

VIRPINIEMI TRIATHLON 2019

Nuorten Suomen Cup osakilpailu – KISA-OHJEISTUS

Nuorten Suomen Cup -osakilpailu sunnuntaina 4.8.2019

Supersprint T/P 13 ja T/P 11

Supersprint T/P 15, T/P 17 ja T/P19

Tärkeät paikat (kts. kartta):

Pysäköinti alueet: Virpiniemen urheiluopiston parkkipaikka (tarvittaessa Virpiväylän ja Hiittikujan risteyksen viereinen parkkialue → varo pyöräilijöitä!)

HUOM! Kisa-alueelle eli Hedmanssonintielle ei ajoja autolla!

Ea-piste: sijaitsee vaihtoalueen läheisyydessä

Kisakanslia: sijaitsee vaihtoalueen läheisyydessä

Kisakahvio sekä pukeutumis- ja peseytymistilat (wc): rakennus vaihtoalueen vieressä

Wc:t: Kisakahviossa ja bajamaja ranta-alueella

Tärkeät puhelinnumerot nähtävillä kisakansliassa

Kilpailun jälkeen kysymykset ja palaute kisakansliaan



Kellonaikoja

Lauantaina 3.8.2019

Nuorten triathlonleiri järjestetään Meriniemessä klo 10.00–16.00.

Sunnuntaina 4.8.2019:

Klo 8:00 Kisakanslia avataan (jälki-ilmoittautuminen viimeistään klo 9.00 mennessä, numerolappujen haku)

Klo 9.00 Kilpailijoiden kisainfo vaihtoalueella (pakollinen)

Klo 9.30 Uinnin lähtö – supersprint T/P 13 ja T/P 11

Klo 10.00 Uinnin lähtö – supersprint T/P 15, T/P 17 ja T/P 19

Klo 10.30 vaihtoalue avautuu aikuisille, pyörien poisvienti pian maaliintulon jälkeen

Klo 11.30 Uinnin lähtö – spintti (paratriathlonin SM-kisa)

Klo 11.40 perusmatkan lähtö

Kisakahvio on avoinna 9–16 ja kisalounas tarjolla 11-16

Palkintojenjako kisakahvion edessä (sateen sattuessa sisällä) kaikkien kilpailijoiden saavuttua maaliin.

Yleistä tietoa

Virpiniemi Triathlon on nuorille osakilpailu Triathlonliiton Suomen Cup:ssa, joka toimii SM kilpailuiden ohella valintakilpailuina Nuorten maajoukkuetta ja talent- maajoukkuetta varten.

Lisätietoa Suomen cupista löydät Triathlonliiton

kotisivuilta <https://www.triathlon.fi/tapahtumat2/suomen-cup-2019/>

Virpiniemeen ovat tervetulleita kisaamaan ihan kaikki nuoret ja lapset! Osallistua voi siis vaikka vain tähän kilpailuun (ei velvoita osallistumaan muihin cup-osakilpailuihin)!

Virpiniemi Triathlonin Suomen Cupissa kisataan seuraavissa sarjoissa:

- T/P 15 (tytöt ja pojat 15v. ja alle), T/P17 (tytöt ja pojat 17v. ja alle) ja T/P19 (tytöt ja pojat 19v. ja alle) supersprintti matkalla, jossa uinti on 350m, pyöräily 10 km ja juoksu 2,5km.
- Sarjoissa T/P13 (tytöt ja pojat 13v. ja alle) ja T/P11 (tytöt ja pojat 11v. ja alle) matkat ovat uinti 100m, pyöräily 3km ja juoksu 1km.

Sarjassa T/P11 on tarvittaessa mahdollisuus käyttää kelluttavia apuvälineitä. Triathlonliiton sääntöjen mukaisesti uintiosuudet on järjestetty niin, että uintireitin kahlaaminen ei ole mahdollista (sarjoissa uimataitovaatimus).

Kaikki osallistujat palkitaan osallistujamitalein!

