



KILPAILUOHJEET XTERRA FINLAND 18.6.2017

XTERRA TRIATHLON

TRIATHLON KUNTOSARJA

TRIATHLON JOUKKUEVIESTI

Muutokset ovat mahdollisia!

AJANKOHTA: Holiday Club Saimaa, su 18.6.2017

SARJAT JA MATKAT:

XTERRA TRIATHLON; kaikki ikäluokat M/N ja PRO M/N

Startti 12:00

Uinti 1,5 km – maastopyöräily 30 km – polkujuoksu 10 km

KUNTOSARJA JA JOUKKUEVIESTI

Startti klo 12:15

Uinti 0,5 km – maastopyöräily 10 km – polkujuoksu 5 km

PALKINNOT:

Kaikki maaliintulijat saavat muistoksi Finisher-mitalin.

Jokaiselle ikäryhmän voittajalle on jaossa paikka XTerra MM-kilpailuihin Mauille, Hawajille (siirtyy seuraavalle kolmen parhaan joukossa jos voittaja ei sitä lunasta), ikäsarjoissa kolmelle parhaimmalle on tavarapalkinnot.

PRO-sarjojen kolmelle parhaalle on rahapalkinnot

SÄÄNNÖT: Kilpailuissa noudatetaan Suomen Triathlonliiton sääntöjä ja Suomen tieliikennelakia. Lisäksi osallistujien tulee noudattaa järjestäjän kilpailuinfossa ja kilpailun aikana antamia ohjeita. Maaston roskaaminen on ehdottomasti kielletty, roskia varten on pudotuspaikka huoltopisteiden yhteydessä. Kaikissa SM-sarjoissa osallistujat sitoutuvat noudattamaan Suomen ADT:n sääntöjä.

Jokainen kilpailee omalla vastuullaan. Järjestäjä ei vastaa kilpailijoiden vakuutusturvasta.

XTerra triathlonissa käytettävän pyörän oltava maastopyörä, jossa kiekkojen koko 29", 27,5" tai 26".

Pyörien ja kypärän sekä yleisissä sarjoissa kenkien tekninen tarkastus vaihtoalueelle saavuttaessa kilpailupäivänä klo 10.30-11:30.

Kuntosarjassa ja joukkueviestissä ei pyörärajoituksia, mutta pyörän on oltava maastokelpoinen ja siinä on oltava toimivat jarrut.

CE-hyväksytyyn pyöräilykypärän käyttö on pakollista kaikissa sarjoissa.

KILPAILUKANSLIA JA OSANOTON VARMISTUS:

Kilpailukanslia sijaitsee Holiday Club Saimaan kokoustiloissa, kokoushuone on Salla-Pyhä. Tarkempi opastus hotellin aulasta.

Osoite Rauhanrinne 1, 55320 Rauha. Päätieltä (VT6) seuraamalla Holiday Club Saimaan opasteita löytää perille. Pysäköinti hotellin ja matkailualueen pysäköintialueilla.

Kilpailukanslia avoinna:

- lauantaina 17.6. klo 18-21
- sunnuntaina 18.6. klo 8 - 11

Varmista osanottosi kilpailukansliassa ja varaudu todistamaan henkilöllisyytesi. Varmistuksen yhteydessä saat kirjekuoren, jossa on:

- uimalakki

- numerolappu
- muut kilpailunumerot tarra-arkilla (pyörä, kypärä)
- ajanottotagi
- kuminauha numerolapun kiinnitykseen
- lipukkeet ruokailua ja kylpylää varten

Ajanottotagi toimii joukkueviestissä viestikapulana. Viestijoukkueilla on yksi numerolappu, joka laitetaan suoraan pyöräilijälle. Pyöräilyn ja juoksun vaihdossa numerolappu siirretään juoksuosuuden suorittajalle.

Jokaisen kilpailijan tulee tarkistaa järjestäjältä saamansa varusteet ja kilpailunumeron täsmävyys paikan päällä osanoton varmistuksen yhteydessä, jotta mahdolliset puutteet voidaan korjata välittömästi.

KILPAILUINFO JA PRESSITILAISUUDET:

Kilpailuinfot suomi/englanti lauantaina 17.6. klo 20:30 ja sunnuntaina 18.6. klo 10:00. Osallistuminen jompaankumpaan on pakollista.

