

Kilpailuohjeet

Ilmoittautuminen

Ilmoittautuminen tapahtuu kilpailukalenterin kautta. Kilpailussa ei ole jälki-ilmoittautumismahdollisuutta.

Saapuminen

Kilpailupaikkana on Veikkolan kenttä, osoite: Eerikinkartanontie 67, 02880 Veikkola.

Katsojat saapuvat kentälle parkkipaikan puoleisesta portista. Kilpailijat saapuvat kentälle etukaarten portista (juoksulajien

osallistujat), lisäksi pituushyppyyn osallistuvat voivat tulla kentälle parkkipaikan puoleisesta portista.

Tarkista oman eräsi juoksuaika kilpailun aikataulusta ja saavu ajoissa paikalle. Lämmittely on mahdollista kentän alueella alla

olevien ohjeiden mukaisesti. Varaudu siihen, että saavuttaessa kentälle saattaa syntyä jonoja ja pidä 2m metrin turvaväli

jonossa edelläsi olevaan.

Kilpailutoimisto

Kilpailutoimisto on maaliviivan läheisyydessä, katsomon päädyssä.

Varmistukset

Varmista osallistumisesi lähtö- ja osallistujalistoihin. Listat löytyvät toimisto- ja kahvilarakennuksen läheisyydestä kentän aitaan

kiinnitettynä. Kulku tapahtuu kentän ulkopuolelta omasta portista (kts. kartta).

Tapahtumapaikka

Koronaepidemian aiheuttamista poikkeusjärjestelyistä johtuen tapahtuma-alueena toimiva Veikkolan urheilukenttä on jaettu toisistaan selkeästi erotettuihin alueisiin.

Kentällä on rajattu etusuora suorituspaikaksi ja tällä alueella saavat olla vain kilpailuvuorossa olevat kilpailijat ja kilpailualueella toimivat toimitsijat ja tuomarit. Muiden kilpailijoiden ja katsojien oleskelu kilpailualueella ja alueen läpikulku on kielletty.

Kilpailijoille on varattu lämmittelyalue takasuoralle . Kulku alueelle tapahtuu oman portin kautta (etukaarten kohdalla).

Urheilukentän alueella ollessaan kilpailijat saavat oleskella vain omalla lämmittelyalueellaan. Lämmittelyalueilla oleskelu on sallittu vain urheilijoille ja lämmittelyalueen toimitsijoille.

Kullekin lämmittelyalueelle ohjataan vain sen verran kilpailijoita, että alueella on mahdollista venytellä, verrytellä ja ottaa vetoja

turvavälejä noudattaen. Urheilijoiden tulee välttää tarpeettoman tiivistä kokoontumista alueella ja fyysistä kontaktia muiden urheilijoiden ja toimitsijoiden kanssa. WC:ssä käynti on sallittu, samoin urheilija voi poistua lämmittelyalueelta sisääntuloreittiä myöten tapahtuma-alueen ulkopuolelle lenkkeilemään tai poistua kisoista.

Pidemmät lämmittelylenkit voi tehdä tapahtuma-alueen ulkopuolella olevilla väylillä. Kulku aina etukaarten portista.

Pukuhuoneet ja WC:t

WC-tilat on käytössä urheilukentän vieressä olevassa Vuorenmäen koulun rakennuksessa . Peseydytään ja pukeudutaan kotona. Pukuhuoneet eivät ole käytössä. WC-tiloissa käsien pesu ennen ja jälkeen käyntiä. Käytetään vain kisakäyttöön merkittyä wc:tä.

Suorituspaikalle siirtyminen

Kilpailijat siirtyvät kisapaikalle seuraavasti:

- 40m, 60m 100m juoksijat voivat siirtyä lämmittelyalueelta lähtöalueelle noin 5 min ennen sarjan alkua.
- 150m & 200m juoksijat voivat siirtyä lämmittelyalueelta lähtöalueelle noin 5 min ennen sarjan alkua.
- Pituushyppääjät voivat siirtyä lämmittelyalueelta hyppypaikalle edellisen sarjan päätyttyä, seurata kuuluttajan kuulutuksia.

Mikäli kilpailija myöhästyy omasta erästään, menettää hän mahdollisuuden kilpailla ja tuloksiin merkitään DNS.

Suorituspaikalta poistuminen

Suorituspaikalta poistutaan takaisin omalle lämmittelyalueelle. Pukeutuminen ja piikkareiden vaihtaminen tapahtuu omalla lämmittelyalueella.

Hygieniaohjeita

Tehdään näistä yhdessä turvalliset kisat ja mahdollistetaan kilpailut jatkossakin näillä ohjeilla:

- Vain täysin terveenä ja oireettomana osallistutaan kilpailuun.
- Vältetään tarpeettomia lähikontakteja.
- Huolehditaan käsihygieniasta ennen ja jälkeen kilpailujen. Kilpailupaikalla on tarjolla käsihuudetta, mutta kilpailijoille suositellaan oman käsihyynteen ottamista mukaan ja käyttämistä.
- Yskitään ja aivastetaan olkavarteen tai nenäliinaan.

- Vältetään kasvojen koskettelua.

Ensiapu, uhka ja vaaratilanteet

Mahdollisissa uhka- ja vaaratilanteissa ottakaa välittömästi yhteyttä lähimpään kilpailutoimistoon tai .

Ensiapulaukku löytyy kilpailutoimistosta.

Tiedustelut: Björn Stenvik, p. 050 5217 380.