Virpiniemi Triathlon on hyvänmielen tapahtuma kaikille triathlonin harrastajille. Virpiniemessä kisataan hymyssä suin ja rakkaudesta lajiin, itseänsä haastaen. Kisajärjestäjälle tärkeää on turvallisuus; kilpailijoiden kisaamista onkin turvaamassa toimitsijoita jokaisella osuudella. **Voit myös itse vaikuttaa kisan turvallisuuteen noudattamalla kisajärjestäjän antamia ohjeita ja sääntöjä.** Kisasuorituksen jälkeen (kannustajille sekä huoltajille myös kisan aikana) käytössä on kisakahvio. Siellä on mahdollisuus muun muassa nauttia maksullinen keittolounas.

Kisajärjestäjä ei ole vakuuttanut kilpailijoita, joten muistathan että sinulla tulee olla oma voimassa oleva vakuutus sillä kilpailet omalla vastuulla!

Saapuminen ja parkkeeraus (kts.kartta)

Kun saavut Virpiniemeen parkkialueita löytyy kaksi. **Ensisijaisesti suosittelemme** käyttämään Virpiniemen urheiluopiston parkkipaikkaa (Virpiniementie 525). Toissijainen on Virpiväylän ja Hiittikujan risteyksessä sijaitsevaa parkkipaikka. Huomioithan tällä parkkipaikalla, että se sijaitsee kisareitin varrella joten kiinnitä erityishuomiota muihin tiellä liikkujiin. Pysäköithän tiiviisti, jotta kaikki mahtuisivat. Meriniemen uimarannan parkkipaikat on varattu vaihtoaluetta ja kisatoimitsijoita varten. Kisa-alueelle johtava Hedmanssonin tie on rauhoitettu autoliikenteeltä (kisareitti!), joten siirrythän kisa-alueelle autolta kävellen tai pyörällä.

Toiminta kisapaikalla ennen starttia

Saavuttuasi kisapaikalle käy ensimmäisenä vahvistamassa osallistumisesi kisakansliassa. Kisakansliasta saat kisanumeron ja ajanottochipin. Voit siirtyä merkitylle vaihtoalueelle. Jätä eri osuuksilla tarvitsemasi tavarat tiiviisti omalle vaihtopaikallesi. Vaihtoalueen pohjana on huopaviira, mutta huomioithan että kisa-alue on hiekkapohjainen ja hiekkaa kulkeutuu myös vaihtoalueelle. Mikäli haluat puhdistaa jalkojasi varaa oma varustus. Ylimääräiset varusteet/vaatteet ym. voit jättää kisakanslian vieressä olevalle tavaroille osoitetulle paikalle. Tavaroille ei ole kisapaikalla erillistä valvontaa (valvonta tapahtuu vain yleisellä tasolla), ethän siis jätä arvotavaroita (lompakko/kännykkä ym.) varusteisiisi. Kaikille osallistuville pakollinen kisainfo alkaa vaihtoalueella klo 9.00. Kisainfon jälkeen siirry rantaan odottelemaan lähtöä ja verryttelemään hieman ennen starttiaikaa.

Kisan aikana

Kisan aikana huoltaja/vanhempi/valmentaja saa sanallisesti ohjata JuniorCUP kilpailijaa. Sarjassa T/P 11 kilpailijaa voi tarvittaessa auttaa varusteiden kanssa vaihtoalueella. Sarjoissa 13, 15, 17 ja 19 ohjataan omatoimisuuteen, mutta poikkeustilanteissa (esim. märkäpuvun vetoketjun jumittuminen) auttaminen on sallittua.

