

KILPAILUOHJEET

Tapahtuma: Joupiskan Vertikaalitonni 2019

Järjestäjä: Seinäjoen Hiihtoseura ry.

Tapahtumakeskus: Joupiskan laki, opastus Joupiskan rinnekeskuksesta (Lakeudentie 20, Seinäjoki) ja Jääurheilukeskuksesta (Alaseinäjoenkatu 9)

Opastus- ja muut kartat dokumentin lopussa.

Aikataulu: ke 19.6.2019

- 16:30 Tapahtumakeskus ja Info avautuu
- 17:30 Mini Vertikaalitonni -porrasjuoksu 10-14v joukkueille (noin 40 min)
- 18:30 Joupiskan Vertikaalitonni -porrasjuoksu yksilö- ja joukkuekilpailu
- 19:30 Ensimmäinen maaliintulo
- 20:30 Palkintojen jako
- 21:30 Tapahtumakeskus sulkeutuu

Pysäköinti:

- lähialueilta suositellaan tulemaan jalan tai pyörällä, pyöräparkki Ravintola Joupiskalla
- Joupiskan parkkipaikka (Lakeudentie 20) ja Jääurheilukeskuksen parkkipaikka (Alaseinäjoenkatu 9) käytettävissä, joista opastus Tapahtumakeskukseen
- muistakaa noudattaa varovaisuutta siirtyessä parkkipaikoilta Tapahtumakeskukseen.

Kilpailumateriaali:

- Infossa on osallistujille (yksilö tai joukkue) kirjekuori, jossa mm. kilpailunumerot

Joupiskan VERTIKAALITONNI

Keskiviikkona 19.6.2019

Sarjat ja kilpailunumerot:

- Mini Vertikaalitonni numeroliivit 11-
 - jokaisella joukkueella 9 numeroa (esim. 11-19, 21-29, ... 131-139)
 - numeroiden käyttöohje jäljempänä
- Joupiskan Vertikaalitonni rintanumerot
 - yksilösarja miehet 1-
 - yksilösarja naiset 31-
 - yritysjoukkueet 101-
 - yhteisöjoukkueet 201-

Ilmoittautuneet joukkueet:

- Tapahtumaan ilmoittautuneet netissä:
 - www.seinajoenhihtoseura.fi/vertikaalitonni/
- Muutokset joukkuetietoihin tms.
 - ti 18.6.2019 klo 21:00 saakka toimisto@seinajoenhihtoseura.fi
 - ke 19.6.2019 klo 16:30-18:00 Infossa.

Varusteet:

- suositellaan pitäviä, karkeapohjaisia kenkiä - PIIKKARIT KIELLETTY!

Osallistumiseen kuuluu:

- Ikimuistoinen elämys ensimmäisessä Joupiskan Vertikaalitonni!
- Joupiskan Vertikaalitonni -kunniakirja
- Osallistuminen arvontaan - liikunnallisia palkintoja
- Yksilösarjoissa lahjakorttipalkinnot kolmelle parhaalle
- Keittoruoka oman suorituksen jälkeen Tapahtumakeskuksessa
- >} `]gdY_i `UUh]chFUj]bhc`U>ci d]g_U`U'

Joupiskan VERTIKAALITONNI

Keskiviikkona 19.6.2019

Osallistumismaksut:

- yksilösarjat 30€/osallistuja,
- yhteisö- ja yritysjoukkeet
 - 3 osallistujaa 90€
 - 4 osallistujaa 120€
 - 5 osallistujaa 135€
 - 6 osallistujaa 150€
 - 7 osallistujaa 165€
 - 8 osallistujaa 180€.
- Osallistumismaksut maksetaan
 - etukäteen Seinäjoen Hiihtoseuran tilille FI42 5419 1540 0529 84 - viestikenttään yksilön tai joukkueen ilmoittajan nimi
 - TAI
 - Infosta saa laskun (esimerkiksi, jos joukkueen osallistujamäärä epäselvä).

