

KILPAILUOHJE SM-joukkueviesti (yleinen, nuoret, masters170 ja masters210) peesivapaa.

(Uinti 200m – Pyörä 5.3km – Juoksu 1.5km)

Jakakaa tämä info koko teidän joukkueelleen!

Kilpailuinfot: SM-joukkueviestien kilpailuinfo pidetään klo 16.00.

Kilpailuinfo piste sijaitsee kisakanslian takana.

Kisainfo asiaa löytyy kisasivun kilpailuinfosivulta: <https://www.triforfun.net/kilpailuinfo>

Kilpailukanslia: Sijaitsee Kuusijärven yläkentällä, jonne kisapaikalla on opasteet (auki myös pe klo 18-20)

Kilpailijoiden ja katsojien parkkipaikat: Osoitteessa: Mittalinja 1 [Kartta](#).

Ensiapupiste: Kisatorin läheisyydessä, SPR:n auto!

Ennen kilpailua

- Vahvistakaa osanottonne **kisakansliassa riittävän ajoissa ennen** omaa lähtöänne
- Laittakaa kirjekuoreissa olevat tarrat kypäriin ja pyöriin sekä Chip –ajanottolaite aloitusosuuden kilpailijan (toimii myös vaihtokapulana) vasempaan nilkkaan (kadonneesta chipistä veloitamme 50e)
- Viekkää kaikki tavaranne **vaihtopaikalle n. 60min ennen joukkueen starttia.**
- Pyöränne tarkistetaan (esim. mahdollinen lisätanko, lue liiton sivulta peesivapaan kilpailusäännöt)
- Laita vaihtopaikkasi kuntoon: Pyörä telineeseen, **numerolaput vaihtopaikalle** ja kypärät roikkumaan pyörään, juoksukengät (saa peesivapaissa lähdöissä jättää maahan) ja mahdolliset muut varusteet laatikkoon
- Valmistautukaa kisaan, uintiverryttely tapahtuu järven vasemmassa reunassa
- 1. osuuden kilpailijan pitää olla viimeistään **10 min ennen** lähtöä starttialueen lähellä sijaitsevassa **odotuskarsinassa.**

Kilpailun aikana

- Sarjan startti tapahtuu hyppylähdöllä.
- Märkäpukua saa käyttää, jos vesi on alle 20 asteista (eli 20 asteen sääntö on kaikilla koko lähdössä)
- 1. vaihto: uinnissa käytetyt varusteet laatikkoon (uimalasit, lakki, (märkäpuku)), kilpailunumero **selkäpuolelle, kypärä kiinni** ennen kuin otat pyörän, pyöräilyn aloitus **vihreän viivan jälkeen**
- Saat peesata vain samalla kierroksella olevia, **keskiviivaa ei saa ylittää, siitä seuraa heti hylkäys!**
- 2. vaihto: pyörän päältä **ennen punaista viivaa**, kypärä irti vasta kun pyörä on telineessä, pyöräilyssä käytetyt **varusteet laatikkoon** (esim. kypärä), lenkkarit jalkaan
- Juoksun aloitettua käännä kilpailunumero **etupuolelle**
- Varaslähdöstä, vaihtopaikkarikkeestä (esim. uimalasit laatikon ulkopuolella), pyöräilemisestä ennen punaista viivaa / viivan yli -> **10s aikasakko**, kärsitään penalty boxissa juoksuosuudella!
Penaltyboxi sijaitsee n. 100m ennen vaihtopaikkaa ja 3. osuudella n 100m ennen maalia.

TÄRKEITÄ HUOMIOITA KISANKULUSTA

- **Vaihtopaikka** sijaitsee maalin vieressä rannan puolella. Vaihdoista juostaan rantaa pitkin merkattua reittiä laiturille, jonka päästä hypätään järveen.
- **Vaihtokapulana** toimii Chip-ajanotto-laite, joka siirtyy aina vaihdossa seuraavan kisaajan jalkaan.
- Joukkueessa olevien henkilöiden **nimiä ja järjestystä voi vapaasti vaihtaa 7.6 asti**, tämän jälkeen se onnistuu vain 15€ vaihtomaksulla laittamalla sähköpostia osoitteeseen info@vantaatriathlon.fi tai kisakanslian auetessa se onnistuu vain kisapaikalla kisakanslian pulmapisteellä Pe klo 18-20 ja La klo 7.30.. ja se on tehtävä siellä viimeistään 60min ennen SM-joukkueviestien starttia.
- Noutakaa numerolappu mukanaan pyöränne ja muut varusteet **heti** kisan jälkeen
- SM-joukkueviestin [uintikartta](#) [pyöräilykartta](#) [juoksukartta](#)
- SM-viestin [vaihtokartta](#):
- Lisä infoa löytyy SM-joukkueviestisivulla: <https://www.triforfun.net/copy-of-sm-joukkueviesti>