

UUTISKIRJE



KILPAILUKESKUS

Luukin Kartano/Luukin ulkoilualue, Luukintie 33, 02970 Espoo. Parkkipaikka on Luukin kartanon (kahvio) parkkipaikka, joka sijaitsee aivan kartanon pihapiirissä. Erillisiä opasteita ei kilpailukeskukseen ole helpon löydettävyydensä vuoksi. Kilpailukeskus aukeaa klo. 10 materiaalin jaolla (kartassa kohta 2).

LUUKIN KARTANON PARKKIPAikka – MAKSU KUULUU KISAN HINTAAN – eli EI TARVITSE VÄLITTÄ PARKKIMAKSUISTA LUUKIN KARTANON PARKISSA klo. 9.45-17 välisenä aikana!!

Tosiaan tuo Luukin Kartanon parkkipaikka on muuttunut maksulliseksi 2018 ja on hinnaltaan 2e/h sunnuntaisin. Viikolla sekä lauantaina 1e/h. Mutta olemme maksaneet meidän kaikkien autojen maksut!

Jos vahingossa saat nk. pikavoiton (60€) niin ota välittömästi yhteys info@laketolake.fi .Kartassa parkkialue on kohta 4.



MATERIAALINJAKO

Materialin jaon aikataulua on pidennetty, ja toivomme näin ettei pahoja ruuhkia synny.

TERVETULOA klo. 10. – 11.30 ilmoittautumaan. Tarkista joukkueumerosi lähtölistalta vielä sunnuntai aamuna –joitakin muutoksia on joukkuejärjestyksiin tullut.

Materiaalijaossa:

Tulet saamaan joukkueittain seuraavat: 1xkarta, 1xuimalakki/hlö, 1x ajanottotagi, 3 tajuttoman hienoa kisatarjousta sekä 1x joukkueumerosikäteen kirjattuna. Kilpailussa ei ole käytössä erillisiä numeroliivejä.

Sateella saatamme siirtää materiaalinjaon pesupaikan yhteydessä olevaan taukotilaan – pyrimme olemaan kuitenkin pihalla – kartassa numero 2. Joten siellä nähdään sunnuntai aamulla!

KARTTA

Joukkueet saavat yhden kartan/joukkue materiaalin jaon yhteydessä. Tämä tulee olla mukana reitillä mahdollisia ongelmatilanteita varten. Jaettava materiaali ei ole vedenkestävää. Kartta löytyy myös www.laketolake.fi sivuilta.

PAKOLLISET VARUSTEET:

- 1 x Ensiapuside/Joukkue (vedenpitävästi pakattuna)
- 1 x märkäpukua/HLÖ
- 1 x pilli/HLÖ (sään varalta, hätä-äänimerkin antoon)
- 1 x uimalakki/HLÖ (järjestäjältä)
- 1 karta/ joukkue (järjestäjältä, ei ole vedenpitävä)
- 1 ajanottotagi /joukkue– kiinnitetään jompaan kumpaan JALKAAN niin että tagi on JALAN ulkosyrjässä

- Suositeltavat varusteet

- Juomaa sekä energiaa, kellutin jalkojen väliin (pullari), lättärit, uimalasit

HUOLTOPISTEET: ENERGY STATION & WATER STATION (ENSIAPU KUMMASSAKIN PISTEESSÄ)

- sijaitsevat ulkoilualueen kiinteiden tuletetekopaikkojen/laavujen yhteydessä

- Ensimmäinen huolto on Halkolammella, jossa on tarjolla vettä, energiajuomaa, suolakurkkuja, sekä banaania.

- Toinen huolto sijaitsee Kaitalammella 2. & 4. ylityksen risteyksessä, jossa on tarjolla vain vettä. Tässä on myös CUTT OFF – Kaitalammen toisessa ylityksessä – tuo kohta olisi ohitettava klo. 14.50 mennessä.

Muu kisa-aikainen ulkopuolinen huolto on sallittu ainoastaan näissä kahdessa huoltopisteessä, ei muualla. Omat geelit mukaan!

Uutta – juomapullokuljetus kisainfosta – ensimmäiseen huoltoon Halkolammelle!