TURVALLISUUSOHJEET

- Joupiskan Vertikaalitonna on fyysisesti vaativa suoritus, myös joukkuesarjojen osalta. Osallistujien terveydentila tulee olla sellainen, ettei osallistumiselle ole estettä. Esimerkiksi sairaana ei saa osallistua (sairastumistapauksissa osallistumismaksu palautetaan)
- Osallistuja osallistuu tapahtumaan omalla vastuullaan, ja osallistujalla tulee olla oma vakuutus tapaturmien varalta, esimerkiksi vapaa-ajan vakuutus. Kilpailijoita ei ole vakuutettu järjestäjän toimesta
- Vaikka kyseessä on ns. lappu rinnassa oleva tapahtuma eli kilpailu, muistetaan reilun pelin säännöt - kunnioitetaan muita osallistujia vaikka osallistujien välillä saattaa olla suurikin vauhtiero
- Portaissa kulkeminen:
 - portaissa *lj Ugya a Ubdj c`Y]bYb ~]L YbbYf`*
 - pyritään kulkemaan portaiden vasenta reunaa ja ohitetaan oikealta
 - tämä erityisen tärkeää aikuisten Vertikaalitonnissa “yläportailla”, joissa kaksisuuntainen liikenne (meno-paluu samoja portaita)
 - “yläportaat” ovat todella jyrkät - varsinkin alaspäin tultaessa varovaisuutta

Joupiskan VERTIKAALITONNI

Keskiviikkona 19.6.2019

OHJEET MINI VERTIKAALITONNIIN (10-14 VUOTIAAT)

MINI Vertikaalitonni aikataulu:

- 16:30 Joukkueateriaalin jako (mm. numeroliivit) alkaa Infossa
- 17:10 Kokoontuminen Elämysportaiden yläosaan, sääntökertaus
- 17:20 Siirtyminen lähtöpaikalle (1. osuus) ja vaihtopaikalle (muut osuudet)
- 17:30 Lähtö
- 18:00-18:15 Maaliin tulot
- 18:30 Joupiskan Vertikaalitonni seuranta
- 19:30 Keittoruoka tarjolla osallistujille (ennakkotiedoista poiketen maksutta)

Kilpailusuoritus (katso Mini Vertikaalitonni reittikartta):

- yhteislähtö (1. osuuden juoksijat) kuntoradalta, juostaan kuntorataa Elämysportaiden alapäähän, portaita pitkin välitasanteelle (=1. nousu), jossa vaihto
- 2., 3., 4., 5., 6., 7., 8., 9. osuudet kiertävät vaihtopaikalta portaat alas, kuntorataa Elämysportaiden alapäähän, portaita pitkin välitasanteelle vaihtoon (=kierros, nousut 2., 3., ... 9.)
- viimeinen, eli 10. nousu on nousu vaihtoalueelta Joupiskan päälle maaliin portaita koko joukkueen voimin yhdessä
- joukkueen numerot ja osuusjärjestys:
 - joukkue 1: numeroliivit 11-19
 - joukkue 2: numeroliivit 21-29
 - jne.
 - viimeinen numero kertoo aina osuuden (1=ensimmäinen, 6=kuudes)
 - jos joukkueessa esim. 5 juoksijaa, eli yksi henkilö juoksee monta osuutta, niin hän vaihtaa numeroa osuuksien välissä
 - vinkki: näissä usean osuuden tapauksissa numerot kannattaa pukea ns. päällekkäin siten, että pienin osuus (=aikaisempi) on päällä ja suurin osuus (=myöhäisempi) alla - nopea ottaa aikaisempi osuusnumero pois seuraavaa omaa osuutta varten
 - kun joukkueen yhdeksään päättyvä numero ("xx9") tulee vaihtoon, saa koko joukkue lähteä yläportaita pitkin maaliin Joupiskan laelle
- Maalissa Mini Vertikaalitonni saavutettu. Aika ottaa kuva joukkueesta.

