuunnistukseen. Ilmottaudu tulospalveluun. Samoilla yö-radoilla kuntosuunnistus torstaina ja perjantaina. Karttoja kilpailukeskuksessa myytävänä klo. 18.00-alkaen.

**Nautinnollista kilpailua toivottaa Puolangan Ryhti !**