



VETERAANINEN SM- HIIHDOT RANTASALMELLA 10.3.2024

KILPAILUN OHJEET:

Tapahtuma järjestetään Harjupirtin hiihtokeskuksessa,
Lehtolantie 10 B, 58900 Rantasalmi.

KILPAILUOHJEET:

1. ILMOITTAUTUMINEN
2. OSALLISTUMISMAKSUT
3. RUOKAILU JA KISAKAHVIO
4. LIIKENNE JA PAIKOITUS
 - *MATKAILUAUTOILIJAT
5. VOITELUPAIKAT
6. LATUIHIN TUTUSTUMINEN
7. KILPAILUKANSLIA
 - *KILPAILUTIEDUSTELUT
8. MAJOITUS
9. KILPAILUPAIKKA
 - *KILPAILU- JA VERRYTTELYRADAT
 - *SUKSIEN TESTAUS
 - *PUKEUTUMINEN JA PESEYTYMINEN
 - *KILPAILUNUMEROT
 - *SUKSIEN MERKKAUS JA SAUVAN PITUUDEN TARKASTUS
 - *KESKEYTTÄNYT KILPAILIJA
 - *LÄMMITTELYASUT
 - *LÄHTÖVÄLI
 - *KILPAILUN JYRY
 - *KILPAILUAIKATAULU
 - *ILMOITUSTAULU
 - *LEHDISTÖ
 - *ENSIAPU
10. TILAISUUDET

1. ILMOITTAUTUMINEN

Ilmoittautuminen Hiihtoliiton kilmo järjestelmän kautta:





<https://hiihtokalenteri.fi/maastohiihto/10-03-2024-veteraanien-sm-hiihdot>

Ilmoittautuminen 4.3.2024 klo 21 mennessä.

Sunnuntaina 10.3. hiihtotapa on perinteinen, kilpailu hiihdetään väliaikalähdöllä.

Jälki-ilmoittautuneita ei hyväksytä.

Lähtölistat ovat sarjoittain nähtävissä 6.3.2024 osoitteessa:

<https://rantasalmenurheilijat.sporttisaiitti.com/veteraanien-sm-hiihdot-rantasalm/lahtolistat/>

2. OSALLISTUMISMAKSUT

Osallistumismaksu on 22 € / kilpailija

Osallistumismaksu on maksettava ilmoittautumisen yhteydessä

3. RUOKAILU JA KISAKAHVIO

Kilpailupaikalla on tarjolla sunnuntaina keittolounasta klo 11.00–16.00. välisenä aikana.

Aterian hinta paikan päällä 10,00 €/ateria. Ruokalippuja voi ostaa kisa kahviosta

[Sunnuntai 10.3.](#)

Lounas: Pyttipannu, leipä, mehu, vesi

Hiihtostadionilla kiskahviosta on saatavana kahvilatuotteita sekä muista myyntipisteistä lisäksi makkaraa.

Hiihtostadionin kiskahvion aukioloajat:

sunnuntai 10.3. klo 9.00 – 16.00

Erityisruokavaloista pyydetään ilmoittamaan etukäteen ruokahuollon vastaavalle: Sanni Saari puh. 044 5271109

sanni.saari@rantasalmi.fi

4. LIIKENNE JA PAIKOITUS

Kilpailupaikalle opastettu liikenne Parkumäen tieltä Joroistentielle, jonka kautta Lehtolantielle (opasteet risteyksissä) ja järjestäjän liikenneohjaus pysäköintipaikalle.

Kilpailujen paikoitusalue sijaitsee aivan hiihtostadionin läheisyydessä.

MATKAILUAUTOILIJAT





Matkailuautoille ja -vaunuille voi varata maksullisen paikan Urheilukeskuksessa. Hinta on 40 €/vrk sisältäen sähkön ja peseytymistilojen käyttömahdollisuuden. Paikkavaraukset: tiina.palmroos@gmail.com

5. VOITELUPAIKAT

Urheilukeskuksessa on yleinen voitelumahdollisuus (opastus tiloihin). Kisa-alueella on vuokrattavat voitelutilat, ota yhteyttä kilpailunjohtajaan puh. 0400 152391
Suksifirmat palvelevat hiihtäjiä.
Yhteistiedot:
Sporttikojootti Ky: Sami Heiskanen puh. 050 514 9262

6. LATUIHIN TUTUSTUMINEN

lauantaina 9.3. klo 15.00 – 20.00
sunnuntaina 10.3 klo 9.00 - 10.45
valot sammuvat klo 20.00 kisaradalta.

7. KILPAILUKANSLIA

Kilpailukanslia sijaitsee hiihtokeskuksessa, Lehtolantie 10 B, 58900 Rantasalmi.