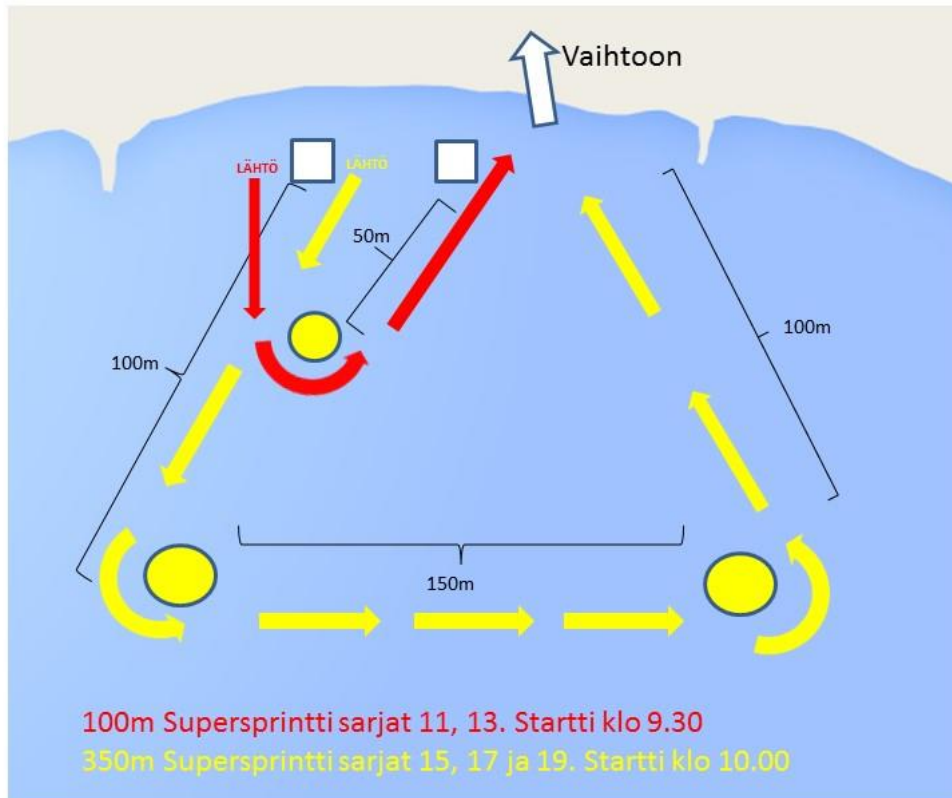
Osuuskuvaukset ja reittikartat

Uinti

Uintiosuus suoritetaan meressä. Uinnin lähtö tapahtuu vedestä (jalat yltävät pohjaan). Ensimmäisenä starttaavat klo 9.30 nuoremmat juniorkilpailijat eli supersprint 13 ja 11. Uintimatka on 100m. Lähtö tapahtuu reunimmaisen poijun vierestä (kts. kuva). Reitti uidaan vastapäivään uintireittikuvan mukaisesti kolmion muotoisella radalla (punaiset nuolet). Poijut jäävät aina kilpailijan vasemmalle puolelle. Vanhemmat juniorkilpailijat supersprint 15, 17 ja 19 starttaavat klo 10.00 ja uivat 350m uintimatkansa vastapäivään uintireittikuvan mukaisesti kolmion muotoisella radalla (keltaiset nuolet) lähdön ollessa heillä rantapojujen välissä. Poijujen jäädessä uidessa kilpailijan vasemmalle puolelle. Rantautuminen tapahtuu huopaviirakujalle kuvan Vaihtoon nuolen

kohdalta. Kisatoimitsijat sekä Kiviniemen Meripelastajat valvovat uintia vedessä. Mahdollisessa ongelmatilanteessa nosta kätesi pystyyn ja huuda apua. Uintiosuudelta rantautumisen jälkeen siirrytään merkittyä reittiä rannasta vaihtoalueelle. Suosittelemme käyttämään uudessa märkäpukua.

UINTIRADAT Supersprintit



Pyöräily

Pyöräilykypärän käyttö on kilpailussa pakollinen. Kypärän tulee olla päässä ja remmin kiinni ennen kuin kosket pyörään. Pyöräilemään saa lähteä vasta vaihtoalueen ulkopuolelta ”pyöräilyportin” ylitettyäsi. Muista siis järjestys kypärä, pyörä, talutus, aja!

Pyöräilyosuudella on peesikielto. Tämä tarkoittaa sitä, että sinun tulee pitää vähintään 10m ero edellä ajavaan pyöräilijään. Ohitustilanteissa siirry selvästi vasemmalle ja ohita edellä menevä kilpailija. Virpiniemi Triathlonin JuniorCUPin kaikissa sarjoissa kaikki lisätangot ovat kiellettyjä. Vain tavanomainen ohjaustanko sallitaan. Ristiriitatilanteissa tangon tavanomaisuuden määrittää ylituomari. Myös aika-ajopyörä ja levykiekot ovat kiellettyjä, vaikka kyseessä on peesikieltokilpailu. Peesikieltoalue on kotimaan kilpailuissa 3 m sivusuuntaan x 10 m edellä ajavan takapyörän takareunasta takana ajavan etupyörän etureunaan. Kilpailijan ohitus katsotaan tapahtuneeksi, kun ohittavan etupyörän taso ylittää ohitettavan vastaavan tason. Ohituksen jälkeen ohitetun on 30 metrin matkalla jättäydyttävä 10 metrin päähän ohittajan takapyörän reunasta. Jättäytymisen aikana ajolinjan muuttaminen vasemmalle katsotaan peesaukseksi.

