

SUUNTAA SOHVASTA 24.10.2024



Suuntaa Sohvasta -sisäsuunnistustapahtuma IKEA Vantaa 24.10.2024 klo 15:30-19:30

TÄRKEIMMÄT POINTIT

- ★ Ennakkoilmoittautuminen päättyy maanantaina 21.10. klo 23:59, jälki-ilmoittautuminen paikan päällä tapahtumapäivänä on mahdollista.
- ★ IKEA tavaratalo on koko tapahtuman aikana normaalisti auki. Jotta vältetään turhilta yhteentörmäyksiltä, huomioi erityisesti tavaratalon asiakkaat, toiset sisäsuunnistajat ja henkilökunta myös suorituksen aikana, kiitos!
- ★ Tavaratalossa olevien huonekalujen ja herkästi särkyvien esineiden vuoksi omaa liikkumisnopeutta tulee rajoittaa, ja tapahtumassa sisätiloissa juokseminen on kielletty.
- ★ **Kassa-alueilla on kuvauskielto**, joka koskee kaikenlaista kuvaamista. Muuten kuvaamisen suhteen noudatetaan yleisiä ohjeita ja säädöksiä eli lyhyesti ottaen kuvaaminen tavaratalon tiloissa on sallittu, mutta ihmisten yksityisyyttä ei saa loukata.

Toiminta tapahtumapaikalla ja lähdössä:

1. Saavu paikalle. Pysäköinti IKEA asiakaspaikoille / pyöräparkkiin.
2. Halutessasi suorita alkuverryttely (juoksu, kävely) ulkona. Ei välttämätön, mutta mukava lisä.
3. Ilmoittaudu tapahtumainfossa, joka löytyy ensimmäisestä kerroksesta pääsisäänkäynnin (liuku)portaidon (ja hissien) yläpään välittömässä läheisyydessä.
4. Sekä etukäteen ilmoittautuneet että paikanpäällä ilmoittautuvat ja maksavat saavat infosta **karttalipukkeen**, jota vastaan saa lähdöstä kartan.
5. Siirry tapahtumainfosta ohjeiden mukaisesti kierreportaita pitkin (liikuntarajoitteiset hissillä) lähtöalueelle. Toimitsijat ohjaavat tarvittaessa lähtöön siirtymistä, jotta lähtöön ei syntyisi ruuhkia.
6. Kartat ovat lähdössä radoittain lajiteltuina. Luovuta karttalipukkeesi, nollaleimaa, mene oman karttaämpärisi luo, ota kartta ja aloita suunnistus.
Lähtöhenkilöt huolehtivat noin 30–60 s lähtöväleistä (riippuen ruuhkaisuudesta) saman radan osalta. Noudata lähtöhenkilöiden ohjeita. Jos haluat, saat kulkea myös kaverin/aikuisen kanssa. Kerro silloin siitä lähtöhenkilölle.
7. Muista, että liikut erityisessä sisäsuunnistusympäristössä ja juokseminen sisätiloissa on kielletty. Huomioi muut ihmiset sekä herkästi esineet ja huonekalut tavaratalossa. Rata päättyy maalileimaukseen, jonka välittömässä läheisyydessä on Emit-kortin luku ja leimantarkistus tulospalveluhenkilön toimesta.
8. Voit vierailla suorituksesi jälkeen vielä IKEA tavaratalossa esim. hyödyntämällä ravintolapalveluita.

Mitä ja mites tänne löydetään?

Suuntaa sohvasta -sisäsuunnistusta IKEA Vantaa tavaratalossa  **IKEA Vantaa** . Järjestelyistä vastaa Espoon Akilleksen Suunnistusjaoston Nuorisotoiminta.

Autojen pysäköinti tapahtuu IKEA Vantaa pysäköintialueilla omatoimisesti. Suosittelemme ulkoparkkialuetta niille, jotka osallistuvat vain suunnistustapahtumaan.

Tapahtumapaikalle pääsee myös julkisella liikenteellä. Bussilla 553 on pysäkki aivan tavaratalon vieressä. Tavaratalo on helposti saavutettavissa myös busseilla 570, 572, 711, 721 ja 736 tai polkupyörällä (matka esim. Tikkurilan juna-asemalta on noin 4 km).

Milloin?

- ★ Torstaina 24.10.2024, lähdöt klo 15:30-19:30 välillä.
- ★ Lähdöt ”kuntorastityyliin” omassa rytmissä. Lähtöhenkilöt huolehtivat noin 30–60 s lähtöväleistä saman radan osalta.