Pyöräilyreittiin on mahdollisuus tutustua ohjatusti la klo 19:00. Lähtö vaihtopaikan (T1 ja T2) edestä klo 19:00. Kesto noin 1 h. Juoksureitteihin voi tutustua oma-aloitteisesti. Reittikartat on julkaistu tapahtuman kotisivuilla, myös gpx-tiedostoina.

Reitit merkitään viimeistään torstaina 15.6.

Ohjeet sähköisestä ajanotosta, tagien kiinnityksestä ja tulospalvelusta kerrotaan kilpailuinfoissa.

XTerra pressitilaisuus lauantaina 17.6. klo 18:00 Holiday Clubin kokoustiloissa.

ENNEN KILPAILUA:

Numeroi varusteesi (pyörä, kypärä) järjestäjältä saadulla kilpailunumerolla hyvissä ajoin ennen kilpailua. Kypäränumerot kiinnitetään kypärän vasemmalle ja oikealle puolelle. Pyöränumero kiinnitetään pyörän satulatalpkaan. Paperinen kilpailunumero kiinnitetään kilpailuvyöhön. Numero on pyöräillessä takana, juostessa edessä. Oman vyötärönauhan käyttö on sallittua. Huomioikaa, että numeroa ei pueta märkäpuvun alle. Jokaisen kilpailijan tulee kirjoittaa yhteyshenkilön nimi ja puhelinnumero numeron taustapuolelle.

Pukuhuoneet: Holiday Club kokoustiloissa, kokoustilat Saariselkä ja Åre (toinen miehille ja toinen naisille)

VARUSTEIDEN VIENTI VAIHTOALUEELLE:

Pyörien ja pyöräilykypärän tarkastus lauantaina klo 10:30-11:30. Jokaisen kilpailijan pitää tulla tarkastukseen henkilökohtaisesti.

Vaihtoalueella on numeroidut paikat kilpailijoille. Paikoilla on laatikko, johon kaikki pyörästä irrallaan olevat varusteet on laitettava ennen kilpailua ja vaihdoissa (T1 ja T2). Kengät voi halutessaan kiinnittää pyörään

valmiiksi, kaikki muut varusteet (kypärä, kilpailunumero ym) laatikkoon. Pyörä tulee ripustaa telineeseen tukevasti joko satulasta tai ohjaustangosta.

Vaihtoalueen on oltava tyhjänä kilpailijoista ja muista henkilöistä viimeistään klo 12:00.

Vaihtoalueella on valvonta. Pyörien ja muiden varusteiden luovutus kilpailun jälkeen vain henkilökohtaisesti ja kilpailunumeroa vastaan!

KILPAILU:

Kilpailijan varusteiden tulee olla merkattuna numeroilla uinnin lähtöalueelle saavuttaessa. Kaikkien vaihtoalueella olevien varusteiden tulee olla niille varatussa laatikossa. Älä jätä vaihtoalueelle arvoesineitä.

Ajanottotagin tulee olla kiinnitettynä. Tästä annetaan erillinen ohjeistus.

Älä laita kilpailunumeroa uintiosuudelle märkäpuvun alle.

Uinnin verryttely on mahdollista ennen starttia, venelaiturin vasemmalla puolella. Verryttelyaika päättyy klo 11:50.

Lähtö:

Lähtö tapahtuu vedestä, lähtölinjan muodostavat laiturilla oleva lähettäjä ja järjestäjän vene. Lähdöt klo 12:00 ja 12:15. Jokaisen on kuljettava lähtöalueelle venelaiturin portin kautta, jotta järveen menijät voidaan laskea.

Uinti:

Uintireitti koostuu kahdesta eri mittaisesta radasta (500m ja 1500m) jotka kierretään kummallakin uintimatalla yhden kerran. Lähtö tapahtuu kaikilla matkoilla vedestä. Märkäpuvun käyttö on XTerrassa todennäköisesti pakollista ja kuntosarjoissakin suotavaa. Veden lämpötila on noin 16-17 astetta, tarkempi lukema kerrotaan kilpailuinfossa. Suomen kesässä toki viileämpikin on mahdollista! Koska suuri osa kehon lämmöstä haihtuu pään kautta, kannattaa viileässä vedessä uidessa käyttää kahta uimalakkia päällekkäin. Kahta lakkia käytettäessä tulee huomioida, että järjestäjältä saatu lakki on päällimmäisenä.

