

Sisu-Seikkailu 2020, Kapteenikirje 1, 21.7.2020



Hyvät seikkailijat,

Tämä on Kapteenikirje 1, joka sisältää ennakkotietoja ja -ohjeita Sisu-Seikkailusta. **Lue kirje huolella läpi.** Kapteenikirje 2 lähetään noin viikkoa ennen tapahtumaa.

Tapahtumakeskus: Kontiolahden liikuntahalli, Karpalokaari 8, KONTIOLAHTI

Tapahtuman johto: Lauri Kontkanen 040-7596177, Matti Ikonen 0400-887965

Yhteydenotot ennen/jälkeen Sisu-Seikkailun: sisuseikkailu@gmail.com

1 Aikataulu, Lauantai 15.8.2020

- Tapahtumakeskus Kontiolahden liikuntahallilla aukeaa klo 06.00
- Materiaalien jako liikuntahallilla alkaa sarjoittain porrastetusti klo 6.30 alkaen
- Lyhyet kapteenien infot sarjoittain porrastetusti klo 6.45 alkaen (vain 1 jäsen/joukkue)
- Lähtöön siirtyminen 15–30 min ennen kyseistä lähtöä
- Lähdöt porrastetusti klo 7.30–9.30
- Arvontapalkintojen haku infosta suorituksen jälkeen klo 12–16.30
- Puutec-sarjan palkintojen jako klo 16
- Ruokailu klo 11.30–16.30
- Maali sulkeutuu kaikilla sarjoilla klo 16

2 Porrastettu saapuminen tapahtumakeskukseen, materiaalin jako, kapteeni-info ja lähdöt

	Saapuminen parkkiin	Materiaalinjako liikuntahallin edustalla	Kapteeni-info liikuntahallilla	Siirtyminen lähtöön alkaen	Lähtö
Puutec	klo 6.00–6.30	klo 6.15–6.30	klo 6.45	klo 7.00	klo 7.30 (lähtöön matkaa 2km)
Sisu	klo 6.00–6.45	klo 6.30–7.00	klo 7.00	klo 7.30	klo 8.00 (lähtöön matkaa 700m)
Adventure	klo 7.00–8.00	klo 7.00–8.00	klo 8.30	klo 8.45	klo 9.15 (lähtöön matkaa 700m)
Rento	klo 7.30–8.15	klo 7.30–8.15	klo 8.40	klo 9.00	klo 9.30 (lähtöön matkaa 700m)

3 Tapahtumakeskuksen palvelut

- WC ja Suihkut
- Tulospalvelu
- Ruokailu klo 11.30–16.30 Kahvila Rosalindassa 400 m päässä liikuntahallilta. Ruokailu on etukäteen varanneille.
- Suosittelemme, että suunnittelette reittiä esimerkiksi omalla autolla.
- Opastus paikalle alkaa Keskuskadulta, joka on Kontiolahtien kirkonkylän pääräitti. Tapahtumakeskuksessa pysäköinti tapahtuu liikuntahallin parkkipaikoille pysäköinninohjaajien opastuksella.



4 Ruokailu klo 11.30–16.30 Kahvila Rosalindassa (Keskuskatu 14, Kontiolahti)

- Ruoka varataan etukäteen 7.8. klo 12 mennessä erillisellä Google-lomakkeella
- Menu
 - Kinkkukiusaus (laktoositon, gluteeniton) tai Tofukiusaus (vegaaninen, gluteeniton)
 - Ruokajuomana vesi ja mehu
 - Kahvi/tee
 - Ruoka-aineallergiat otetaan huomioon
- Hinta 7 €/henkilö.