Säännöt ja ohjeet

Tapahtuman osallistujat sitoutuvat tutustumaan järjestäjien antamiin ohjeisiin ja sitoutuvat noudattamaan niitä. Osallistujat sitoutuvat noudattamaan myös yleisiä IKEA tavaratalon sääntöjä ja ohjeita.

Sisäsuunnistuksen yleiset ohjeet pätevät. Huonekalujen tai minkään muidenkaan esineiden yli ei saa hypätä tai juosta, vaan tavarat tulee kiertää. Karttaan merkityille kielletyille alueille ei saa mennä.

IKEA tavaratalo on tapahtuman aikana normaalisti auki, joten huomioikaa erityisesti tavaratalon asiakkaat, toiset sisäsuunnistajat ja henkilökunta myös suorituksen aikana, kiitos!

Tavaratalossa on paljon arvokkaita huonekaluja ja herkästi särkyviä esineitä, joten kuin tavaratalossa yleensäkin, myös suorituksen aikana on liikuttava siten, ettei toisille ihmisille, huonekaluille, muille esineille tai millekään muullekaan aiheuteta vahinkoja. Kaikkialla tavaratalossa ja erityisesti herkästi särkyvien esineiden ja asioiden lähellä on noudatettava erityistä varovaisuutta ja jokainen osallistuja huolehtii omalta osaltaan, ettei tavaratalon esineitä rikkoonnu.

Tavaratalossa on järjestäjien puolesta ”maastovalvojia”, jotka auttavat turvallisuuden huomioimisessa. Tarvittaessa maastovalvojat voivat neuvoa esimerkiksi hidastamaan tahtia herkästi särkyvien esineiden alueilla tai ruuhkaisina hetkinä.

Jos tapahtumassa havaitaan epäkunnioittavaa käytöstä ohjeiden suhteen, voidaan osallistujan suoritus keskeyttää järjestäjien toimesta.

Näitä ja myös muita järjestäjien antamia ohjeita on noudatettava, jotta kaikille jäisi mahdollisimman mukava fiilis tapahtumasta.

Ilmoittautuminen ja kolehti

Etukäteisilmoittautumiset **maanantaihin 21.10. klo 23:59 mennessä** [Navisportin kautta](#).

Jälki-ilmoittautuminen onnistuu tapahtumapäivänä paikan päällä.

- ★ Lapset (< 18-vuotiaat): **6 €**
- ★ Aikuiset (≥ 18-vuotiaat): **12 €**

Maksuvaihtoehdot:

Etukäteisilmoittautumiset sähköisillä maksuvälineillä:

- ★ Verkkomaksulla FI3811123007200725 - viite 30106
- ★ MobilePay:lla - koodi 19578
- ★ Eazybreak - Espoon Akilles, koodi P268
- ★ MyEdenred - Espoorastit, Espoon Akilles
- ★ ePassi, Smartum saldo,...
- ★ Epassilla
- ★ Maksuohjeet löydät myös ilmoittautumislomakkeelta ilmoittautuessasi tapahtumaan ennakoon.

Paikan päällä:

- ★ Samat maksutavat kuin etukäteisilmoittautumisissa.
- ★ Huomioithan, että kaikki liikuntaedut ovat henkilökohtaisia ja niillä pystyy maksamaan vain oman osallistumisensa.
- ★ Valmistaudu tarvittaessa todistamaan onnistunut maksusi esimerkiksi kuitin avulla mobiililaitteestasi.
- ★ Edellä mainittujen lisäksi paikan päällä käytettävissä olevat maksutavat ovat pankkikortti, liikuntasetelit ja käteinen (mieluiten tasaraha). Paikan päällä olevista maksutavoista suosittelemme: pankkikortti, MobilePay tai sähköiset liikuntaedut.

Radat / sarjat

Tapahtumassa on kolme eritasoista rataa:

- ★ **Lyhyt** - IHMETTELYÄ SOHVIEN LOMASSA
- ★ **Keskipitkä** - HIUKKA SEKAISIN ITSEPALVELUHYLLYJEN VÄLISSÄ
- ★ **Pitkä** - PÄÄ PYÖRÄLLE VIIMEISTÄÄN KEITTIÖOSASTOLLA

Ratapituudet lyhintä reittiä pitkin ovat suurin piirtein: Lyhyt 1 km, Keskipitkä 1,5 km ja Pitkä 2,2 km. Ratojen vaativuus kasvaa pituuden myötä. Sarjat muodostuvat ratojen mukaisesti ”kuntorastityyliin” eli ei erillisiä ikä- tai sukupuolijakoisia sarjoja.

