

# **OHJEITA KILPAILIJOILLE:**

## **HIIHTOTYYLI PERINTEINEN**

N/M 8	1,0 km (1x1km)
N/M 10	2,5 km (1x2,5km)
N/M 12	3,0 km (1x3km)
N14	3,0 km (1x3km)
M 14	5,0 km (1x5km)
N16	5,0 km (1x5km)
M16	8,0 km (5km+3km)
N18	8,0 km (5km+3km)
M18	8,0 km (5km+3km)
N20	8,0 km (5km+3km)
M20	8,0 km (5km+3km)
N	10 km (2x5km)
M	15,0 km (3x5km)
N35	8,0 km (5km+3km)
N45,N55	5,0 km (1x5km)
M35,M45	8,0 km (5km+3km)
M55,M65, M70	5,0 km (1x5km)
M75	3,0 km (1x3km)

**KILPAILULADUT** Käytössä 1,0km, 2,5km, 3,0km, 5,0km

**MUUTOKSET MATKOKIHIIN JA REITTEIHIIN MAHDOLLISIA LUMITILANTEEN MUKAAN**

**VERRYTTELY** Kilpalatua voidaan käyttää verryttelyyn ja suksien testaukseen. Kilpailijat tulee huomioida ja antaa heille esteetön suoritushmahdollisuus. Ladulle mennään urheilukentän oikeasta laidasta. Verryttelemään ei saa kulkea lähtö/maalialueen kautta. Maalisuoralla ei saa hiihtää kilpailun aikana.

**KILPAILUKANSLIA** Kilpailukanslia liikuntahallin aulassa.

**KILPAILUNUMEROT** Noudetaan kilpailukansliasta. Numerolaput luovutetaan kilpailusuorituksen jälkeen maalialueella olevaan laatikkoon. Palauttamatta jääneestä tai hukkuneesta numerosta järjestäjä veloittaa ao. seuraa 100 euroa.

PAIKOITUS	Liikuntahallin, urheilukentän ja koulun pysäköintialueet, joissa opastus.
SUKSIEN VOITELU	Ei ole järjestettyä erillistä voitelupaikkaa.
SÄÄNNÖT	Kilpailussa noudatetaan FIS:n ja Suomen Maastohiihto ry:n sääntöjä ja järjestäjän antamia ohjeita. Protestiaika on 15 minuuttia. Protestin hinta 80 euroa.
TULOKSET	Tulokset OnLine tulospalvelun kautta. Linkki kisasivuilta. Kilpailujen jälkeen kisasivuilta.
PUKuhuoneet ja WC-TILAT	Liikuntahallin pukuhuoneet Liikuntahallin aulan wc-tilat
KESKEYTTÄMISTAPAUKSESSA	Hiihtäjän on ilmoitettava ja palautettava numerolappu maalipaikalla.
PALKINTOJEN JAKO	Palkintojen jako liikuntahallin sisätiloissa. Sarjojen 8-14 palkintojen jako, kun tulokset vahvistettu. Muiden sarjojen, kun tulokset vahvistettu. Kenttäkuulutuksella ilmoitetaan tarkempi kellonaika.
PALKINNOT	Sarjoissa 8-14 kaikki palkitaan. Muiden sarjojen palkittavien määrä ilmoitetaan kisapäivänä. N ja M yleisissä sarjoissa rahapalkinnot 1. 500€, 2. 300€, 3. 100€
KAHVIO	Kilpailukeskuksessa on puffetti. Lukion 1-2 luokka KILPAILIJAT SAAVAT KISAKANSLIASTA LIPUN JOLLA VOI LUNASTAA PUFFETISTA ILMAISEN KISAMAKKARAN  Kilpailualueella on valokuvaaja. Kuvat julkaistaan kisasivuilla myöhemmin.
ENSIAPU	EA-RYHMÄ: JOUTSAN PALOMIEHET RY, NRO 0400-4113758 PÄIVYSTÄVÄ LÄÄKÄRI: KESKI-SUOMEN KESKUSSAIRAALA, PUH.116117 HÄTÄKESKUS: PUH. 112