

41. Venlojen viesti

Kilpailu alkaa yhteislähdöllä lauantaina 16.6.2018 klo 14.00. Sisäänkirjautumiseen on mentävä viimeistään 20 minuuttia ennen lähtöä. Emit-korttien kirjauksen ja nollauksen jälkeen kilpailijat siirtyvät lähtöalueelle. Toiminta sen jälkeen tapahtuu kohdan "Lähdöt" mukaisesti.

Osuus	Osuuspituus	Nousu	Aika	Vaihto
1.	6,1-6,2 km	175 m	43 min	14:43
2.	6,1-6,2 km	165 m	42 min	15:25
3.	5,3-5,4 km	150 m	37 min	16:02
4.	7,8-7,9 km	220 m	55 min	
Yhteensä	25,5 km	710 m	2 h 57 min	

Matkoihin sisältyy noin 500-700 m viitoitusta. Hajonta on kaikilla osuuksilla. Vuosina 2002-2003 syntyneille suositellaan osuutta 3. Venlojen viestin maali suljetaan klo 22.30.

70. Jukolan viesti

Kilpailu alkaa yhteislähdöllä lauantaina 16.6.2018 klo 23.00. Sisäänkirjautumiseen on mentävä viimeistään 20 minuuttia ennen lähtöhetkeä. Emit-korttien kirjauksen ja nollauksen jälkeen kilpailijat siirtyvät lähtöalueelle. Toiminta sen jälkeen tapahtuu kohdan "Lähdöt" mukaisesti.

Osuus	Osuuspituus	Nousu	Aika	Vaihto
1.	10,9-11,1 km hämärä/pimeä	240 m	67 min	00.07
2.	11,8-12,0 km pimeä	280 m	73 min	01.20
3.	12,6-12,8 km pimeä/hämärä	340 m	78 min	02.38
4.	8,7-8,8 km hämärä/valoisa	220 m	50 min	03.28
5.	8,6-8,7 km valoisa	220 m	48 min	04.16
6.	10,7-10,8 km valoisa	320 m	60 min	05.16
7.	15,0-15,1 km valoisa	480 m	84 min	
Yhteensä	79,0 km	2100 m	7 h 40 min	

Matkoihin sisältyy noin 500-700 m viitoitusta. Hajonta on kaikilla osuuksilla. Vuosina 2002-2003 syntyneille suositellaan osuuksia 4-5. Jukolan viestin maali suljetaan klo 15.00.

Yleistä

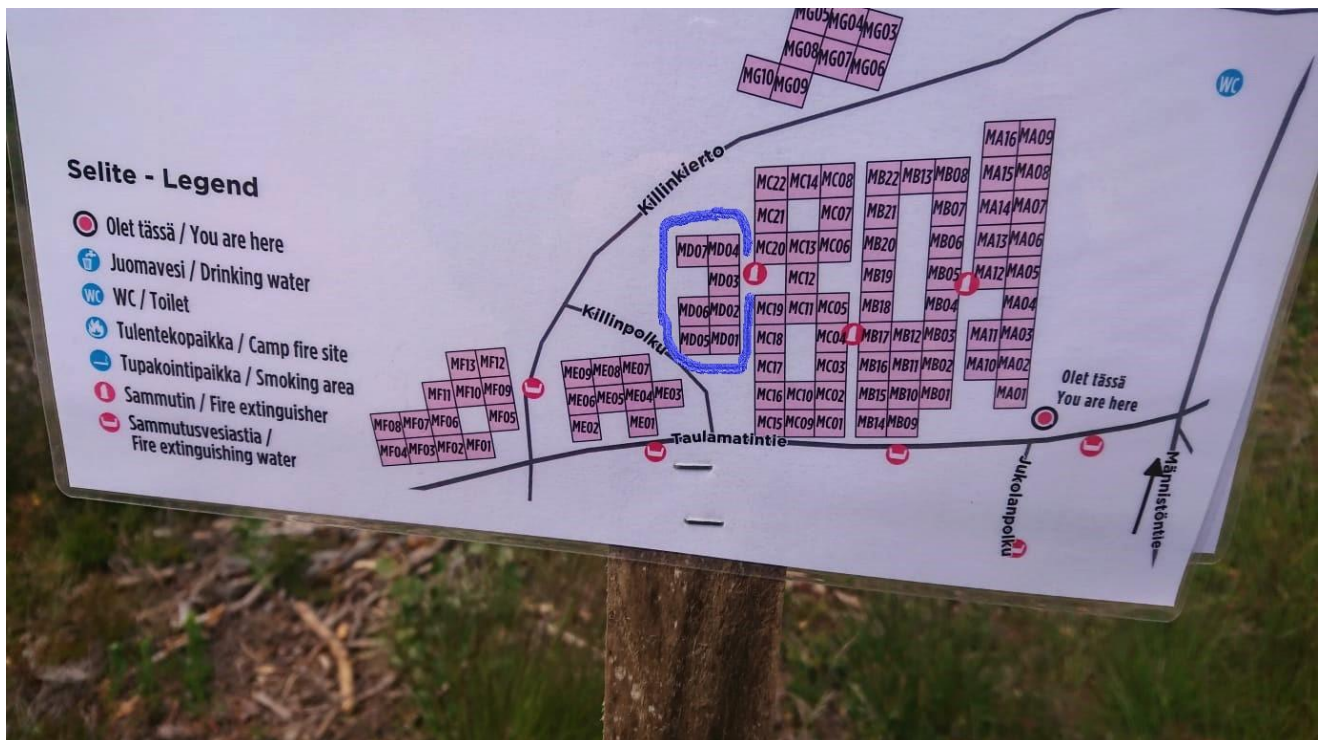
- [Lue kilpailuohjeet](#)
- [Kisasivut](#)
- [Näin toimitaan Lahti-Hollola Jukolassa](#)
- [Ensikertalaisen ohjeet](#) (vanhat toimivat ohjeet)
- [Kilpailukeskus- ja liikennekartat](#)
- [Ratamestarin teesit kilpa- ja kuntosuunnistajille tulevaan Jukola-supikkoon](#)
- [Jukola appi](#), jolla esim. oman joukkueen seuranta on helppoa
- [Mitä ovat hajonnat?](#)
- Juoksujärjestykset pitää tehdä perjantaihin klo 18 mennessä. Ilmoittakaa mahdolliset muutokset kaikkien joukkueiden osalta Hannulle p. 050 3598864 tai hannu.numminen@espoonakilles.fi heti kun tiedätte ne. **Akilleksen kaikkien joukkueiden juoksujärjestykset löytyvät täältä.**
- Yhteiskuljetusta ei ole seuran puolesta. Jukola on tällä kertaa niin lähellä, että yhteiskyyditystä ei järjestetä.
- Seurateltalta löytyy viisi verryttelykarttaa, joita voi lainata ja käydä tutustumassa kisamaastoon. Verryttelyalue on kisa-alueen pohjoispuolella.