Voit jättää kisainfoon hyvin merkityn energiajuomapullosi. Merkitse se hyvin. Jätä energiajuomapullosi ennen klo. 11 infon pöydän lähetyksellä olevaan koriin. Emme ole vastuussa, jos pullosi katoaa matkalla. Yritämme tällä toimella vähentää turhia muovimukien käyttöä, joka kerryttää luontoamme ja tarjoamaan kisaajille mahdollisuuden oman energiajuomansa saantiin.



JOUKKUEIDEN KISABRIEFING INFO

Kisabriefing aloitetaan 11.30 (maalin ja lähdön välittömässä läheisyydessä – kartassa nr. 2) tai huonon ilman sattuessa pesutilan yhteydessä (pieni sali, joten jos ainakin toinen olisi kuulemassa niin hyvä). Tilaisuudessa käydään reitti sekä turvallisuusasiat läpi. Puhuttelu kestään n. 15-20 min. Kisabriefissä jaetaan valituille joukkueille myös GPS. Joukkueesta ainakin toisen jäsenen tulee olla puhuttelussa paikalla. Joukkueen tulee olla starttivalmis ennen puhuttelun alkua, koska tästä kisainfon jälkeen siirrymme suoraan lähtöalueelle.

GPS & ONLINE TULOKSET

GPS luovutetaan joukkueille tasan klo. 11:15 INFOSTA.

KATSO KOTISIVILTA TULOKSET ja tiedon, että OLETKO PÄÄSSYT SEURANTAAN!

<http://www.laketolake.fi/tulokset--results-2019.html>

LÄHTÖ

Kaikilla sarjoilla lähtö samanaikaisesti kello 12.00 kahdessa eri ryhmässä peräjälkeen samanaikaisesti: kilpasarjalaiset ensin, kuntosarjan joukkueet heti perään. Vetoköyden käyttö ensimmäisessä juoksussa **ei ole** sallittua – turvallisuuden vuoksi. Huikeaa on, että kisassa on taas mukana lajin suomalaiset kärkijoukkueet – monet heistä lähdössä tänä vuonna lajin MM-kisoihin Ruotsiin www.otilloswimrun.com. Odotettavissa on, että kilpailun startista tulee todella vauhdikas. Malti on kuitenkin valttia ja oma tasainen suoritus paras – matka on pitkä vaikka onkin lajin sprintti - alussa ei kannata heti hapottaa.

KAHVIO

Luukin kartanon kahvio myy pientä purtavaa klo. 10-15.30 välillä. Lounas tarjoillaan klo. 15 asti tai niin kauan kuin sitä riittää. Kartanon lounas maksaa 9,60-12e välillä.

ESITTELYTELTAT MAALIALUEELLA

VJSPO – paikalla testikengien kanssa. Voit lähteä kisaamaan Irockeilla, XTRM tai MaXilla!! Telttassa kengät jonossa odottamassa testajia klo. 10 – hae omat testikisakengät. SUPER KISATARJOUKSEN IROCK2 99€ niin kauan kuin kenkiä riittää. HUUB – Vera ka Tony mukana HUUBin tuottein. 20% ale merkikisistä kun tilaat nyt. Kumpienkin tarjouksien kaupanpäällisenä Järvestä järveen swimrun 2020 kisaosallistuminen 2 hlön/tiimille 80€!! WOOH!!! KISATARJOUSET löydät tarkemmin vielä tervetuloalueestasi.

VIITOITUS

Reitti on viitoitettu sinisellä nauhalla. Alueella liikkuu paljon ihmisiä ja toivomme, että viitoitukset on jätetty rauhaan. Järjestäjän puolesta reitillä kulkee toimitsijoita tarkkaillen viitoituksia sekä monella järvellä on toimitsija. *Kilpailussa on kuljettava viitoitettua reitti!!*. Kartassa näkyvä reitti on ainoastaan suuntaa antava ja joka paikassa tulee seurata viitoitusta. Oikaisuista seuraa aikasakko tai hylkäys. Pienemmät ”mikroreitinvalinnat” ovat sallittuja, eli joukkue voi ohittaa viitoitusnauhan max kymmenen metrin (max 10m) päästä jos toteaa kulku-uran siellä nopeammaksi. **Reittimerkit esitellään vielä erikseen kilpailun puhuttelussa.**

UINTIOSUUEDET

Uinnin lähdöt on pääsääntöisesti merkitty siten, että viitoitus loppuu veteen selkeästi. Veteenmeno kohdat on kapeita kuten myös vedestä nousut, joissa kannatta olla erityisen varovainen. Uintiosuudet eivät ole pitkiä ja pääsääntöisesti näet aina ison valkoisen kyltin järven/lammen toisella puolella, jota kohti uidaan. Jos kyltti on jostain syystä kadonnut sen jälkeen kun se on viety paikalleen – aamulla kiertävä radan tarkistaja korvaa kyltit valkoisella liinalla. Uintiosuus tulee aina uida, sitä ei saa kiertää jalkaisin, vaikka se välillä olisikin nopein tapa edetä.