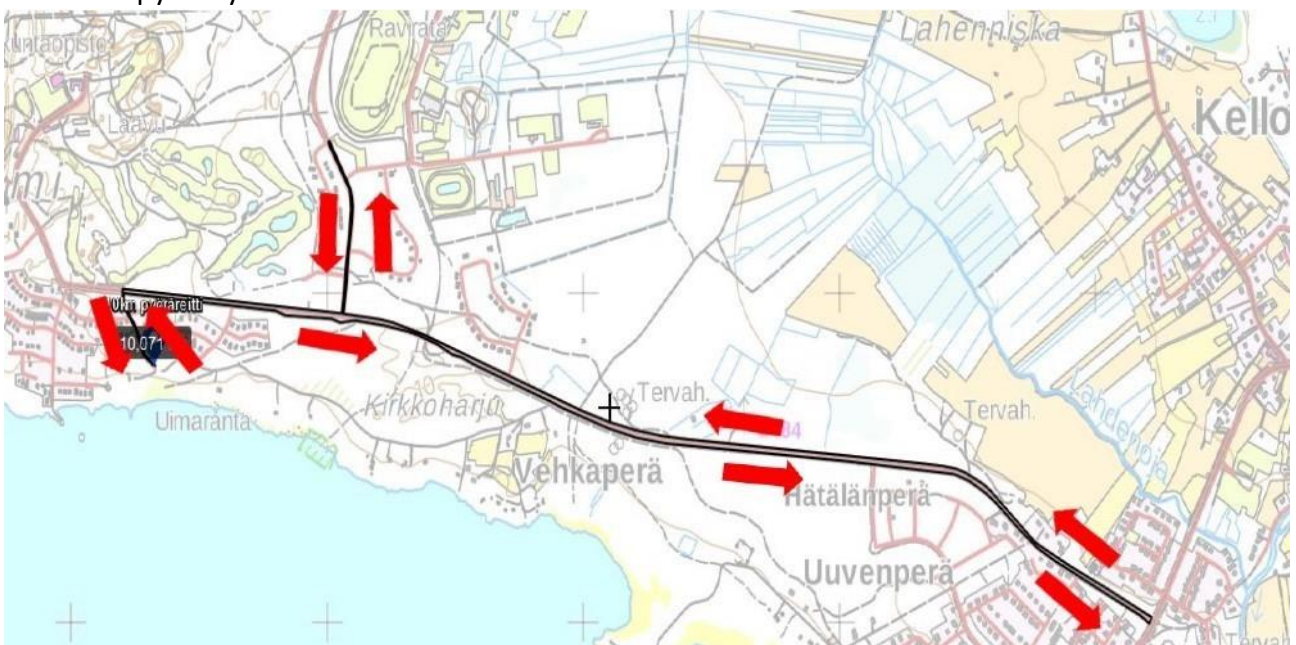
Kilpailijan aloittaessa edellä ajavan kilpailijan (kilpailijoiden) ohituksen, tulee varmistua ohituksen olevan turvallisen. Kilpailijan on ohitettava edellä ajava ajoryhmä koko sen matkalta ja vasta lopuksi siirryttävä ajolinjalle radan oikeaan laitaan. Ohituksen tulee olla vauhdiltaan koko-aikaisesti eteenpäin vievää ja nopeampaa, kuin ohitettavien. Ohitettavan ajoryhmän väliin siirtyminen on kielletty. Tästä sääntörikkomuksesta (= peesirikkomus) seuraamuksena on peesirangaistus. Rinnakkain ajaminen on kielletty ja se tulkitaan peesaukseksi. Peesikieltomatka muihin ajoneuvoihin on 35 m. Pyöräilyä valvotaan tuomareiden toimesta ja mikäli tuomari havaitsee peesausvirheen, hän ilmoittaa siitä pyöräilijälle pillin vihellyksellä ja osoittamalla rikkeen tehnyttä pyöräilijää ja huutamalla hänen numeron. Virheestä rangaistus on:

