

DEGERSJÖ-JUOKSU 23.06.2023

KILPAILUOHJE

Kilpailu alkaa klo 11.00 Fiskarin urheilijoiden majalta. Ilman aikaa juoksevat ja kävelijät lähtevät samaan aikaan. Kaikki käyttävät numerolappua.
Osoite: Kalliomäentie 4, 10470 Fiskari

Sarjat: 15 km

Miehet kilpasarja
M50
Naiset kilpasarja
N50
Kuntosarja

7 km

Miehet kilpasarja
M70
Pojat 13-16 v
Naiset kilpasarja
N70
Tytöt 13-16 v
Kuntosarja

2 km

Pojat alle 12 v

2 km

Tytöt alle 12 v

600m

alle 7 vuotiaat

Lähdöt : 15 km ja 7 km lähtevät samaan aikaan klo 11:00.

2.5km lähtevät klo 11:05

600m lähtevät klo 11:03

Reitti: Reitin pituudet on 15km, 7km, 2km ja 0,6 km kaikki matkat hiekkatietä. Reitin on merkattu opastein.

Juomapisteet ovat noin 6 km ja 12 km kohdalla.

Huom: Kilpailijoiden on varottava muita tiellä liikkuvia.

Maali : Maalissa tarjolla mehua ja vettä. Numerolappu jätetään maalissa olevaan laatikkoon.

Keskeyttäneet ja ilman aikaa juoksevat eivät juokse maalin läpi, vaan ilmoittautuvat maalialueen henkilöstölle.

Palkinnot ja tulokset : Jokaisen sarjan kolme parasta palkitaan. Jokainen osallistuja saa muistomitalin. Palkinnot jaetaan mahdollisimman pian tulosten valmistuttua. Tulokset julkaistaan seuran nettisivuilla mahdollisimman pian kilpailun jälkeen.

Pukeutuminen ja pesu: Kilpailukeskuksessa ei ole pesumahdollisuutta (Uintimahdollisuus Degersjössä, pysäköintialueen ja kisapaikan välissä. Matkaa laiturille noin 300m).

Kanttiini: Kahvia, virvokkeita, pientä purtavaa sekä grillimakkaraa ostettavissa kilpailukeskuksen kanttiinista.

Maksutavat: Maksutapoina käyvät käteinen, maksukortti.

Ensi-apu: Kilpailukeskuksessa.

Vakuutukset : Kilpailijoita ei ole vakuutettu kilpailun aikana järjestäjän toimesta. Jokainen osallistuu tapahtumaan omalla vastuullaan.

Varustesäilytys ja WC: Varustesäilytystä ei ole, jokainen huolehtii omista tavaroistaan. Auton avaimet voi jättää kanttiinin kilpailun ajaksi. Ulko wc:t löytyvät kilpailukeskuksen ulkopuolelta seuramajan takana.

Paikoitus: Malcomintiellä oleva paikoitusalue on kilpailijoiden käytössä. Paikoitusalue sijaitsee 400m päässä kilpailukeskuksesta.

Osoite: Malcomintie, 10470 Fiskari.

Saavu paikalle terveenä ja ajoissa.

Fiskarin Urheilijat – 47 toivottaa kaikki kilpailijat ja kuntoilijat tervetulleiksi