

Ohjeet kilpailijoille ja huoltajille

Kilpailupaikka on pohjois-Helsingissä Kuusmiehentien pohjoispuolella. Paikalle pääsee sekä omalla autolla että HSL:n bussilla 66.

Pysäköintialueelle ajetaan vastapäätä Kuusmiehentie 58:aa. (Vastapäätä Kuusmiehentie 66:tta sijaitseva alue on yleensä täynnä.) Hiihtostadion on tästä länteen. Hiihtostadionilta on polku Paloheinän ulkoilumajalle, joka on tiilitalo alueen länsilaidalla. Ulkoilumajalla ovat puku- ja pesuhuoneet sekä WC-tilat ja kahvio.

Kilpailukanslia sijaitsee hiihtostadionilla parakissa vastapäätä Suomen Ladun majaa. Kanslia avataan klo 9.

Kilpailunumerot annetaan kansliasta yksitellen tai pyynnön mukaan. Ne on palautettava suorituksen jälkeen mehunjakopisteeseen maalin vieressä.

Lähtöpaikka on stadionin itälaidalla. Lähdöt tapahtuvat lähtöportilta numerojärjestyksessä yksitellen kolmenkymmenen sekunnin välein. Hiihtotapa on *vapaa* kaikissa sarjoissa. **Huomaa kilpailun alkamisaika ja siirtyminen kesäaikaan.**

Kilpailuradat:

Käytössä on kahden kilometrin kierros (kiinteä viitoitus 1,8), siitä oikaistu yhden kilometrin kierros sekä stadionilla kulkeva 0,3 kilometrin lenkki. Matkat on merkitty lähtölistoihin. Lähtö ja maali ovat kaikille yhteiset. Kolme km hiihdetään 2+1 km (tässä järjestyksessä) ja **kuutonen** 2+2+2 km. Kierroksille ei mennä maalin lävitse.

Verryttelyä ja lämmittelyä varten on stadionin pohjoislaidassa ns. metsälenkki.

Tulokset tulevat aluksi epäviralliselle tulostaululle ajanottokopin viereen. Tulokset tulevat myös Pakilan Vedon kotisivuille www.pakilanveto.fi josta Hiihtokilpailut.

Kaikkien tultua maaliin pidetään ulkoilumajan edessä palkintojenjako. **Jokainen maaliin tullut palkitaan!** Palkinnot ovat aikaisemmissa kilpailuissa jakamatta jääneitä pokaaleja ja mitaleja.

Tervetuloa!