

# Knockout-sprinttitreeni 13.11.2021

Kahilanniemi, Lappeenranta

## Ohjelma

10:00	Kokoontuminen ja ohjeiden jako
10:15-10:45	Alkuerät
10:45-11:15	Välierät
11:15-11:30	Finaalit



## Sarjat ja radat

Miehet, Naiset, Junnut

Sarja	Miehet
Alkuerä	2,0 km 14 rastia
Välierä	2,4 km 10 rastia
Finaali	2,2 km 11 rastia

Sarja	Naiset	Junnut
Alkuerä	1,6 km 12 rastia	1,6 km 12 rastia
Finaali	2,4 km 10 rastia	2,4 km 10 rastia



Matkat on ilmoitettu lyhintä mahdollista reittiä.

Naiset ja Junnut saavat halutessaan juosta myös kolmannen erän.

## Rastit

Sinikeltainen kuitunauha

## Kartta

Sprinttisuunnistuskartta 1:4000, käyräväli 2 m. Kartan koko A4.

Rastimäärittelyt ovat vain kartassa. **Omat karttamuovit.**

Kiellettyjä alueita sekä tonttivihreää on lisätty karttaan ja niitä tulee noudattaa!

## Ilmoittautuminen

Nimenhuutoon torstaihin 11.11. klo 23:59 mennessä.

## Ohjeet

Alkuerät (Miehet, Naiset, Junnut):

2,0 km / 14 rastia. Radalla juoksualusta 70% kovapohjaista, 30% nurmikko. Radalla on kartan "kääntö" jossain vaiheessa rataa. Karttapalat ovat samalla puolella paperia. Numerointi on jatkuva. Lähdöt: Miehet 10:15, Naiset 10:20, Junnut 10:25

Välierät (Miehet), Finaalit (Naiset, Junnut):

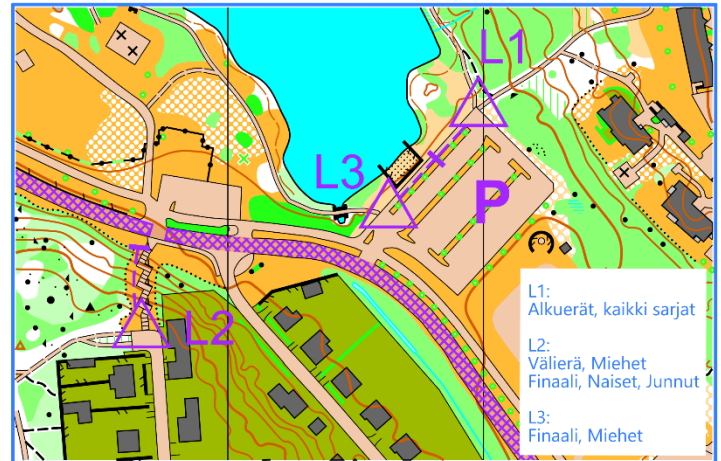
2,4 km / 10 rastia. Radalla juoksualusta 85% kovapohjaista, 15% nurmikko. Ei hajontaa. **Rata ylittää autotien useampaan kertaan. Ylityspaikat (suojatiet) on merkitty karttaan.** Lähdöt: Miehet 10:45, Naiset 10:50, Junnut 10:55

Finaali (Miehet):

2,2 km / 11 rastia. Maasto puistomaista aluetta Myllysaaren alueella. Perhoslenkkihajonta. **Rata ylittää autotien kahteen kertaan. Ylityspaikat (suojatiet) on merkitty karttaan.** Lähdöt: Miehet 11:15, Loput 11:20













Autoteiden ylityksissä ei ole ohjausta.

**Noudattakaa varovaisuutta!**



## SPRINTTISUUNNISTUS

### Kielletyt kohteet kartalla

-  Ylipääsemätön jyrkänne
-  Ylipääsemätön vesialue
-  Ylipääsemätön suo
-  Läpipääsemätön kasvillisuus, pensasaita
-  Ylipääsemätön / läpipääsemätön muuri tai seinä
-  Ylipääsemätön / läpipääsemätön aita tai kaide
-  Kielletty alue (esim. pihamaa tai kukkapenkki)
-  Rakennus
-  Ylipääsemätön linjakohde (putkilinja)
-  Ylityskielto
-  Kielletty alue
-  Väliaikainen rakennelma tai suljettu alue