Uintireitillä on valvonta, joka toteutetaan veneistä/kanoooteista käsin. Mikäli ongelmia uintireitillä ilmenee, apua saa paikalle viittomalla valvojille. Kaikilla kilpailijoilla on myös velvollisuus välittömästi ilmoittaa valvojille mikäli he havaitsevat jonkun toisen kilpailijan olevan hädässä.

Vaihto (T1):

Vaihtoalue sijaitsee rannan tuntumassa Holiday Club Resortsien tenniskentällä. Rantautumisen jälkeen juostaan noin 50 m vaihtoalueelle. Märkäpuvun voi riisua matkalla, mutta se on kuljettava mukana. Vaihtoalueelle tullaan sisään kentän päädyistä ja sieltä poistutaan rannasta katsottuna vasemmasta takakulmasta. Vaihto tapahtuu oman numeroidun paikan läheisyydessä toisia kilpailijoita häiritsemättä. Kaikki uinnissa käytetyt varusteet on jätettävä omaan vaihtolaatikkoon. Laita kilpailunumero

pyöräilyosuudelle, numeron tulee olla takana. Pyöräilykypärän on oltava kiinnitettynä vaihtoalueelta poistuttaessa. Pyöräilyosuus alkaa vaihtoalueen ulkopuolella olevan viivan / lankun kohdalta.

Pyöräily:

Pyöräilyreitti on merkitty maastoon nauhoilla ja nuolilla.

Pyöräilyosuus alkaa vaihtopaikan läheisyydessä olevalta viivalta / lankulta. Pyöräilyn saat aloittaa ylitettyäsi tämän pisteen. Pyöräilyreitti lähtee vaihtoalueelta mäkeä ylös ja kääntyy vasemmalle, jonka jälkeen hotellin takaa kulkevalle Kylpyläntielle. Pyörätietä pitkin nouseaan Tiuruniementien varressa kulkevalle pyörätielle. Ajetaan pyörätietä pitkin n. 400 metriä, jonka jälkeen reitti kääntyy vasemmalle maastoon ja Tiuruniementien alikulkutunneliin. Tunnelin jälkeen reitti jatkuu Atreenalin seikkailupuiston parkkialueen vasemmalta puolelta maastoon. Maastossa ajettava kierros on noin 10 kilometrin mittainen. Reitti on latupohjaa ja polkua sekä kierroksen lopussa pyörätietä. Tämän vuoden reitti kulkee jokaisella kierroksella maali- ja vaihtoalueen ohitse. Pahoja juurakoita ei ole, mutta aidosta maastopyöräilystä on kyse.

Reitti ajetaan matkasta riippuen 1 tai 3 kertaa. Jokainen kilpailija vastaa itse siitä, että ajaa oikean määrän kierroksia.

Reitti tarkemmin, kts. reittikartta.

Jokainen kilpailija vastaa itse omasta välinehuollostaan (vararenkaat/varaosat). Mahdollisten huoltotoimenpiteiden tai muiden pysähdysten ajaksi on siirryttävä sivuun ajouralta, jotta muut pääsevät etenemään.

Koska reitti kierretään useaan kertaan ja lähdöt on porrastettu, on todennäköistä että osa kilpailijoista tullaan ohittamaan nopeampien kilpailijoiden toimesta. Hitaampien velvollisuus on antaa tilaa nopeammille, koska maastossa ohittaminen saattaa olla muuten vaikeaa ja aiheuttaa tarpeetonta riskiä.

Mikäli joudut keskeyttämään kilpailun pyöräilyosuudella, ilmoita siitä reitillä oleville kilpailutoimitsijoille.

Mikäli havaitset toisen kilpailijan hätätilanteen reitillä, ilmoita asiasta välittömästi reitin varrella olevalle ratavalvojalle. Järjestäjällä on käytössään myös mönkijä, jota voidaan käyttää maastosta pois siirtymiseen tarvittaessa.

Pyöräilyn ja juoksun vaihto (T2):

Pyöräilyosuus päättyy ennen vaihtoaluetta lankulle / viivalle. Pyörän selästä on noustava ennen tätä pistettä. Kypärän saa irrottaa vasta pyöräilyosuuden päättymisen jälkeen. Vaihtoalueella kilpailijan tulee itse ripustaa pyöränsä tukevasti telineeseen ja jättää kaikki pyöräilyvarusteet laatikkoon. Kilpailunumeron tulee olla juoksuosuudella etupuolella.