Joupiskan VERTIKAALITONNI

Keskiviikkona 19.6.2019

OHJEET JOUPISKAN VERTIKAALITONNIIN (AIKUISET)

Joupiskan Vertikaalitonnin aikataulu:

- 16:30 Osallistujamateriaalin jako (mm. numerot) alkaa Infossa
- 18:10 Kokoontuminen Elämysportaiden yläosaan, sääntökertaus
- 18:20 Siirtyminen lähtöpaikalle (1. osuus ja yksilöt)
- 18:30 Lähtö
- 19:30- Ensimmäiset maaliin ja keittoruoan jakelu alkaa
- 20:30 Palkintojen jako yksilösarjalle ja arvontapalkintojen nouto

Kilpailusuoritus joukkuesarjoissa (katso Vertikaalitonnin reittikartta):

- yhteislähtö (1. osuuden juoksijat ja yksilöt) kuntoradalta Joupiskan parkkipaikan reunalta, jotka juoksevat kuntorataa Elämysportaiden alapäähän, portaita pitkin Joupiskan laelle (=1. nousu suoritettu, katso "**Kierroslaskenta**" seuraavalta sivulta), jossa vaihto
- joukkueen 2. osuuden viejä lähtee vaihdosta Elämysportaita alaspäin kuntoradalle, josta portaiden alapäähän ja sieltä portaita ylös Joupiskan laelle (=2. nousu suoritettu), ja vaihto
- ...
- joukkueen 20. osuuden viejä lähtee vaihdosta portaita alaspäin kuntoradalle, josta portaiden alapäähän ja sieltä portaita ylös Joupiskan laelle (=20. nousu suoritettu)
- kun 20. osuuden viejä tulee vaihtopaikalle, koko joukkue juoksee yhdessä maaliin (noin 50m vaihtopaikasta eteenpäin)
- Joupiskan Vertikaalitonna on suoritettu. Aika ottaa yhteiskuva.

Kilpailusuoritus yksilösarjoissa (reittikartta lopussa):

- yhteislähtö (1. osuuden juoksijat ja yksilöt) kuntoradalta Joupiskan parkkipaikan reunalta, josta juostaan Elämysportaita ylös Joupiskan laelle (=1. nousu suoritettu, katso "**Kierroslaskenta**" seuraavalta sivulta)
- Joupiskan laelta Elämysportaita alas kuntoradalle, josta josta portaiden alapäähän ja sieltä portaita ylös Joupiskan laelle (2. nousu suoritettu)
- Tätä niin kauan, että 20 nousua suoritettu. Sitten maaliin.
- Joupiskan Vertikaalitonna on suoritettu. Aika ottaa kuva sankarista.

Joupiskan VERTIKAALITONNI

Keskiviikkona 19.6.2019

Kierroslaskenta eli “kierroslaput” (sekä yksilöt että joukkueet):

- Joupiskan laella, portaiden yläpäässä ennen vaihtoaluetta, on jokaiselle yksilösarjalaiselle ja joukkueelle oma “kierroslaskentataulu”. Taulussa on yhteensä 20 kierroslappua, joista **vaihtotaululle tulija (juoksija)** saa poistaa jokaisella kerralla kun nousu on suoritettu yksilön/joukkueen toimesta
- kun kaikki 20 kierroslappua on taulusta pois, on 20. nousua suoritettu ja saa juosta maaliin
- Sekä yksilösarjassa että joukkuesarjoissa osallistujat vastaavat siitä, että kiertävät oikean määrän porraskierroksia (=kierroslaskentataulu!),
- Yksilöille ja joukkueille tulee lopullinen aika maalissa.

Kilpailuohjeita päivitetään tarpeen mukaan.







Kysymyksiä ja kommentteja voi laittaa Joupiskan Vertikaalitonniin Facebook-tapahtumasivulla tai sähköpostilla toimisto@seinajoenhihtoseura.fi.

