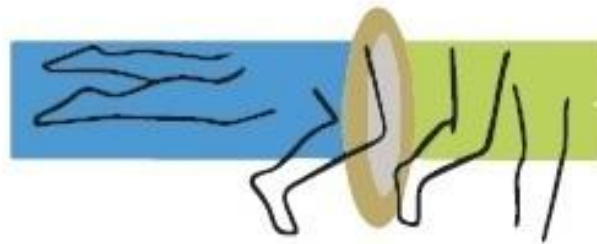




KANGASALA

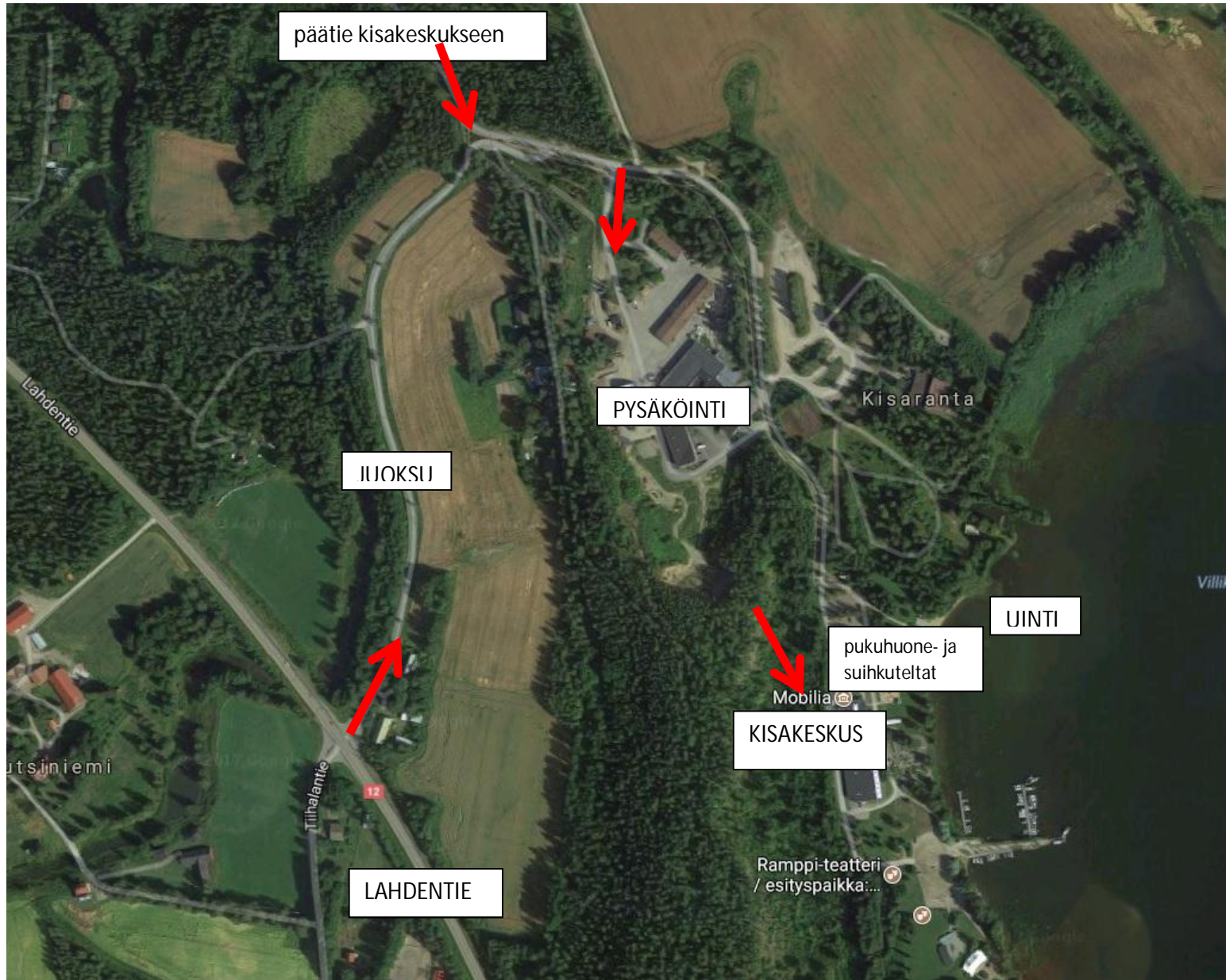


TRIATHLON

KILPAILIJAINFO

kilpailunjohtaja Simo Hillo puhelin 0400 594 385

aluekartta ja selitykset:



kilpailijapysäköinti ja kisakatsojien (isot parkkialueet) pysäköinti on Destian varikolla. Sinne on pysäköinninohjaus, ja kun poistutte niin toiveena on, että menette samaa reittiä, kun tulittekin. Pysäköinnistä on kisakeskukseen matkaa n 200 – 300 metriä, INVA pysäköinti on mahdollista kisakeskuksen lähellä.

ajakaa rauhallisesti ja maltillisesti, ei ole kiire!

lauantaina 14.7 kisakanslia ja pysäköinnin ohjaus alkaa kello 07.30, lasten kisan kilpailijainfo pidetään n kello 09.15.

INFO pidetään kaikille matkoille vaihtoalueella.

Toiveena olisi, että lauantai-aamuna annetaan kisakansliassa aikaa lasten kisaan tulijoille, lasten kisaan tulossa lähes 70 kilpailijaa.

kun tulet:

- auto parkkiin, tavarat mukaan ja kohti kisakansliaa
- kisakanslia on aivan kisakeskuksen ytimessä iso telttä, missä kyltti TOIMISTO
 - kerro nimesi, saat kisavarusteet:
- kilpailijanumero, uimalakki, t paita, ajanotto CHIP, – osallistumismitali jaetaan maalissa, ja lasten kisassa palkitaan kaikki kisapussukalla, joten mitali jaetaan palkintojenjako tapahtumassa
- toimistosta saat tarvittaessa kilpailijanumeron kiinnittämiseen kuminauhaa ja hakaneuloja, omaa numerolappuvyötä voit toki käyttää, jos sellainen on.

RUOKAILUN ilmoitat Mobilian Vanhat Autot kahvilassa näyttämällä kilpailijanumeron. RUOKAILU kuuluu kilpailijoiden kisamaksuun, ja lounas on mahdollista ostaa katsojien omasta toimesta kahvilasta. Kahvilassa on sisällä tarjolla kahvia + muuta ja terassilla makkaramyynti.

Kisatoimiston vieressä on JOKA ARPA VOITTAA arpamyynti, ja voittojen lunastus. Kisakioskissa asioit käteismaksulla, Mobilian kahvilassa toimii pankkikortti.

Kisakeskuksessa on Triathlon varusteita myynnissä ja lihashuolto piste Aku Silvennoinen – MAKSU KÄTEISELLÄ - : Klubbensport.fi (uinti), myös pääyhteistyökumppani Aito Säästöpankki on kisahumussa mukana.

WC:T löytyvät, 2 kpl Bajamajoja kisakeskuksen pihalla + 1 bajamaja juoksureitillä, 2 WC:tä kahvilassa, venerannassa 2 WC:tä. Alueella myös roskasäilöt roskille ja tyhjiille pulloille. Käyttäkää näitä roskiksia, on kyltit – tyhjät pullot / roskat.

Suihkuteltat; naisilla oma (2 suihkua) ja miehille oma (2 suihkua) löytyvät pukuhuonetelttojen vierestä. EI SAA KÄYTTÄÄ PESUAINEITA, vesi tulee Längelmävedestä, veden lämpötila 22.

Pukuhuoneteltat (useita) löytyvät KISAKESKUKSEN alueelta nurmikolta. Kisatoimistosta löytyy tila arvotavaroille.

KISAKESKUKSESTA löytyy Kangasalan Veden 1000 litran vesisäiliö, siitä onnistuu kätevästi juomapullon täyttäminen.

TOIMITSIJOITA on tapahtumassa yli 40, meidät tunnistaa Kangasala Triathlon t – paidasta ja keltaisesta heijastinliivistä.

