

## Vantaa-Hiihto la 5.3 -22 klo 10 massahiihto, hiihtotapa V

### KILPAILUOHJEITA

#### Sarjat

N, N40, N50 V 30 km

M, M40, M50, M60 V 30 km

N/M alle 15v. V 20 km

Retkisarja 5-20 km

#### Ilmoittautuminen

26.2. asti laturetki 10€, kilpasarjat 40€

3.3. klo 20 mennessä laturetki 20€, kilpasarjat 55€ :

<https://timing.4i.fi/www/newentry.aspx?id=399>

#### Huom, ilmoittautuminen on sitova vasta, kun se on maksettu.

Vantaan Hiihtoseuran tilinumero FI55 4055 1320 0719 82

Viestikenttään osallistujien nimi/nimet ja oma oikea sarja.

Jälki-ilmoittautuminen kisapaikalla 30/65€ klo 9.30 mennessä – käteismaksu.

Vantaa-Hiihto on osa Kestävyyskierrosta ja Kestävyyskierrokselle ilmoittautuneet huomioidaan automaattisesti omaan sarjaansa Vantaa-Hiihdossa.

Kestävyyskierroksesta lisää ja ilmoittautuminen <https://www.vantaa.fi/kestavyyskierros>

#### Yleiset ohjeet

#### Hiihto hiihdetään \*kolmena 10 km lenkinä stadionin kautta kiertäen, jossa on huoltopiste.

\*varaamme oikeuden muuttaa reittiä/reitin pituutta lumiolosuhteista johtuen

#### Lähtö on yhteislähtö, laturetken startti erikseen.

Tiedotus kilpailupaikalla hoidetaan kuulutuksin. Ilmoitustaulut kilpailupaikalla huoltorakennuksen seinällä ja kilpailukansliassa. Tapahtumapaikka sijaitsee osoitteessa Luotikuja 2, Sotungintien varressa, Hakunilan urheilukentällä. Opastus Kehä III:lta ”Hakunilan urheilupuisto”

#### Kilpailukanslia

Kilpailukanslia on avoinna la 2.3-19 klo 9.00-13.30 stadionin huoltorakennuksessa.

Kilpailukansliasta saa kilpailunumerot, sekä muun kilpailijainfon.

Varaudu esittämään kuitti numeroa hakiessa. Jälki-ilmoittautajat varautukaa käteismaksuun.

### **Paikoitus**

Paikoitustilat on merkitty stadionkarttaan.

### **Pukuhuoneet ja WC:t**

Stadionin huoltorakennuksesta löytyvät vartioimattomat pukuhuoneet, suihkut ja wc:t urheilijoille.

### **Voitelutilat**

Tässä tapahtumassa ei ole järjestettyjä voitelutiloja.

### **Palkintojenjaot**

Jokainen kilpailija ja osanottaja saa Vantaa-Hiihto mitalin

Kilpasarjoissa palkitaan kolme parasta / sarja.

Retkisarjassa arvontapalkintoja.

Lisäksi **kaikkien** osallistuneiden kesken arvotaan hyviä arvontapalkintoja.

### **Kilpaladut:**

Käytössä on \*10 km latu, johon ajetaan pääosin yksi perinteisen latu-ura sekä luistelu-ura.

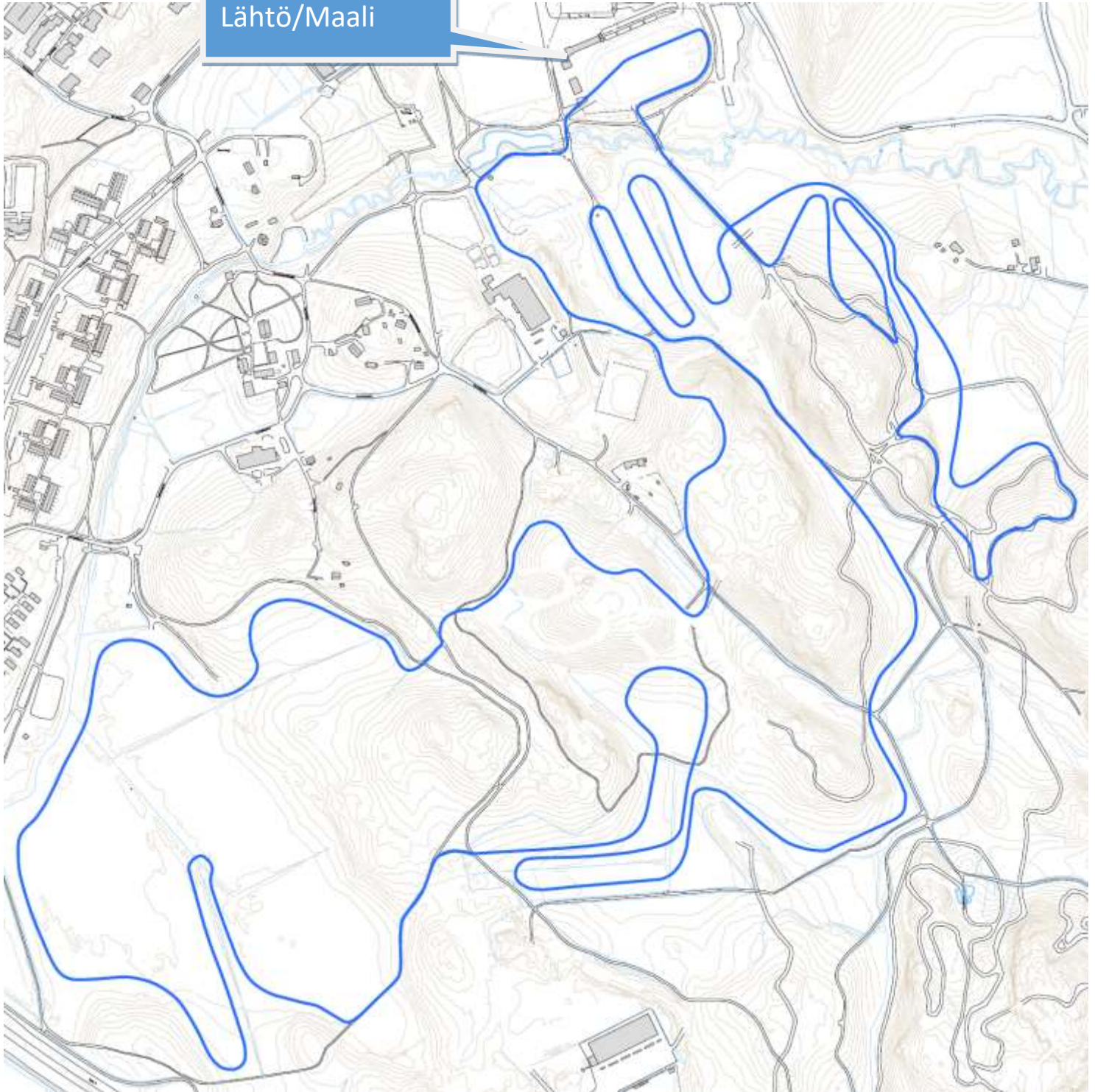
30 km hiihtäjät kiertävät ladun 3 kertaa ja 20 km kuntoilijat 2 kertaa.

Laturetkeläisille on myös opastettu 5 km reitti.

\*Varaamme oikeuden muuttaa reittiä ja reitin pituutta sääolosuhteiden johdosta

Jokainen pitää lukua omasta kierrosmäärästään. Tapahtumassa on sallittu molemmat hiihtotavat.

Lähtö/Maali



### **Vastalauseet**

Protestiaika kussakin kilpailussa on 15 min. virallisten tulosten julkistamisesta. Protestimaksu on 100 sveitsin frangia, eli n. 80 euroa, joka on maksettava käteisellä kilpailukansliaan. Maksu palautetaan, mikäli protesti hyväksytään.

### **Ensiapu**

Ensiapu toimii stadionalueen yhteydessä ja on tavoitettavissa kuulutuksin.

### **Muuta huomioitavaa**

Viralliset tulokset laitetaan huoltorakennuksen seinän ilmoitustaululle.

### Verryttely ja suksen testaus

Verryttely voidaan tehdä kilpaladulla ennen kilpailujen alkua, kilpailujen alettua harjoitukset ja kokeilut verryttelyladulla, joka sijaitsee varustekonttien tuntumassa 'vanhalla stadionilla'.

### Liikenne ja paikoitus

Kilpailijoille ja yleisölle on varattu paikoitustiloja kisapaikan läheiseltä kentän parkkipaikalta, paikoitus on ilmainen

### Ravintolat kisapaikalla

Kentän huoltorakennuksessa on kahvilakioski.  
Makkaranmyyntipiste on kisa-alueen läheisyydessä.

### Koronaohjeistus

Hakunilan Urheilupuiston alueella on edelleen maskisuositus.  
Huolehdiathan hyvästä käsihygieniasta.  
Pidäthän turvavälit.  
Oleskelethan sisätiloissa vain välttämättömän ajan.

### Kiitos yhteistyöstä! Hyvää Vantaa-Hiihto päivää ja suoritusta!

Lisätiedot:

VHS / Satu Kalajainen, 040 524 5286, [sutasanna@gmail.com](mailto:sutasanna@gmail.com)



**Massahiihto - Laturetki  
Hakunilassa la 5.3.2022 klo 10**

**Kilpasarjat:**

N, N40, N50	V	30 km
M, M40, M50, M60	V	30 km
N/M alle 15v.	V	20 km

**Tapahtuma on osa Vantaan kestävyyskierrosta.**

Jos haluat olla mukana koko kestävyyskierroksessa, katso tarkemmin netistä [www.vantaa.fi/kestavyyskierros](http://www.vantaa.fi/kestavyyskierros), jossa ohjeet ilmoittautumisesta.



**Laturetki: 5-20km**

**Hiihtotapa perinteinen tai vapaa, matka oman valinnan mukaan**



Lisätietoja:  
P. 040 524 5286  
[satu.kalajainen@vhs.fi](mailto:satu.kalajainen@vhs.fi)

**Osallistumismaksut:**  
25.2. asti - laturetki 10 €, kilpasarjat 40 €  
3.3. asti - laturetki 20 €, kilpasarjat 50 €

**Ilmoittautuminen:**  
Ennakkoon kilpalat [vhs.fi](http://vhs.fi)  
Ennakkoilmoittautuminen päättyy 3.3. klo 20.

**Maksu ennakkoon ilmoittautumisen yhteydessä VHS:n tilille:**  
FIS 4053 1320 0719 82  
Vieräksentään osallistujien nimi/nimet ja oma oikea sarja. Maksutapana ennakkoon käy myös Smartum ja Easytrak.

**Jääki-ilmoittautuminen:**  
Kisapaikalla 30/05 € klo 9.30 mennessä.  
Maksu vain käteisenä.

**Osallistumismaksu sisältää:**  
Mitalin, huodon reitin varrella ja maalissa sekä ajanoton kilpasarjoissa.

**Palkinnot:**  
Kilpasarjoissa parhaalle palkinnot.  
Rekkisarjassa arvontapalkinnot, ei ajanottoa.  
Lisäksi kaikkien osallistujien kesken arvotaan hyviä palkintoja.