SAKU MESTARUUSHIIHDOT

**Vihdin Nummelassa lauantaina 6.02.2016**

**vapaa perinteinen väliaika/yhteislähdöt**

#### KILPAILUTOIMIKUNTA

kilpailun johtaja Petri Teittinen

järjestelytoimikunta

latumestari Tuomo Kontinaho

ajanotto Mikko Sakala

kilpailutoimisto Taina Räikkönen

#### TUOMARINEUVOSTO

Petri Teittinen kilpailun johtaja Vihdin Viesti

Tuomo kontinaho latumestari Vihdin Viesti

Taina Räikkönen sihteeri Vihdin Viesti

# SÄÄNNÖT

Kilpailussa noudatetaan FIS:n ja SHL:n sääntöjä ja järjestäjien antamia ohjeita.

Protestiaika on 15 minuuttia.

#### LÄHDÖT

Ensimmäiset lähdöt la klo 11.00

#### SARJAT JA MATKAT

**Kilpailulajit**

**Sarjat:**

M yleinen N yleinen

M40 N40

M50 N50

M55 N55

M60 N60

M65 N65

**Matkat:**

Miehet: Naiset:

5 km perinteinen 3 km perinteinen

5 km vapaa 3 km vapaa

sprinttihiihto perinteinen sprinttihiihto perinteinen

Viesti (Sarjat: M yleinen 3x 3 km, M50 3x 3 km, N 3x 2 km)

Sprinttiviesti (naiset, miehet, miehet 50)

Sekasprinttiviesti

**Hiihtotavat:**

Viestin ensimmäinen osuus hiihdetään perinteisellä ja seuraavat osuudet vapaalla hiihtotavalla.

**Sprinttiviesti:** 2-henkinen joukkue, jossa toinen hiihtää perinteisellä ja toinen vapaalla hiihtotavalla. Hiihtojärjestys: 1. osuus perinteinen, 2. osuus vapaa, 3. osuus perinteinen ja 4. osuus vapaa.

**Sekasprinttiviesti:** 2-henkinen joukkue, jossa molemmat sukupuolet tulee olla edustettuna. Toinen hiihtää perinteisellä ja toinen vapaalla hiihtotavalla. Hiihtojärjestys: 1. osuus perinteinen, 2. osuus vapaa, 3. osuus perinteinen ja 4. osuus vapaa.

Henkilökohtaiset kilpailumatkat käydään väliaikalähtönä ja viestit yhteislähtönä.

#### KILPAILUKESKUS

#### Kilpailukeskus sijaitsee Nummelan keskustan läheisyydessä Hiidenvedentien varrella.

Opastus kilpailukeskukseen on Hyvinkää-Hanko tieltä ( VT 25 ) Hiidenvedentien risteyksestä.

Huomio. Vanhemmissa kartoissa Hiidenvedentien nimi on Vesikansantie.

**PYSÄKÖINTI**

Kilpailijoiden ja katsojien pysäköinti tapahtuu Nummelanharjun kilpailukeskuksessa

( Hiidenvedentie 3 , Nummela ).

PYSÄKÖINTI HIIDENVEDENTIEN VARTEEN KIELLETTY SAKON UHALLA.

#### HUOLTO

Miesten ja naisten pukeutuminen ja peseytymistilat ovat Hiidenvedentien toisella puolella olevassa Nummelanharjun koulukeskuksessa. Käynti jalkapallokentän puolelta.

WC:t ovat kilpailukeskuksessa ja peseytymistiloissa.

Suksien voitelu tapahtuu ulkona.

# SUKSIEN TESTAUS JA VERRYTTELY

Kilpaladun käyttö lämmittelyyn kilpailun aikana on sallittu.

Hiihtäjiltä pyydetään varovaisuutta ladulla liikuttaessa. Kilpailijoiden suoritetusta ei saa häiritä.

Verryttelyyn suositellaan muita läheisyydessä olevia latuja mahdollisuuksien mukaan.

**SUKSIEN VOITELU**

Kilpailupaikalla on mahdollista saada suksien voitelua korvausta vastaan. Pitovoitelu 10 € ja luistovoitelu 10€. Suksien voitelu huoltorakennuksen läheisyydessä lauantaina klo 9-noin 16.00

#### KILPAILUNUMEROT

Kilpailunumerot saa noutaa kilpailutoimistosta. Tarkista oma kilpailunumerosi lähtöluettelosta. Numerot **eivät ole** seurapusseissa

Numerot luovutetaan kilpailun jälkeen maalipaikalla.

Kadonneesta numerosta veloitetaan € 50,- .

#### KILPAILUOHJEET JA LÄHTÖLUETTELOT

Kilpailuohjeet ja lähtöluettelot ovat nähtävillä huoltorakennuksessa ja ulkona

kilpailukeskusalueella.

#### PALKINNOT

Palkinnot jaetaan kilpailukeskuksessa. Palkittavien määrä on nähtävillä

kilpailukeskuksen tulostaululla.

Palkintojenjakoajat vahvistetaan kuulutuksella.

**KISARAVINTOLA**

Kisaravintola sijaitsee sisällä huoltorakennuksessa.

#### ENSIAPU

Ensiapupiste on kilpailukeskuksen huoltorakennuksessa.

Jokainen kilpailee omalla vastuullaan.

#### TULOKSET

Tulokset on nähtävillä ulkona kilpailukeskuksen tulostaululla.

Tulokset on myös nähtävillä Vihdin Viestin kotisivuilla www.vihdinviesti.sporttisaitti.com

# HIIHTOTAPA PERINTEINEN JA VAPAA

**REHTIÄ KILPAILUMIELTÄ !!**

**Vihdin Viesti ry.**