VALMISTAUTUMINEN KISAAN:

- kun olet saanut varusteet kisakansliasta, voit viedä pyörän vaihtoalueelle – vaihtoalueen päällikkö infoaa aikatauluja, mutta peruseriaatteena, että aikuisten matkoille n 30 min ennen kisalähtöä, portilla tarkistetaan pyörän kunto pikaisesti: jarrut, ja se, että kilpailijalla on pyöräilykypärä.
 - aseta numerolappu pyörän lähelle, sekä omat varusteet siniseen muovilaatikkoon – kaikki kisaan tarvittavat varusteet muovilaatikkoon.
 - Uinnissa emme käytä numerolappua, uinnissa käytät uimalakkia
- aseta ajanotto tagi (musta panta) nilkkaa, ei väliä kumpaan. Uimalakin ja tagin saat pitää muistona kisasta, niitä ei tarvitse palauttaa.

JOUKKUEKISAILIJAT!

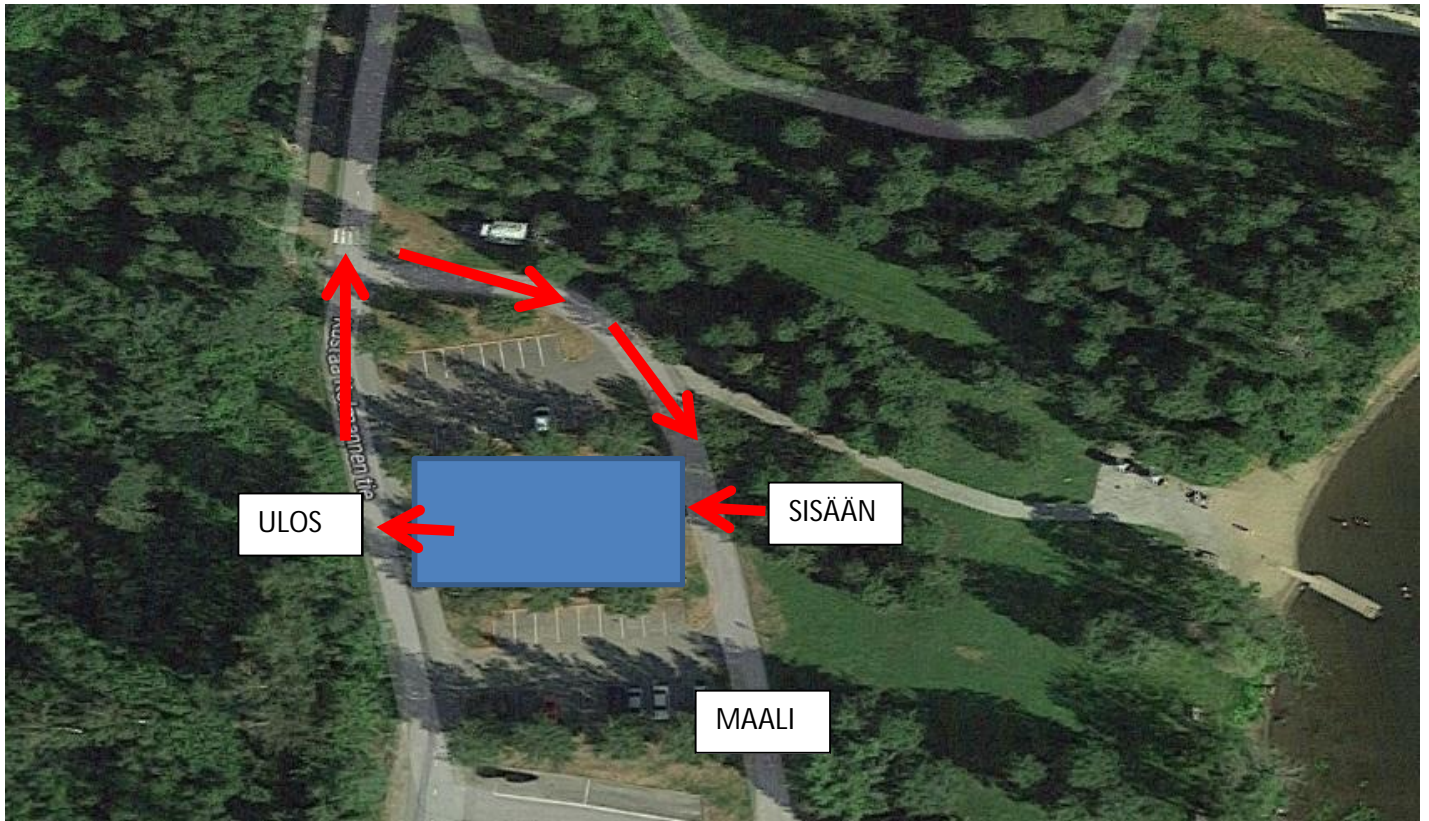
Jokaiselle tulee oma tagi nilkkaan, mutta täytyy vaan pitää huoli, että vaihtoalueelle meno ja tulo tapahtuu sivusta eikä mattojen päältä. Eikä muutenkaan vaihtoa odottelevat kävelisi ajanottomattojen yli kilpailun aikana. Tämä sama ohje koskee myös kilpailijoita, joilla on jo tagi kiinni.