Veteenmeno paikkojen haastavuus vaihtelevat erittäin paljon ja **JOUKKUEEN TULEE MENNÄ VETEEN VAROEN (Hypääminen ehdottomasti kielletty – järviä ei ole putsattu meitä varten – ne ovat luonnontilassa eli rannat ovat matalia ja kivisiä sekä hakopuita järvissä luonnollisesti on ja vaikka olisit joku kerta aiemmin kohdan käynyt tarkistamassa – on sinne saattanut tulla oksia ja hakoja!) Järvet ovat erityisen matalalla tänä vuonna ja rannat usein vain 15cm syviä!!**

Oheinen kuva Väärälammelta, jonne kuljetimme siltafoam-rakennelman tukemaan lammen reunaa (EI OLE HYPPYRI vaikka siltä näyttää - varovaisesti. Ranta on matala kuten huomaat kuvasta, jossa Saila seisoo sillan päässä. Väärälammelta noustessa toisella puolella on laituri, jota kannattaa käyttää.



Joillakin järvillä on toimistijoita, jotka keräävät ohittavat kisaajien numerot. Kerro hänelle selkeästi kisanumeronne sekä näytä numero kädestäsi.

HAKOPUUT

Olemme merkinneet kaksi hakopuuta. Hakopuuhin on kiinnitetty kellukkeita (kanisterit/mehukattipurkkeja), jotka tulee **KIERTÄÄ JÄRVEN PUOLELTA ei rannan puolelta**. Ohessa 2 kuvaa ensimmäisestä noususta Myllylammella. Tämä hakopuu on hyvin pinnassa ensimmäisen nousun vieressä. Se on lyhyt ja jää pääasiassa kahden kanisterin väliin – kanisterien välistä ei saa uida. Toinen hakopuu on Halkolammella n. 10m ennen nousua. Mehukattipurkkirivistö kierretään järven kautta, ei rannan kautta. Muita hakopuita emme ole merkinneet. Rantojen läheisyydessä hakopuita on. Alla kuvat Myllylammelta (ensimmäisen uintiosuuden rantaan nousu):



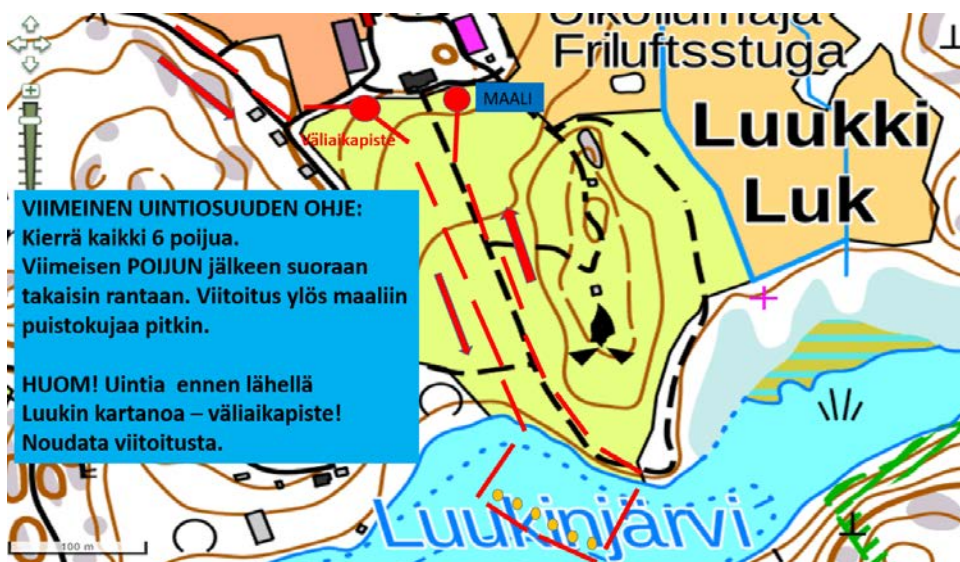
VIIMEINEN UINTIOSUUS

Viimeinen uintiosuus alla olevassa kartassa selvennettyinä.