HUOM! Sisäsuunnistuksen hengen mukaisesti radat menevät hyvin paljon ristiin rastiin ja rastiväleillä tulee joitakin erittäin jyrkkiä kulmia (vastoin perinteisten suunnistusratojen hyviä tapoja). Ole siis erittäin tarkkana rastien oikean kiertojärjestyksen kanssa ja että pysyt meneillään olevasta rastivälistä hyvin kärryillä. Maltti on valttia tässäkin!

Esteettömyys

Radat on mahdollista kulkea myös esimerkiksi pyörätuolilla, koska IKEA tavaratalossa on hissit käytettävissä. Hissit on merkitty myös suorituksen aikana käytettävään karttaan. Radoilla osa rastipaikoista voi olla ahtaissa väleissä ja näin leimaaminen saattaa vaatia avustajan. Avustaja voi kulkea mukana samalla osallistumismaksulla. Kysy lisätietoja esimerkiksi hissien sijainneista tapahtumainfosta tai ota yhteyttä järjestäjiin etukäteen (yhteystiedot ohjeiden lopussa).

Verryttely

Suorita halutessasi alku- ja loppuverryttely ulkona. Ei välttämätöntä, mutta pieni lenkki alle ja päälle voi olla mukava lisä.

Lähdöt

Lähdöt toimivat ”kuntorastityyliin” eli käytössä ei ole tarkkaan määriteltyjä lähtöaikoja. Toiminta lähtöön siirtymisestä sanoin kuvattuna:

1. Ilmoittaudu tapahtumainfossa, josta saat itsellesi karttalipukkeen.
2. Siirry tapahtumainfosta lähtöön kierreportaita pitkin (liikuntarajoitteinen hissillä) toimitsijan ohjeiden mukaisesti. Jos portaikossa on jonoa, asetu jonon jatkoksi odottamaan omaa lähtövuoroasi. Näin vältetään itse lähtöalueelle syntyviä ruuhkia.
3. Kartat ovat lähdössä radoittain lajiteltuina.
 - 1) Luovuta karttalipukkeesi
 - 2) Nollaa Emit-korttisi lähtöleimasimessa (n. 4 valon vilkahdusta)
 - 3) Mene oman karttaämpärisi luo, ota kartta ja lähde suunnistamaan.

Myös itse lähtöhetkellä pyritään pitämään pienet porrastukset, jotta samalle radalle lähtevien väliin jää sopiva aikaväli (30–60 s riippuen kyseisen ajanhetken osallistujamäärästä). Seuraa lähtöhenkilöiden ohjeita. Halutessasi voit kulkea kaverisi/aikuisen kanssa, tällöin lähtö onnistuu yhtä aikaa. Kerro tästä lähtöhenkilölle.

Kartta ja rastimääritteet

Kartta on yksityiskohtainen, esim. huonekalut ovat mahdollisimman tarkasti kartalla. Kartta on paikoin hyvin tiivis kohteiden osalta, joten halutessasi käytä suurennuslasia/luuppia. Älä takerru liian pieniin yksityiskohtiin, sillä ympäristö on sellainen, että pieniä muutoksia voi tapahtua jopa saman päivän aikana.

- ★ Kartan mittakaava: 1:650
- ★ Kartan koko: A3
- ★ Kartan valmistus: Veeti Varjo - Viimeistelty ja tulostettu: 10/2024

Suunnistuksen perinteistä poiketen kartta Elle magneettisen pohjoisen suunnassa, vaan asemointi on periaatteella tavaratalon reunat paperin reunoja vasten. Kompassia ei siis tällä kertaa tarvitse ollenkaan.

Kartat eivät ole muovisuojissa. Halutessasi voit tuoda itse karttamuovin (A3) ja käyttää sitä.