Juoksu:

Juoksun 1. huoltopiste sijaitsee kilpailun maalialueen vieressä aivan vaihtoalueen jälkeen. Tämä piste on käytössä myös juoksun 2. kierroksella. Juoksureitti on noin 5 km mittainen ja merkitty maastoon nuolilla ja nauhoilla. Reitti juostaan kilpailumatkasta riippuen joko yhden tai kaksi kertaa. Reitin alussa on noin lyhyt nurmi/asfalttiosuus. Maasto-osuus on hiekka/multapintaista uraa ja polkua ja sillä on kohtuullisesti korkeuseroja. Mukana on myös suon ylitys. Reitin viimeinen noin 600 metriä on hiekka/asfalttipintaista tietä/pyörätietä.

Juoksureitti kääntyy vaihtoalueen jälkeen vasemmalle ja parkkialueiden jälkeen oikealle ylös maastoon Kylpylätien suuntaisesti. Tässä on huomattava nousu. Nousun jälkeen reitti etenee pitkin vanhaa kilpaladun pohjaa, suota ja polkuja kohti Imatran Ukonniemeä. Kääntöpaikka, jossa sijaitsee 2. huoltopiste, on noin 2,8 km kohdalla. Kääntöpaikan jälkeen jatketaan latupohjan polkua kohti Rauhaa. Maasto-osuudella on korkeuseroja, reitti on hiekka/multapintaista uraa ja polkua. Noin 4 km kohdalla käännetään oikealle pellon reunan polulle, josta siirrytään käyttämään kevyen liikenteen väylää. Juoksuosuus tulee takaisin vaihtoalueelle rannan kautta ohittaen vaihtoalueen. Vaihtoalueen jälkeen 5 km juoksevat tulevat maaliin maalialueelle, 10 km juoksevat jatkavat toiselle kierrokselle.

Huoltopisteet:

Pyöräilyreitillä on 1 huoltopiste, joka sijaitsee kilpailukeskuksen yhteydessä. Kolme kierrosta ajavat kilpailijat ohittavat tämän pisteen jokaisella 10 km kierroksella. Tarjolla vettä/urheilujuomaa pulloissa ja geeliä. Tällä pisteellä on mahdollisuus omaan huoltoon.

Juoksuosuudella on kaksi huoltopistettä, ensimmäinen välittömästi vaihtoalueen jälkeen ja toinen noin 2,8 km kohdalla kääntöpaikalla. Tarjolla on molemmissa vettä ja urheilujuomaa mukeissa ja geeliä, tuotteiden merkki on SIS.

Maalialueella on maalihuolto, jossa tarjolla vettä, urheilujuomaa ja pientä purtavaa.

Ensiapu:

Kilpailun ensiavusta vastaavat kilpailun lääkäri ja SPR:n ensiapuryhmä. Ensiapupiste sijaitsee vaihtoalueella. Jokaisella kilpailijalla on velvollisuus auttaa kansakilpailijoitaan sekä ilmoittaa välittömästi lähimmälle reitinvalvojalle / järjestäjälle, mikäli havaitsee reitillä onnettomuus/hätätilanteen.

Maali:

Kilpailun maali sijaitsee vaihtoalueen vieressä. Maaliin saavuttuasi huolehdi, että palautat ajanottotagin. Toimitsijat ovat keräämässä tageja maalissa. Palauttamattomista tageista perimme 30 euron maksun.

Maalin tulleet saavat Finisher-mitalin maalialueella.

Maalihuolto välittömästi maaliintulon jälkeen. Tarjolla vettä, urheilujuomaa ja pientä purtavaa.

Osanottomaksu sisältää ruokailun kilpailun jälkeen Holiday Clubin Easy Kitchen ravintolassa, jossa on seisova pöytä. Ruokailemaan pääsee esittämällä ruokailulipuke. Easy Kitchen on avoinna kilpailijoille klo 15:30 – 18:00. Mikäli et jostain syystä ehdi tähän ruokailuun, ruokaa on tarjolla lipuketta vastaan klo 18 jälkeen O’Learys -ravintolassa.

Osanottomaksuun sisältyy Holiday Clubin ”Cirque de Saimaa” –kylpylän käyttö. Peseytymään ja kylpylämaailmaan pääsee esittämällä kylpylälipuke kassalla.

Palkintojenjako sunnuntaina 18.6. klo 17:00 maalialueella, huonon sään sattuessa Holiday Clubin kokousosaston aulatioissa.

Tulospalvelu

Kilpailussa on sähköinen ajanotto, josta vastaa Sportstiming. Linkki tuloksiin ja osallistujalistaan löytyy www.xterrafinland.fi -sivuilta.