Tagin kiinnittämisessä huomioitava, ettei niitä kiinnitetä rasvaisilla tai märillä käsillä pysyvyyden maksimoinniksi.

- uintiverryttely (omalla vastuulla) on mahdollista ennen kisastarttia, ole kuitenkin ajoissa kisainfossa.
- uinnissa voit käyttää uima-asuna kilpailija-asua, uimapukua tai märkäpukua, myös uimarinpoiju on OK, silloin lähdet uintiin loppujoukosta. Lasten 8 v sarjassa on mahdollista käyttää kellukkeita, ja pyöräilyssä apupyöriä tai potkupyörää.

- uintireitti kerrataan vielä kilpailijainfossa, ja juuri ennen starttia, kierrät uintireitin vastapäivään, eli poijut / kartiot jäävät sinusta katsottuna vasemmalle. Jos uinnin aikana tulee murheita, pysähdy ja nosta käsi ylös – uintiturva tulee paikalle.
- lähtö uintiin tapahtuu aivan "vesirajasta", lähetys on seuraavanlainen: starttiin 1 minuuttia, starttiin 30 sekuntia, starttiin 10 sekuntia, ja sitten kuuluu sumutorven törähdys joka merkinä lähdöstä, juokset veteen ja lähdet uimaan, uintityyli sinulle sopivin. Rolling start, eli asetu jonossa oman "tavoiteaikasi" mukaiseen kohtaan
- katsojat, huomioikaa antaa kilpailijoille rauha kisasuoritukseen, uinnin jälkeen juokset mattoa pitkin vaihtoon (n 73 metriä).
- uinnin jälkeen alkaa pyöräilyosuus: kiinnitä kilpailijanumero niin, että lappu jää selkäpuolelle, laita pyöräilykypärä päähän, TALUTA pyörä vaihdosta vaihtoalueen portista, pyöräilyn saat aloittaa punaisen huomioviivan jälkeen, n 5 metriä vaihtoalueen portista.
- vaihtoalueella on toimitsijoita, ja lisäksi EA varusteita ja pyörävarusteita (pumppu),

VAIHTOALUE:



TÄRKEIN sääntö mikä kilpailijan on syytä muistaa on kulkuväylät vaihtoalueella, uimarannan puolelta aina sisään (uinti, pyörä) ja toisesta päästä ulos.

JUOKSUSSA kierretään MOBILIAN kautta, reitit hieman vaihtelee matkoittain, ne on selkeästi merkitty.

LASTEN kisassa on reitillä toimitsijoita riittävästi, ja reitit selkeät. Lasten kilpailuissa on eri ikäsarjojen ja matkojen kilpailijat merkitty erivärisin numerolapuvin (numerot).

AJANOTTOON liittyvissä asioissa suoraan yhteys TEAM LAINEEN valkoiseen pakettiautoon. Kisatulokset tulee välittömästi kisan päätyttyä nettisivuille, sekä ajanoton pisteellä on INFO TV.