KARTTAMERKIT

-   sohva / sänky / nojatuoli
-  hylly / kaappi
-  varastohylly, jonka alla kulkuväylä
-  pöytä
-  tavarakasa/-kori tmv.
-  kasveja
-  WC, lavuaari
-  suihku, pesukone
-  liesi, muu erikoiskohde

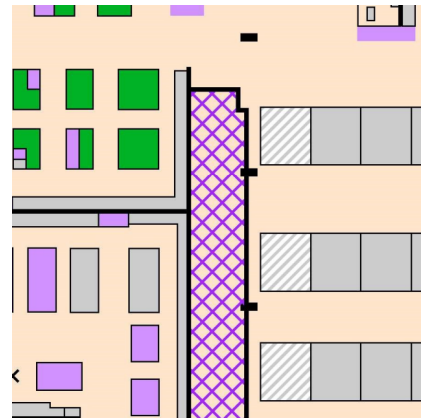
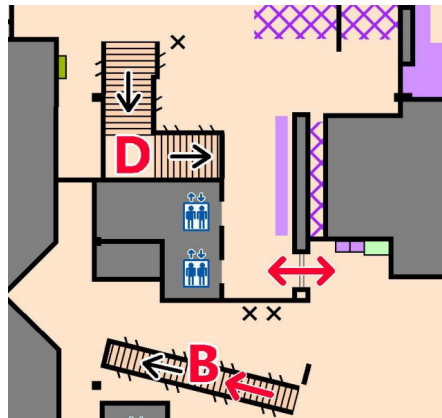
-  seinät / suljettu tila
 -  pylväs
 -  aita / kaide
 -  lattia
 -  kielletty alue
 -  portaat, porraskirjain
(musta nuoli osoittaa portaiden yläpäähän)
 -  kulku sallittu molempiin suuntiin (esim. liukuovi)
 -  kulku vain punaisen nuolen suuntaan
(esim. rullaportaat tai yksisuuntainen portti)

1	31						sohva/sänky/nojatuoli
2	32						kaappi/hylly
3	33						pöytä
4	34						tavarakasa-/kori
5	35						kasveja
6	36						yksittäinen kasvi
7	37						WC
8	38						lavuaari
9	39						suihku
10	40						pesukone
11	41						liesi
12	42						muu erikoiskohde
13	43						seinä/pylväs
14	44						aita
15	45						vieressä
16	46						kulmassa
17	47						päädyssä
18	48						välissä

Rastimääritteet ovat painettu karttaan. Rastimääritteiden selitteet oheisessa kuvassa. Ilman rastimääritteiden ymmärtämistäkin pitäisi pärjätä, mutta joissain tapauksissa ne saattavat auttaa tarkemman rastipisteen selvittämisessä.

↑ ↖ Rastin koodi
Rastin järjestysnumero

Mallikarttapaloja tapahtumassa käytettävästä kartasta:



Kielletyt alueet

Karttaan on merkitty joitakin kiellettyjä alueita **violetilla** ”ristikolla” (ks.karttamerkit-kuva). Suorituksen aikana näille alueille meneminen on kielletty.

Kerrosten välillä liikkuminen

Suorituksen aikana siirrytään kerroksesta toiseen portaita pitkin (hissi käytettävissä esim. pyörätuolilla liikkuville). Noudattakaa erityistä varovaisuutta portaissa kulkiessanne.

Sisäsuunnistuksessa rastivälit voivat kulkea eri kerrosten välillä eli esim. rasti X sijaitsee ylemmässä kerroksessa ja seuraava rasti Y alemmassa kerroksessa. Portaot (tarvittaessa hissi) näkyvät molempien kerrosten kartassa ja porraskirjain kertoo, että kyseessä ovat samat portaot eri kerrosten välillä.

Rastit

Karttaan merkitty rata kierretään rastipisteiden kautta numerojärjestyksessä. Rasteilla on pienet rastiliput sekä Emit-leimasin, jossa rastikoodi. Leimasin on kiinnitetty joko kiinteästi johonkin rakenteeseen tai roikkuu narun varassa. Rasteja on erittäin lähekkäin, joten **muista tarkistaa koodit!**

Leimausjärjestelmä, ajanotto ja tulospalvelu

Tapahtumassa käytetään Emit-leimausjärjestelmää. Suosituksena omat Emit-leimauskortit, mutta myös lainakortteja on saatavilla (rajoitetusti) tapahtumainfosta. Samaa Emit-korttia voi käyttää useamman kerran tapahtumassa, mutta ei kuitenkaan samanaikaisesti. Lainattu Emit-kortti palautetaan tapahtumainfoon oman suorituksen jälkeen. Kadotetusta Emit-kortista peritään 50 €.

Tapahtumassa käytetään Navisport-tulospalveluohjelmistoa. Tulospalvelu ONLINE-tulospalvelu tapahtuman ajan sisältäen myös väliajat. Tulokset löytyvät [täältä](#).

Radan voi kiertää myös ilman ajanottoa.