1. Varoitus (vihellys ja keltainen kortti)
 - tuomari huutaa numeron lisäksi rikkeen
 - kilpailija kuittaa ymmärtäneensä rangaistuksen nostamalla kättä -
 - kilpailija voi jatkaa matkaa
2. STOP and GO rangaistus (vihellys ja punainen kortti)
 - tuomari huutaa numeron lisäksi SEIS tai STOP sekä rikkeen
 - kilpailija pysähtyy turvallisella tavalla, nousee pois pyörän päältä (jalat samalle puolen pyörää) ja nostaa molemmat renkaat ilmaan.
 - kilpailija voi jatkaa matkaa

Supersprint 13 ja 11 ajavat pyöräilyosuutensa (Kuva 3km pyöräreitti) kokonaan kevyenliikenteenväylällä (poikkeuksena osuuden alun ja lopun Hedmanssonintien osuus, jossa on ajo kielletty ajoneuvoliikenteeltä). Supersprint 19, 17 ja 15 sarjat ajavat pyöräilyosuutensa (Kuva 10km pyöräreitti) alun osuuden kevyenliikenteenväylältä (n. 4km) ja siirtyvät paluumatkalla autotielle (n.6km). **Autotiellä kulkeva osuus ei ole suljettu muulta liikenteeltä, mutta reitin varrella on toimitsijat ohjaamassa muita tiellä liikkujia. Muista varovaisuus ja liikennesäännöt!** Varaa pyörääsi tarvitsemasi määrä juotavaa, sillä pyöräreitillä ei ole juomahuoltoa. Saapuessasi vaihtoon sovita vauhtisi niin, että nouset pyörän päältä ennen vaihtoalueen ”porttia”. Vaihtoalueella taluta pyörä takaisin omalle paikalle telineeseen. Irrota kypärä, vaihda juoksuvarustus ja lähde juoksuosuudelle ”juoksuportista”.