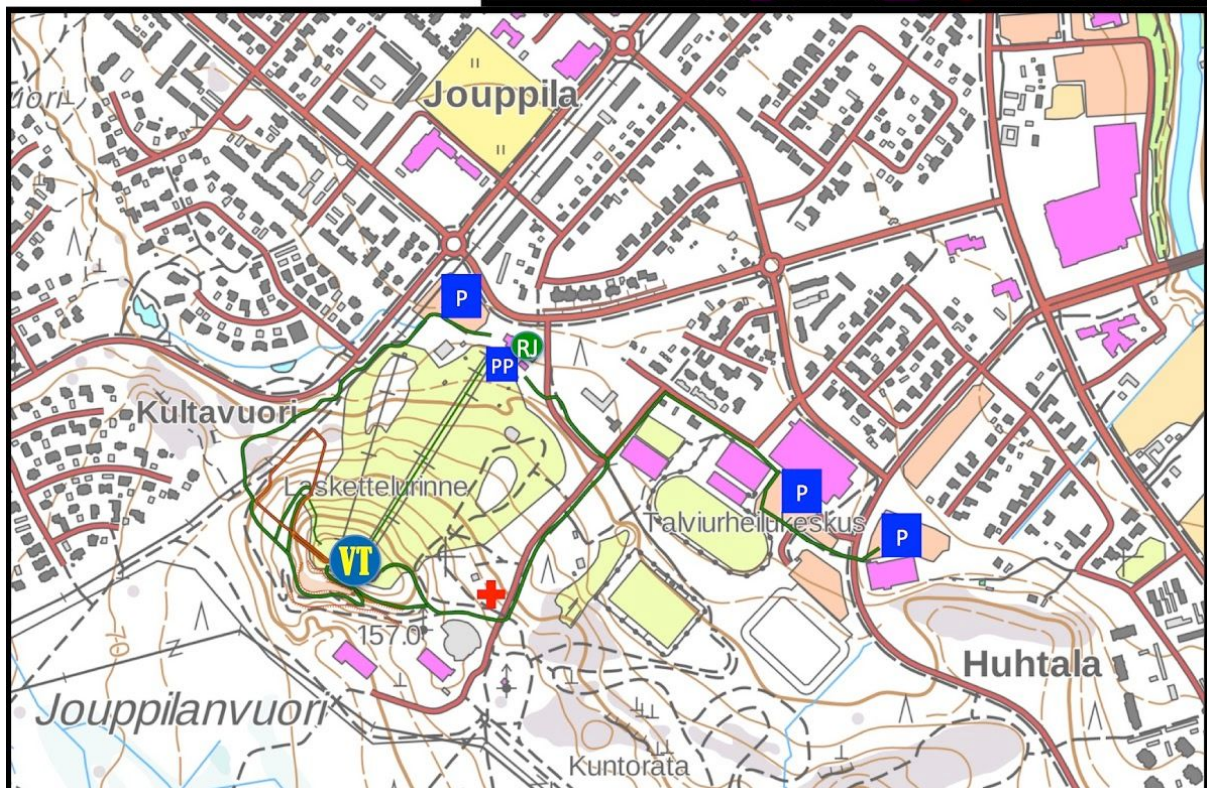
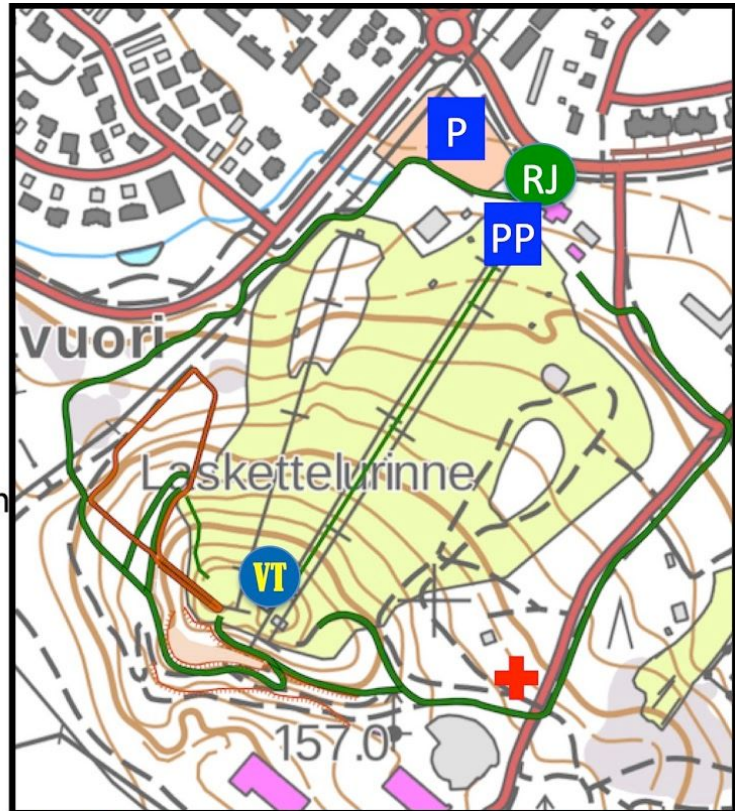
TERVETULOA!

