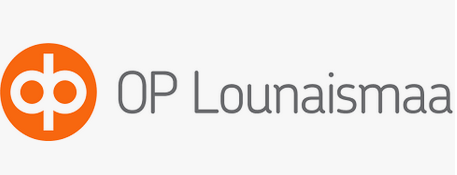
HÄMSY:n PM- ja PM-SISULISÄMAASTOT 2023 TAMMELASSA

|  |  |
| --- | --- |
| Aika ja paikka | Lauantai 13.5.2023 klo 10-14  Tammelan liikuntapuisto, Kyöpelintie 20, 31300 Tammela |
| Järjestäjä | Tammelan Ryske, www.tammelanryske.fi |
| Aikataulu  Lähtöajat ja matkat | P9 10.20 1 km (19 ilmoittautunutta)  T9 10.30 1 km (26)  P10 10.40 1 km (14)  T10 10.50 1 km (16)  P11 11.00 1 km (7)  T11 11.10 1 km (29)  P12 11.20 2 km (11)  T12 11.30 2 km ((7)  P13 11.40 2 km (13)  T13 11.50 2 km (21)  T14 12.00 2 km (8)  T15 12.10 2 km (9)  P14 ja P15 12.20 3 km (4+8)  N17, N19, N 12.30 4 km (5+1+4) 2 kertaa 2 km lenkki  M17, M19 12.40 4 km (5+1)  M 12.50 6 km (3) 2 kertaa 3 km lenkki |
| Ilmoittautuminen | 9.5.2023 mennessä [www.kilpailukalenteri.fi](http://www.kilpailukalenteri.fi) kautta.  Ilmoittautumismaksu sisulisäsarjat 6 € ja 17, 19, naiset ja miehet 10 €.  Tammelan Ryske ry FI72 5025 1640 0002 77. Seuroittain kootusti.  Jälki-ilmoittautumiset tuplamaksu. |
| Kilpailunumerot | Kilpailunumerot haetaan kisatoimistosta liikuntakeskuksesta.  Kilpailunumero palautetaan järjestäjille maalipaikalla.  Palauttamattomista kilpailunumeroista peritään 50 euron maksu. |
| Osanoton valmistus | Kokoontumispaikalla 20 min ennen lähtöä |
| Kokoontumispaikka | Etusuoran puolivälissä viheriöllä, mistä urheilijat tuodaan johdetusti lähtöviivalle. Ole ajoissa kokoontumispaikalla. |
| Kokoontuminen | Kilpailijoiden kokoontuminen 20 minuuttia ennen sarjan lähtöä kokoontumispaikalla. Nimenhuudon jälkeen siirtyminen johdetusti lähtöpaikalle sarjoittain.  Kokoontumispaikka etusuoran puolivälissä. Kokoontumispaikalla mahdollisuus verryttelyyn etusuoralla. |
| Reitti | Lähtö urheilukentän viheriöltä. Reitti pääsääntöisesti pururadan 1 km lenkillä, 1,7 km ja 3 km lenkillä. 4 km kierretään 2 kertaa 2 km lenkki. 6 km kierretään 2 kertaa 3 km lenkki.  Reitillä voi olla kosteahkoja kohtia varjopaikoissa.  Piikkarien käyttö sallittu. |
| Palkintojen jako | Palkintojen jako katsomon edessä etusuoralla.  Palkintojen jako sarjat T/P 9-11 klo 12.00  Palkintojen jako sarjat T/P 12-15 klo 13.00  Palkintojen jako sarjat N/M, 17, 19 klo 13.30 |
| Joukkuekilpailut | Joukkuekilpailu sarjoissa 9-15v. Joukkuekilpailussa kolme juoksijaa. Joukkuekilpailujen pistelasku sijoituksen mukaan. Tasatilanteessa kolmannen sijoitus ratkaisee. Palkintojen jako henkilökohtaisten palkintojen jaon yhteydessä sarjoittain. |
| Tulokset | Tulokset on nähtävissä nettisivulla.  Kilpailujen jälkeen tulokset on nähtävissä Tammelan Ryskeen internetsivuilla: <https://www.tammelanryske.fi/tulokset/130523/tulokset.htm> |
| Kioski | Kilpailuiden aikana on kioski liikuntakeskuksessa.  Maksu kortilla ja käteisellä.  Makulihassa mahdollisuus omakustanteiseen buffaan (auki klo 9-15). |
| Pysäköinti | Pysäköinti liikuntapuiston pysäköintialueella. Lisää pysäköintitilaa on Tammelan koulukeskuksen ja Tammelan kunnantalon parkkipaikoilla. Etäisyys kilpailupaikalle noin 500m.  Liikuntapuistoon johtavan Kyöpelintien varteen ei saa pysäköidä. |
| Ensiapu | Ensiaputarvikkeita maalipaikalla. |
| Pukuhuoneet | Liikuntakeskuksessa |
| Ohje laadittu/päivitetty | 12.3.2023/7.5.2023/10.5.2023/12.5.2023 |

**Tervetuloa kilpailemaan piirin mestaruuksista!**



 Kuva, joka sisältää kohteen teksti

Kuvaus luotu automaattisesti