Kuva 3km pyöräilykartta

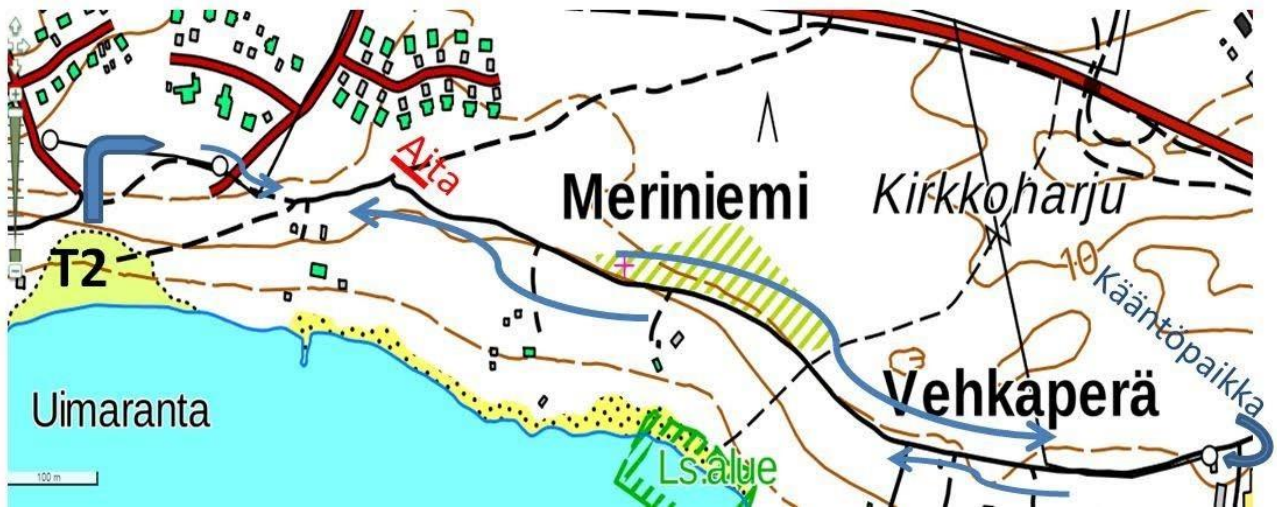


Kuva 10km pyöräilykartta

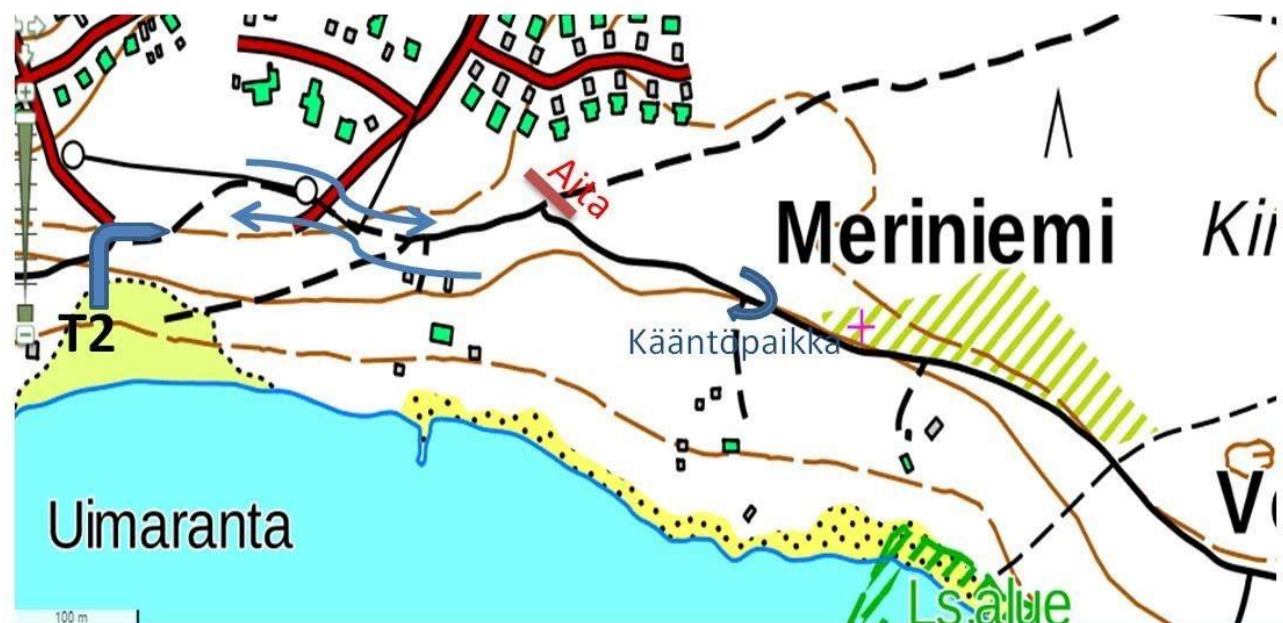
Juoksu

Heti juoksuosuuden alussa (noin 150 m lähdöstä) on huoltopiste (urheilujuomaa ja vettä). Supersprint 19, 17 ja 15 2,5km ja Supersprint 13 ja 11 1km juostaan reittikartan mukaisesti edestakaisen lenkinä (kääntöpaikat merkitty). Juoksuosuus loppuu maalialueelle, johon on selkeä opastus juoksureitiltä.

2,5 km juoksureitti



1 km juoksureitti



Kisan jälkeen

Kisan jälkeen voit noutaa varusteesi vaihtoalueelta kun kaikki juniorit ovat suorittaneet T2 vaihdon ja siirtyneet juoksemaan. Varo aikuisten sarjoissa kilpailevia kisa-alueella! Kisakahvion yhteydessä olevat pukeutumis- ja peseytymistilat ovat kilpailijoiden käytössä koko kisan ajan. Varaa rahaa mukaasi, jolloin voit nauttia kisan jälkeen kisakahvion antimista. Ennakoilmoittautumisen yhteydessä ruokailun maksaneista henkilöistä löytyy kisakahviosta nimilista. Sarjojen parhaat palkitaan kaikkien JuniorCUPiin osallistuneiden tultua maaliin. Kaikki maaliintulijat palkitaan osallistujamitaleilla ja maaliintulon jälkeen toimitsija kerää ajanottochipit.

Mikäli syystä tai toisesta joudut keskeyttämään kisan. Ilmoita siitä lähimmälle toimitsijalle ja ilmoittaudu myös kisakansliaan päästyäsi kisa-alueelle (ja palauta chip). Palauttamattomista chipeistä peritään kisailijalta maksu.

Kisajärjestäjä voi tehdä muutoksia näihin kisaohjeisiin, viimeisimmät ohjeet saat kisainfossa ennen starttia.