Akilleksen telttapaikat

Majoitusteltta-alue 10 x 10 metriä (7/7):

MD01 MD02 MD03 MD04 MD05 MD06 MD07

- Yöpymistelttoja ei ole varattu seuran puolesta. Jokainen hoitaa omat telttansa ja yöpymisvälineensä paikalle.
- Korvatulpat ja hyttyskarkote kannattaa ottaa mukaan.
- [Opaskartta Espoon Akilleksen telttapaikoille](#). Alue: Männistö, D-alue 01-07.



Ohjeita/muistutuksia

- Ota omat hakaneulat mukaasi numeroa varten.
- **Jokaisen pitää laittaa emit-kortin tarkastusliuska emit-korttiin.** Jos kortti hyytyy matkalla tai ei ota jotain leimaa, niin joukkueen suoritus hylätään, jos tarkistuslipuketta ei ole. Jos leimaa huolellisesti tarkistusliuskan kera, suoritus hyväksytään vaikka emit-kortti ei toimisikaan.
- Emit-kortin numero luetaan/yhdistetään numeroosi lähtö/vaihtopaikalle mennessäsi. Otamme kymmenkunta laina-emittiä mukaan, jos jollain ei ole omaa tai kortti ei toimi. Kysele tarvittaessa Hannulta tai Teijalta.
- **OLKAA AJOISSA PAIKALLA, VARSINKIN MOLEMPIEN VIESTIEN ALOITTAJAT!** Näin ei tarvitse muiden hermoilla tai esim. juosta numeroa lähtöön. Lähdestä myöhästyminen aiheuttaa paljon lisäsäättöä joukkueisiin ja juoksujärjestyksiin.
- Seurateltta tuodaan teltta-alueelle jo perjantaina. Sunnuntaina teltat puretaan ja pakataan yhdessä sekä alue siistitään kaikkien toimesta.
- Seuramateriaalit haetaan teltta-alueelle jo perjantaina (sis. numerot, emit-tarkistuslipukkeet). Materiaalit löytyvät seurateltalta.
- Jos mahdollista, tule Jukolaan jo perjantaina (ei ryysistä, ehtii käydä kaupat läpi rauhassa,...)
- **KAIKKIEN JUKOLA-ALUEELLA OLEVIENT SEURALAISTEN TAI SEURAAAN JOLLAIN LAILLA LIITTYVIEN YHTEISTAPAAMINEN ON LAUANTAINA KLO 21 SEURATELTTA-ALUEELLA.** Paikalla on pientä purtavaa. Mukaan voi ottaa omat tilanteeseen sopivat juhlistamisjuomat. Ohjelmassa höpöttelyä sekä yhteiskuvien otto myös vapaavalintaisin ryhmin.
- Lampun tarvitsijat hoitavat lamput itse, testatkaa akut.
- Tuulisuojaa ei ole kilpailukeskusalueella.
- Jukolan osalta joukkueet sopivat keskenään herätyssysteemit. Normimalli on:
 - 1.osuuden juoksija herättää telttapaikalle tullessaan 3.osuuden juoksijan,
 - 2.osuuden juoksija 4.osuuden juoksijan jne.
 - Pitää siis tietää, missä herätettävä majailee. Sopikaa joukkueittain tai herätyspareittain esim. tekstiviestitys- tai whatsapp-ryhmä, jolla saatte tiedot toisillenne.
- **Jukolassa hyvä suoritus on oman taitotason mukainen tasainen suoritus. Ajatus pitää pysyä mukana koko suorituksen ajan. Yliyrittäminen kostautuu usein isoina pummeina.**