UINTIOSUUS: Kierrä kaikki punertavat poijut (6kpl) vastapäivään – viimeisen jälkeen ui suoraan rantaan.

VALKOINEN KYLTTI kertoo missä tulet rantaan. Seuraa rannasta loppu viitoitusta maaliin.

MAALI YLITETÄÄN EHDOTTOMASTI YHDESSÄ VIEREKKÄIN (vain yksi chippi ja olette rinnakain paremmin valokuvattavissa ☺ !!



AUTTAMINEN/ENSIAPU

Jos joukkue havaitsee jonkun tarvitsevan apua, on joukkueen autettava tilanteessa parhaan kykynsä mukaan. Järvi-toimitsijoilla (ei kaikilla järvillä mutta suuresi osaksi) on ensiapupakkaus mukanaan sekä puhelin, jolla soittaa apua tarvittaessa. Maalialueella ensiapupiste sekä kummassakin huoltopisteessä (Energy station & water station – katso reittikartta)

JOUKKUEEN VASTUU

Kilpailijoita ei ole vakuutettu järjestäjien puolesta millään tavalla. Kilpailija vastaa itse omasta vakuutusturvastaan. Kilpailija osallistuu tapahtumaan omalla vastuulla.

TULOKSET/SEURANTA –KOTISIVULLA TULOKSET

Kisassa on käytössä 9 tiimillä gps-seuranta, joten kotiväki pystyy seuraamaan kilpailua liveinä dotwaching periaatteella. Linkit näihin löydät FB-sivuilla sekä kotisivuiltamme .

Huolto- ja kannustusjoukot ovat tervetulleita mukaan kilpailupaikalle! Parhaiten kisaa pystyy seuraamaan startti-/maalialueelta, Kaitalammelta ja Halkolammelta – juuri näillä huoltopisteiden läheisyydet ovat parhaita paikkoja. Kaiken maailman kilkattimet, kannustushuudot ja taputtaminen on erittäin toivottavaa ja upeaa!!

OLOSUHTEET / TURVALLISUUS

Tallenna puhelimeesi: **ENSIAPU puh. 050 564 82 00 KILPAILUN JOHTO puh. 040 5150 538**

Paikalla on SPR:n ensiavusta vastaavia – lähtö/maalialueella sekä huoltopaikoilla (water station sekä energy station – katso kartasta)

Sääksi on luvattu kaikkea salamoinnista sateeseen.

HUOM! Sateiden aikana sekä jäljiltä kilpailureitti voi olla paikoitellen hyvinkin liukas, malttia!

Reitin alussa, Myllylammien jälkeen myös muutaman myrskyn kaatuneen puun ylitys/alitus, jossa syytä olla varovainen.

Ukkossään sattuessa siirrämme kilpailun lähtöaikaa – aluksi 30min aina 2 tuntiin asti. Ota mukaan varmuuden vuoksi jotain ajanvietettä, kirja jne..

Jos kilpailualueelle iskee jäätävä ukkossää voimme joutua perumaan myös tapahtuman. Arvioimme tilanteen kilpailupäivänä.

Jos ukkonen yllättäen iskee – on ehdottomasti uimaan meno kielletty!

Vältä myös avonaisia alueita kuten lähdön ja ensimmäisen uinnin välillä olevaa isoa niittyä ja korkeita kallioita. Nämä alueet ehdottomasti kiellettyjä.

Onneksi reittiämme halkoo ulkoilureitit, joita pitkin pääsee nopeasti takaisin kilpailukeskukseen seuraten opasteita **LUUKKI/LUK** – pidäthän siksi mukana karttaa sekä pilliä, joista hyötyä mahdollisesti juuri sääolosuhteiden äkillisissä muutoksissa.



Takaamme kuitenkin, olipa sää mikä tahansa, että kaikilla kastuvat kengät kisan aikana kuten toivommekin. ;) Hauskaa swimrunia kaikille ja tsemppiä kisaan!

TERVETULOA JÄRVESTÄ JÄRVEEN SWIMRUN KISAAN!