

Kilpailuohjeet

Pohjois-Savon PM ja Sisulisämaastot

21.5.2016 klo 11.00 Siilinjärvi Ahmo. - Siilinjärven Ponnistus ry.

Kilpailunumerot ja -ohjeet

Luovutetaan seuran edustajalle, jonka nimi/puhelinnumero tulevat huoltorakennuksen seinälle.

Numeron palautus buffetin/kanslian läheisyyteen sijoitettuun palautuslaatikkoon. Kadonneesta numerosta veloitus 100eur/kpl.

Lähtö ja maali

Lähtö on seiväshyppypaikan kohdalla reunavallin nurmikolta ns. Myllymäkeen.

Ratojen kiertosuunta myötäpäivään. Maali on lähtöpaikan kohdalla. Käytössä käsiajanotto ja videovarmennus.

Radat ja suoritusjärjestys

Kilpailut aloittaa klo 11.00, 1,2 km sarjat, sitten 1,7 km, 3,5 km ja 5 km.

- 1,2 km lähtöpaikalta parkkialueen läpi urheilukentän takavallille ja pururataa kuplahallin ja jalkapallokentän ympäri maaliin.

- 1,7 km lähtöpaikalta ylös Myllymäkeen ja muuten samoin kuin 1,2 km

- 3,5 km kaksi kertaa 1,7 km

- 5 km kolme kertaa 1,7 km

Radoilla purupohjaa, nurmea, hiekkaa ja puukantinen kaarisilta.

Radoilla selvät opasteet, nauhoitus, kalkkiviiva.

Ratakartat huoltorakennuksen seinällä.

Aikataulu

Lähtö1:	P9	11:00
Lähtö2:	T9	11:15
Lähtö3:	P10/P11	11:30
Lähtö4:	T10/T11	11:50
Lähtö5:	P12/P13	12:10
Lähtö6:	T12/T13	12:30
Lähtö7:	P14/P15/M17/M19	12:50
Lähtö8:	T14/T15	13:15
Lähtö 9:	N17/N	13:40
Lähtö10:	M	14:05

Tulokset, protestiaika ja ratavalvonta (radalla valvojia)

Epäviralliset tulokset tulevat ilmoitustaululle heti sarjan valmistuttua.

Protestiaika 30min, tehtävä kirjallisesti, protestimaksu 50eur.

Tuomarineuvosto/jury hyväksyy tulokset protestiajan umpeuduttua.

Toistuva toisen juoksijan kiilaaminen tai estäminen aiheuttaa hylkäämisen.

Pukutilat/suihkut/wc

Huoltorakennuksen alakerrassa M/P pukuhuone ja vessa.

Huoltorakennuksen yläkerrassa N/T pukuhuone ja vessa.

Palkinnot ja palkintojen jako

Palkintoja jaetaan kahdessa osassa. 9-11v sarjojen osalta n. klo 12:45 ja loput sarjojen päätyttyä n. klo: 15:00.

Kilpailussa palkitaan sisulisä pm-mitalilla kolme parasta. Sisulisäsarjat; Katso ilmoitusseinältä palkittavien määrät.

Joukkuekilpailussa palkitaan kolme parasta.

Sijalukupisteet lasketaan yhteen joukkueen kolmelta nopeimmalta juoksijalta.

Esim. *1*. ja *5.* ja *8*. = *14p*

Pienin yhteispistemäärä on 1. Toiseksi pienin pistemäärä on 2. Jne.

Palkintoja ei postiteta

Yleisurheilupassi/lisenssi ja osanotto-oikeus

Yleisurheilupassi/lisenssi on kilpailijalle pakollinen. Siilinjärven Ponnistus ei vastaa passittomalle urheilijalle aiheutuneesta vahingosta, vaan urheilija kilpailee omalla vastuulla kilpailun ulkopuolella.

Pohjois- Savon Yleisurheilu ry:hyn kuulumattoman seuran kilpailija osallistuu juoksuun kilpailun ulkopuolella.

Puhvetti - myytävänä juotavaa, makeaa ja suolaista kahvileipää, makeisia, makkaraa.

Kilpailun johtaja Juha Heikkinen 0500 959415, tulospalveluvastaava Kari Korhonen, ajanottovastaava Ilkka Maksimainen