KISA-ALUEELLA on aluekuulutus, ja yleiset kuulutukset hoidetaan Mobilian sisältä, myös megafoni on apulaiskilpailunjohtajan käytössä.

Pyöräilyssä on kilpailijoiden käytössä oma kaista välillä Mobilia – Sahalahdentie n. 1,5 km, se on merkitty selkeästi. Ja reitillä on liikenteenohjaajia. Kaikkia alueen asukkaita on infottu tapahtumasta. Pyöräilyssä ajat oikeaa reunaa, tee harkiten ohitukset. Pyöräilyssä on PEESIKIELTO, eli edellä menevään vähintään 10 metriä, jos ajat kiinni, niin tee ohitus rivakasti, ohitettava ei saa ruveta kiihdyttämään.

LASTEN kisa ja KOKEILE kisa pyöräilee suljetulla reitillä. Huomioi liikenne, kun lähestyt vaihtoa, kuuntele toimitsijan ohjeita.

Kun tulet pyöräilyosuudelta vaihtoon, huomioi kohtuullisen jyrkkä mutka. Pyörän päältä nouset taas punaisen huomioviivan kohdalla, ja talutat pyörän vaihtoalueelle.

Kun lähdet juoksuosuudelle käännä numerolappu etupuolelle, juoksulla on oma kaista, ja lähdet juoksuosuudella samaan suuntaan kuin pyöräilyssä nurmikko-hiekkatie-asfaltti.

Maaliin tulet maalisuoraa pitkin, maaliintulon jälkeen ota varusteet vaihtoalueelta, ja voit alkaa valmistautumaan kisalounaan nauttimiseen. Kisaruoika on tarjolla molempina kisapäivinä riittävän pitkään (ainakin klo 18 tai pidemmälti).

Tapahtuma-aikataulu AIKATAULUMUUTOKSET mahdollisia, kenttäkuulutus

lauantai 14.7.2018

kello 07.30 kisakanslia aukeaa

n kello 09.15 lasten kisan INFO vaihtoalueella

kello 09.30 lasten kisa alkaa

kello 09.30 8 v

kello 09.45 8 v SUPER

kello 10.00 10 v

kello 10.15 10 v SUPER

kello 10.35 12 v

kello 10.55 12 v SUPER

kello 11.20 14 v

n kello 12.00 alkaa palkintojen jako

kello 12.15 Kokeile Triathlon INFO vaihtoalueella (huomiokaa, että aikataulu saattaa venyä)

kello 12.30 Kokeile Triathlon LÄHTÖ

kello 13.45 Kokeile Triathlon palkintojenjako

kello 14.30 Kunto+ INFO

kello 15.00 kunto+ kisan lähtö

n kello 18.00 kunto+ kisan palkintojen jako

- ennen omaa lähtöä voit odotella uinnin lähtöpaikalla, huomioithan antaa kuitenkin lähtörauhan aiemmalle lähdölle
- suorituksen jälkeen välittömästi omat varusteet vaihtoalueelta pois
- vaihtoalueen päällikkö hallinnoi vaihtoaluetta, paikkoja ei ole merkitty numeroin, mutta sinne ei myöskään saa viedä pyörää / varusteita ennen annettua lupaa. Kunto+ matkalle vaihtoalue aukeaa n kello 14.00

sunnuntai 15.7.2017

kello 08.30 kisakanslia aukeaa

kello 10.00 Kunto -matkan INFO

kello 10.30 Kunto -matka LÄHTÖ

kello 12.30 Super -matkan INFO

kello 13.00 Super -matkan LÄHTÖ

kello 14.00 Kunto-matkan palkintojenjako

n.kello 18.00 Super -matkan palkintojenjako

Huom!

Järjestäjä pidättää oikeuden mahdollisiin aikataulumuutoksiin

Aikuisten matkojen kartat / reitit löytyvät kisan nettisivuilta, ja muutamia kappaleita katseltaviksi kisatoimistosta.

KISAKESKUKSESSA on EA –telttä ja ensihoitaja paikalla.

Tervetuloa Kangasala Triathloniin!