Huomioi erityisesti, että vaikka ajat otetaan ja tulokset julkaistaan, niin kyseessä on ennen kaikkea erityinen mahdollisuus päästä sisäsuunnistamaan IKEA tavaratalossa. Tällä kertaa ajan optimointia tärkeämpää on toimia myös suorituksen aikana ympäristöön sopivalla tavalla eli olla aiheuttamatta vahinkoa ja pahaa mieltä muille. Kiitos, että huomioit myös muut ihmiset!

Suuntaa sohvasta -tapahtumassa nokkeluus ratkaisee, ei ylimääräinen kiirehtiminen.

Palkinnot

Arvontapalkinnot (IKEA tuotepaketti) 3 kpl arvotaan etukäteen ilmoittautuneiden kesken. Lapsille makea palkinto maalissa!

Vastuu

Osanottajia ei ole vakuutettu järjestäjän toimesta. Jokainen osanottaja osallistuu tapahtumaan omalla vastuullaan.

Jokainen osallistuja sitoutuu myös olla aiheuttamatta vaurioita tavaratalon tuotteille ja esineille.

Varustus

Suoritus tapahtuu tavaratalon sisätiloissa, joten sisäliikuntavarustuksella pärjää suorituksen aikana hyvin. Kenkävalinnaksi puhtaat lenkkarit tai muut tavaratalon sisätiloihin sopivat kengät. **Nastalliset kengät ehdottomasti kielletty!**

Tavarasäilytys

Tavaratalon 2. kerroksen aulassa on säilytyslokeroita, joihin voi laittaa esimerkiksi repun suorituksen ajaksi. Säilytyslokerot toimivat itse valitulla numerokoodilla. Myös tapahtumainfoon on mahdollistaa jättää varusteita, tällöin varusteet tulee olla yhteen kassiin pakattuna.

WC

IKEA tavaratalon WC:t ovat osallistujien käytössä.

Ravintola

IKEA tavaratalossa on tarjolla ravintolapalveluita, joita tapahtuman osallistujat voivat hyödyntää. Ravintola on auki klo 20.00 saakka. Herkkutori ja Bistro palvelevat klo 21.00 saakka.

Tarkista ajankohtaiset hinnat ja tarkemmat tiedot IKEA nettisivuilta [täältä](#).

Ensiapu

Tapahtumassa on paikalla ensiaputaitoisia, jotka auttavat mahdollisissa ensiaputilanteissa. Lisäksi IKEA tavaratalon puolesta löytyy tarvikkeita ensiapuun. Kaikki ensiaputilanteet tulee ilmoittaa kilpailunjohtajalle. Muista hätätilanteessa 112!

Kuvaaminen

Kassa-alueilla on kuvauskielto, joka koskee kaikenlaista kuvaamista. Muuten kuvaamisen suhteen noudatetaan yleisiä ohjeita ja säädöksiä eli lyhyesti ottaen kuvaaminen on sallittu, mutta ihmisten yksityisyyttä ei saa loukata.

Tapahtumassa on järjestäjän toimesta kuvaajia. Kuvia julkaistaan kisasivuilla ja seuran somepalveluissa. Mikäli haluat kieltää mahdollisen kuvasi julkaisun, ota yhteyttä tapahtumainfoon tai kilpailunjohtajaan.

Muuta

IKEA tavaratalo on tapahtumapäivänä normaalisti auki klo 21 saakka, joten nyt on oiva mahdollisuus yhdistää suunnistus ja asiointi IKEA tavaratalossa samalla kerralla! Katso tarkemmat aukioloajat [täältä](#).

Itsepalvelukokoamismestarit

Tapahtumavastaavat: Ykkönen John Hoffström (040 6716010), Kakkonen Leena Pohjanvirta (050 3466371)

Info: Teija Sahlström (050 3598865)

Sokkelomestari-kartoittaja: Veeti Varjo

Tulospalvelu: Milla Wall

Lähtö: Satu Soini

Valvoja-tiedottaja: Hannu Numminen (050 3598864)

Lisätiedot

Tapahtuman internet-sivut: <https://www.espoonakilles.fi/suuntaa-sohvasta-24-10-2024>

Tapahtuman järjestää Espoon Akilles - Nuorisotoiminta. Tapahtuma on maksullinen suunnistuksen harjoitustapahtuma.

Ilmoittautumalla ja saapumalla tapahtumaan hyväksyt nimesi julkaisun tapahtumaan liittyvissä ilmoittautumis- ja tuloluetteloissa sekä tapahtumassa mahdollisesti otettujen valokuvien julkaisemisen.

LÄMPIMÄSTI TERVETULOA!