Joupiskan VERTIKAALITONNI

Keskiviikkona 19.6.2019

Tapahtuman yleiskartta:

-  Tapahtumakeskus
-  Ravintola Joupiska
-  Pysäköintialueet
-  Pyöräparkki
-  Kävelyreitti tapahtumakeskukseen
-  Hälytysajoneuvojen tapaamispaikka



Joupiskan VERTIKAALITONNI

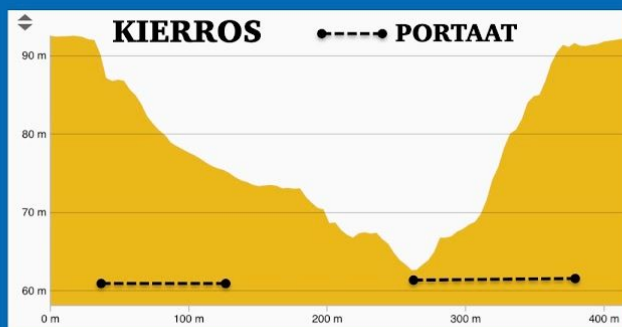
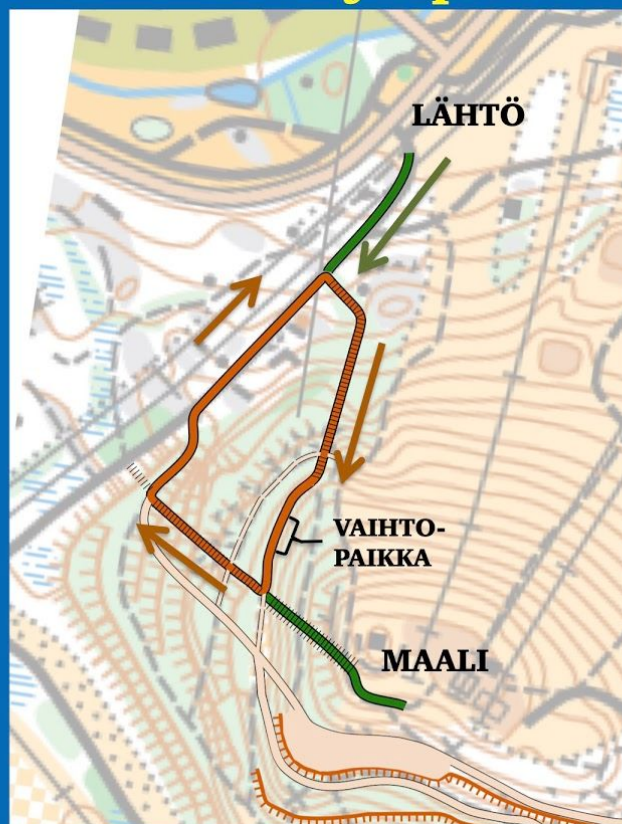
Keskiviikkona 19.6.2019

Mini Vertikaalitonni reittikartta ja profiili:

Mini VERTIKAALITONNI

Keskiviikkona 19.6.2019 klo 17:30

Reittikartta ja -profiili



Joupiskan VERTIKAALITONNI

Keskiviikkona 19.6.2019

Joupiskan Vertikaalitonin reittikartta ja profiili:

Joupiskan VERTIKAALITONNI

Keskiviikkona 19.6.2019 klo 18:30

Reittikartta ja -profiili