TUOMARINEUVOSTO, VASTALAUSE- JA VALITUSMENETTELY

Kilpailun tuomarineuvoston muodostavat kilpailunjohtaja, XTerran edustaja ja kilpailijoiden edustaja.

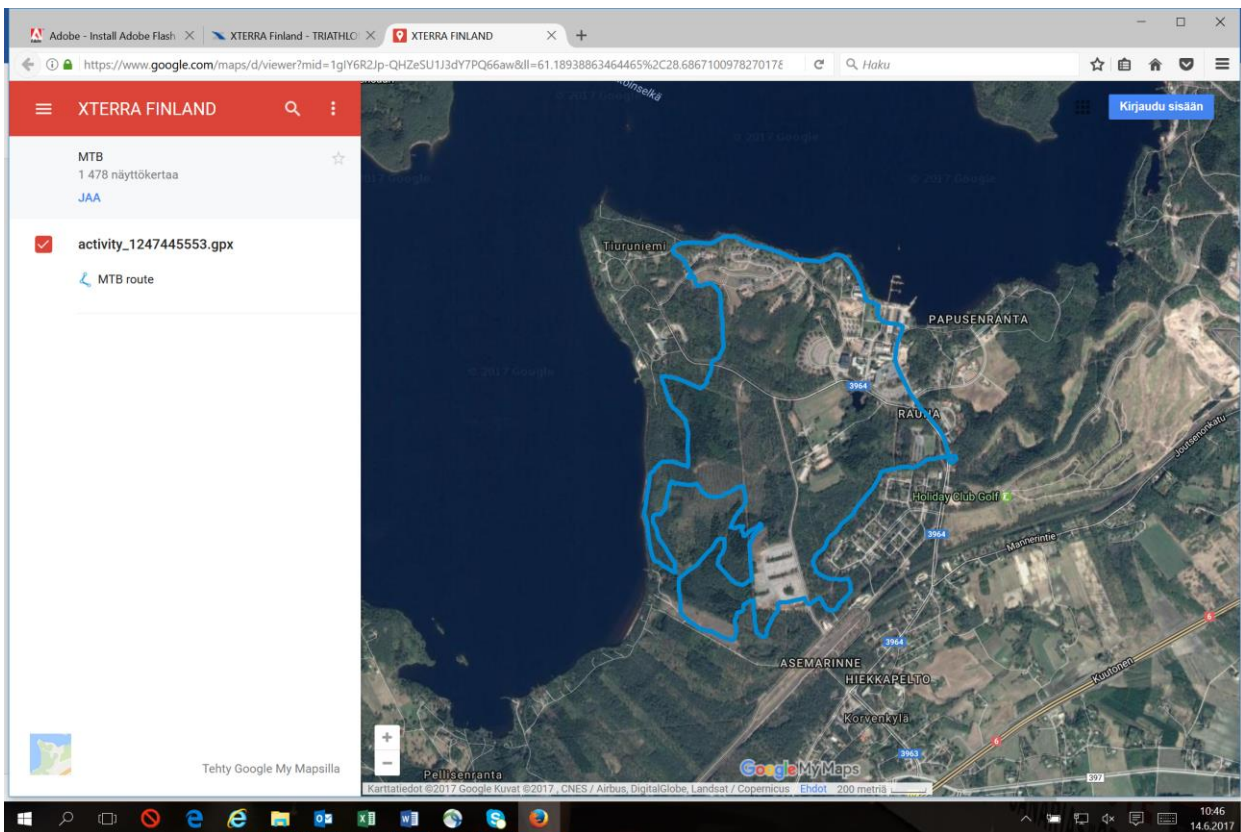
Vastalause voidaan tehdä kansakilpailijaa tai kilpailun järjestäjää vastaan. Vastalauseen tekee urheilija.

Vastalause tulee jättää kirjallisena tuomarineuvostolle ja siihen tulee liittää vastalausemaksu.

Vastalauseaika päättyy 120 min maaliviivan ylityksestä. Mikäli vastalause hyväksytään, maksusta palautetaan 50% kilpailijalle. Mikäli valitus hyväksytään, maksu palautetaan kilpailijalle. Vastalausemaksu on 200 €.

Kilpailun johtaja: Aki Keskinen, p. 044 355 78 69

Pyöräilyreitti 10 km:



Juoksureitti 5 km:

