

Päivitetty 22.7.2025, 31.7.2025. Muutokset merkitty **punaisella**.

KILPAILUOHJEET FSOM, viesti 3.8.2025

Järjestäjä: If Sibbo-Vargarna

Toimitsijat:

Kilpailunjohtaja: Milla Laurila (050-4146863), [milla.laurila\(at\)oktrian.fi](mailto:milla.laurila(at)oktrian.fi)

Kilpailun varajohtaja: Rita Wickholm

Ratamestarit: Stefan Karlsson, Timo Lintula

Kartoittaja: Useampi kartoittaja, päivitys Kaj-Olof Lindgren 2024-2025

Kilpailun valvoja: Anders Westerlund, OK77

Ratavalvoja: Kristian Forsell, OK Raseborg

Tulospalvelu: Kokkens

Tiedottaja: Rita Wickholm (050-5758707), [orientering\(at\)sibbo-vargarna.fi](mailto:orientering(at)sibbo-vargarna.fi)

Tuomarineuvosto: Puheenjohtaja Matti Janlöv If Åland, jäsenet Mårten Lindroos Kimito Sportförening ja Raisa Sell OK77

Lopulliset kilpailuohjeet julkaistaan ilmoitustaululla kilpailukeskuksessa kilpailupäivänä.

Osallistumisoikeus: Oikeus osallistua FSOM-kilpailuihin on suunnistajilla, jotka edustavat FSO:n jäsenseuraa. Suunnistaja ilman lisenssiä saa osallistua.

Ilmoittautuminen kisoihin tapahtuu IRMAN kautta, jossa myös ilmoittautumismaksu maksetaan. Viimeinen ilmoittautumispäivä on sunnuntaina 27.7.2025. Ei jälki-ilmoittautumista.

Säännöt: Kilpailuissa noudatetaan Suomen Suunnistusliiton lajisääntöjä. Osallistuminen omalla vastuulla.

Mestaruussarjat: H/D21, H/D40, H/D50, H/D60, H/D70, H/D15-18, H/D11-14

Ei mestaruussarjat: HD, HD12TR/RR

Kilpailukeskus: Böleberget, Jokivarrentie 266, 04130 Sipoo. Kilpailukeskus avataan klo 7.45.

Opastus: Tiellä 1521 Lahdentieltä (lännestä) päin tullessa, josta ajomatkaa noin 4 km. Tiellä 1521 Nikkilästä (idästä) päin tullessa, josta ajomatkaa noin 5 km. Paikalla klo 7.30 alkaen.

Pysäköinti: Pysäköinti Johannebergintien varrella, etäisyys kilpailukeskukseen 500-1500 metriä. Henkilöautojen pysäköintimaksu 5 euroa, kattaa molemmat päivät (la-su). Asuntoautojen ja -vaunujen pysäköintimaksu on 10 €, kattaa molemmat päivät, sisältää yöpymisen la-su. Paikoitusmaksu maksetaan Infoon.

Maasto: Hienoja, helppokulkuisia ja yksityiskohtaisia kallioalueita vaihtelevalla näkyvyydellä, paikoin suuria korkeuseroja erityisesti pidemmillä radoilla, mutta myös osittain polkurikkaita alueita.

Kartta: Tulostekartta 7/2025, mittakaava 1:7500 sarjoissa H/D45-90 sekä H/D10-14. Muissa sarjoissa mittakaava on 1:10000. Kartta on muovitaskussa.

Kartat kerätään maaliintulon jälkeen ja palautetaan seuroittain viestin yhteislähdön jälkeen.

Leimausjärjestelmä ja mallirasti: Käytetään Emit leimausjärjestelmää. Emit-numero ilmoitetaan ilmoittautumisen yhteydessä. Niille, jotka eivät ole ilmoittaneet Emit-numeroaan, varataan lainakortti, josta veloitetaan maksu 5 euroa. Palauttamattomasta lainakortista veloitetaan 90 euroa. Emitnumeron muutokset ilmoitetaan Infoon ennen kilpailua. Samaa Emit-korttia saa käyttää viestissä vain yksi kilpailija. Mallirasti löytyy kilpailukeskuksesta.

Joukkumateriaali ja kilpailunumerot: Kirjekuori joukkumateriaalilla, joka sisältää kilpailunumerot ja emit tarkistusliuskat, voi hakea seuroittain infosta klo kl 8.00 alkaen. Kilpailunumerot ovat pakolliset kaikille osallistujille.

Rastimääritteet: Rastimääritteet on painettu karttaan.

Kengät ja vaatetus: Piikkarit on kielletty, muuten vapaa vaatetus.

Kielletyt alueet: Kielletyt alueet on merkitty kartalle oliivin vihreällä värillä tai violetilla yhtenäisellä värillä tai rasterilla.

Ensiapu ja juomarasti: Ensiapu kilpailukeskuksessa. Ei juomarastia maastossa. Maalissa on tarjolla vettä.

Ratapituudet:

Lähtö klo 9.00

D11-14	2,1 km
D15-18	2,9-3,0 km
D21	4,1-4,2 km
D40	3,2 km
D60	1,8-1,9 km
D70	1,6-1,7 km
H15-18	3,5-3,6 km
HD	3,0-3,1 km

Lähtö klo 9.15

D50	2,9-3,0 km
H11-14	2,1 km
H21	5,6-5,7 km
H40	4,1-4,2 km
H50	3,5-3,6 km
H60	3,2 km
H70	1,8-1,9 km
HD12TR/RR	TR 1,2 km, RR 1,2 (2,2 km)

Mestaruussarjat: H21, H40 (yhteinen ikä vähintään 120, vähintään 35 v/juoksija), H50 (150/40), H60 (180/50), H70 (210/60), D21, D40 (yhteinen ikä vähintään 120, vähintään 35 v/juoksija), D50 (150/40), D60 (180/50), D70 (210/60), H15–18, D15–18, H11–14, D11–14. Naiset saavat juosta miesten sarjoissa. Sekajoukkueet juoksevat H-sarjassa.

Ei mestaruussarjat: HD, ei ikä- eikä sukupuolirajoituksia, HD12TR/RR (ensimmäinen osuus on TR,

toinen ja kolmas on RR), vähintään yksi joukkueenjäsen tulee olla 10 vuotta tai nuorempi, ei sukupuolirajoituksia.

Juoksujärjestykset: Juoksujärjestys tulee olla täytettynä IRMAan viimeistään lauantaina 2.8. klo 16.00. Mahdolliset muutokset on ilmoitettava sunnuntaiaamuna viimeistään klo 9.00 kilpailukeskuksen Infoon.

Lähtö ja vaihtoalue: Alue avautuu klo 8:30. Kilpailijat menevät sisälle sisäänmenoportista ja nollaavat emitkortin. Ensimmäisen osuuden kilpailijat tulee olla sisällä verryttelyalueella viimeistään 15 minuuttia ennen lähtöä. Verryttely on sallittua lähtöalueella ja pienellä kallioalueella, noin 30 metriin asti ennen K-pistettä. Sarjojen H/D11-14 ja HD12TR-RR lähtijät saavat katsoa karttaa 1 minuutti ennen lähtöä. Muut sarjat saavat avata kartan vasta lähtöhetkellä. Seuraa kuuluttajan ohjeita lähdössä. Kilpailijat jotka lähtevät myöhemmässä lähdössä tai toiselle osuudelle, tulee pysytellä sivussa ja huomioida lähtevät juoksijat.

Lähtö: Lähdöt kilpailukeskuksesta kahdessa erässä seuraavasti:

9:00 D21, D11-14, D15-18, D40, D60, D70, H15-18, HD
9:15 H21, H11-14, H40, H50, H60, H70, D50, HD12TR-RR

Vaihto: Vaihto tapahtuu vaihtopuomilla siten, että edellisen osuuden juoksija leimaa maaliviivalla, luovuttaa oman kartan toimitsijalle ja ottaa oikean seuraavan osuuden kartan karttatelineeltä ja luovuttaa sen seuraavan osuuden juoksijalle. Vaihtoalue suljetaan klo 11.20 ja yhteislähtö tapahtuu karttatelineeltä klo 11.30.

Maaliintulo: Maalileimaus maalilinjan jälkeen. Kiritaistelussa sijoituksen ratkaisee maalituomari maalilinjalla (ei maalileimaus). Maali suljetaan klo 13.30.

Lisäaika: HD12TR-RR sarjassa lisätään 10 minuuttia lisäaikaa jokaista RR-radalla puuttuvaa leimaa kohden. TR-radalla puuttuva leima johtaa hylkäykseen.

Keskeyttäneet: Kilpailijat, jotka keskeyttävät, tulee ilmoittautua maalissa.

Palkinnot: Palkintojen jako noin klo 11.30.

Pesu ja WC: Ei ole pesua tarjolla kilpailukeskuksessa. Nikkilän urheilukentän suihkut ovat käytettävissä klo 12-17. Kilpailukeskuksessa on bajamajoja. Lähtöpaikoilla ei ole WC:tä.

Tarjoilu kilpailukeskuksessa: Kahvila, jossa myös lämmintä ruokaa, kilpailukeskuksessa.

Muksula: Viestissä ei ole Muksulaa.

Urheiluvarusteiden myynti: Suunnistajan kauppa on kilpailukeskuksessa.

If Sibbo-Vargarna toivottaa kaikille osallistujille onnea ja menestystä kilpailuun!