Kanslia on avoinna:

lauantai 9.3. klo 14.00 - 17.00
sunnuntai 10.3.klo 9.00 - 15.00

KILPAILUTIEDUSTELUT

- kilpailun johtaja Arto Tilaéus 0400 152 391
- kilpailun varajohtaja Eero Sistonen 040 757 1812
- kilpailusihteeri Tiina Tilaéus 044 583 2200
- ratamestari Jari Tolvanen 040 670 0103
- kisakanslia Sirpa Vihavainen 040 516 9290

8. MAJOITUS

Majoitustiedot löytyvät Rantasalmen Urheilijoiden sivulta. Mainitse varausta tehdessä Veteraanien SM- Hiihdot Majoituksista ja kotimajoitusvarauksista vastaa:
Tiina Palmroos
Puh: 045 2687112
Sähköposti: tiina.palmroos@gmail.com





9. KILPAILUPAIKKA

Harjupirtin hiihtokeskus, Lehtolantie 10 B, 58900 Rantasalmi.
Taajamasta hiihtokeskukseen matkaa noin 1 km

KILPAILU- JA VERRYTTELYRADAT

Kilpaladut 3 km ja 5 km on merkitty opastein maastoon. Kilpailun kartat löytyvät nettisivulta. Verryttelylatu on parkkialueen läheisyydessä ja kiertosuunnat merkitty opastein.

Kilpailuladuilla verryttely ja voidekokeilut on ehdottomasti kielletty kilpailun aikana. Kaikki testaajat ja verryttelijät poistetaan laduilta 10 minuuttia ennen ensimmäistä starttia.

SUKSIEN TESTAUS

Verryttelyladulle on järjestetty testimäki luistotesteille. Suksia saa myös testata kilpaladulla, ainoastaan kilpailun hiihtosuuntaan hiihtäen, kun latu on harjoittelukäytössä. Kilpailuladulla testaaminen on ehdottomasti kielletty latujen suljettuna ollessa.

PUKEUTUMINEN JA PESEYTYMINEN

Pukutiloina hiihtokeskuksessa on käytössä huoltorakennuksen pukutilat ja suihkut. Urheilukeskuksen peseytymistilat sijaitsevat jäähallissa ja urheilukentän huoltorakennuksessa (opastus tiloihin), Urheilutie 4. Lähtöalueelle on varattu kilpailijoiden käyttöön wc-tilat.

KILPAILUNUMEROT

Kilpailunumerot noudetaan kisakeskuksen kisakansliasta henkilökohtaisesti. Kilpailunumerona käytetään järjestäjän antamaa kisanumeroa, joka palautetaan maaliin tulon jälkeen maalitoimitsijoille.

SUKSIEN MERKKAUS JA SAUVAN PITUUDEN TARKASTUS

Suksien merkkausta ei suoriteta. Sauvan pituus tarkastetaan satunnaisesti.

KESKEYTTÄNYT KILPAILIJA

Keskeyttäneiden on ilmoitauduttava maalin toimitsijalle.

LÄMMITTELYASUT

Kilpailija saa numerollaan varustetun muovipussin, johon hän voi laittaa lämmittelyasunsa kilpailun ajaksi. Pusseille on numeroidut telineet lähtöpaikalla.

LÄHTÖVÄLI

Lähtöväli kilpailussa 30 sekuntia.





KILPAILUN JYRY SUNNUNTAI

- Arto Tilaéus kilpailun johtaja
- Juha Hyvönen TD
- Jukka Rasimus TD-avustava
- Tiina Tilaéus kilpailun sihteeri

Kilpailuaikataulu

Sunnuntai 10.3.2024 alkaen klo 11.00

- hiihtotapa perinteinen
- lähtöväli 30 s

Hiihtojärjestys ja -matkat

1 x 3 km = 3 km (P): M80, M85, M90, N70, N75, N80, N85, N90

1 x 5 km = 5 km (P): M75, N65, N60, N55

2 x 5 km = 10 km (P): M70, M65, M60, M55, N50, N45, N40, N35,

3 x 5 km = 15 km (P): M50, M45, M40, M35

PALKINTOJEN JAKO

- palkitaan sarjoittain 3 parasta hiihtäjää
- palkinnot jaetaan kisapaikalla kilpailujärjestyksessä heti kun tulokset on vahvistettu. Kuulutuksella ilmoitetaan palkintojen jaon alkaminen.

ILMOITUSTAU LU

Kilpailujen ilmoitustaululla on lähtölistat, tulokset, ratakartat ja lämpötilatiedot. Lähtölistat ja tulokset löytyvät nettisivulta:

<https://rantasalmenurheilijat.sporttisaitti.com/veteraanien-sm-hiihdot-rantasalm/>

LEHDISTÖ

Lehdistö on kisa-alueella.

ENSIAPU

Ensiapuryhmä päivystää kisapaikalla kilpailujen aikana.

Ensiavusta vastaava: Seija Hirvonen puh. 050 551 0266

10. TILAISUUDET

Sunnuntai 10.3.2024

- klo 10.00 tuomarineuvoston kokous, ajanottorakennus
- klo 10.45 kisapäivän avaussanat
- klo 11.00 ensimmäisen sarjan lähtö

TURVALLISTA KOTIMATKAA!