5 Varusteet ja varusteiden säilytys

Joukkueen pakolliset varusteet:

- **Emit-kortti (Tarkista ennen lähtöä, että kortin numero on listassa oikein)**
- GPS-lähetin, joka sijoitetaan repun yläosaan paremman signaaliyhteyden takia (saa järjestäjältä materiaalin jaon yhteydessä)
- Puhelin (Sim-kortillinen ja toimiva, vedenpitävästi pakattuna, suositellaan ladattavaksi 112-sovellus. Tapahtuman johdon numerot tallennettuna puhelimeen.)
- Vedenpitävä kynä
- Energiaa ja juomaa oman suorituksen ajaksi
- Kilpailunumerot näkyvillä rintapuolella tai reppuun kiinnitettynä
- Reppu
- Kompassi
- Pyöräilyosuuksille 2 pyörää + 2 pyöräilykypärää
- 2 pelastusliiviä (kaikilla sarjoilla kuljetus koko matkan ajan ja liivit päällä aina vesillä ollessa!)
- Pilli, sidottuna pelastusliiviin
- Ensiapupakkaus sisältäen vähintään: 4 laastaria, ensiside väh. 1 m, urheiluteippi väh. 5 m x 4 cm, avaruuslakana väh. 1 m x 1,5 m.
- Pieni ledivalo, jossa virtaa 5–20 minuutiksi. Myös puhelimen lampputoiminta käy.
- Kerrastonpaita tai takki (joko päällä tai vaihtovaatteena)

Suositteluvia varusteita:

- Vararengas, pumppu ja muita pyörän korjausvälineitä
- Karttateline
- Lukko (polkupyörät voi joutua jättämään valvomatta reitin varrelle, joten jokainen joukkue huolehtii pyörien lukituksesta oman harkintansa mukaan.)

Vaihtopaikka ja muu tapahtuman aikainen varustus ja säilytys

- Sisu-Seikkailussa ei ole tänä vuonna vaihtopaikkaa tapahtumakeskuksessa. Jokainen sarja kiertää Kontiolahden alueella yhtenä lenkinä, joten kaikki pakolliset varusteet on kuljettava koko ajan matkassa.
- Varaudu kuljettamaan energiaa ja nestettä tarvittava määrä suorituksen aikana. Puutec-sarjalla on yksi juomapiste matkan aikana. Muiden sarjojen joukkueiden on varauduttava kantamaan riittävä neste mukanaan.

6 Tapahtuman kulku

Lähdöt tapahtuvat porrastetusti sarjoittain klo 7.30–9.30 välisenä aikana. Lähdöt sijaitsevat 700 m – 2000 m päässä tapahtumakeskuksesta. Lähtöihin liikutaan karttaan merkattua reittiä oma-aloitteisesti pyöräillen siten, että joukkueet ovat lähtöalueella viimeistään 10 minuuttia ennen kyseisen sarjan lähtöaikaa. Ensimmäinen osuus on prologi, jossa joukkueet saavat prologitehtävän, jonka suoritettuaan hajaantuvat omille reiteilleen. Ennen lähtöä jokaisen joukkueen on nollattava EMIT-korttinsa lähtöalueella ja huolehdittava, että GPS-lähetin on päällä.

7 Leimausjärjestelmä

Leimaus tapahtuu Emit-leimausjärjestelmällä. Ennen lähtöä tarkasta, että Emit-kortin numero vastaa lähtölistassa olevaa Emit-numeroa. Jos numerot eivät täsmää, käy tulospalvelussa ilmoittamassa oikea numero.

8 Liikkuminen liikenteessä

Sisu-Seikkailussa liikutaan tänä vuonna jonkin verran taajama-alueella ja sorateilla, joissa on myös muuta liikennettä. Mikäli tien varressa on kevyenliikenteenväylä, tulee sitä aina käyttää. **Liikennesääntöjä tulee ehdottomasti noudattaa ja muun liikenteen seassa liikuttaessa noudattaa suurta varovaisuutta kaikkialla, mutta etenkin risteysalueilla!** Rikkomuksista tulee sakkoa, mutta se ei ole tärkein pointti, vaan hyvän kuvan antaminen seikkailu-urheilusta ulospäin. Radat kulkevat myös jonkin matkaa kontiolahtelaisilla merkatuilla ulkoilupoluilla, joissa seikkailijat ottavat korostetusti huomioon muut kulkijat.

9 Ohjeita ja sääntöjä

Joukkueen jäsenten tulee kulkea koko suorituksen ajan näköetäisyydellä toisistaan ja molempien on käytävä rastin läheisyydessä 10 metrin säteellä. Ulkopuolisen huollon käyttö suorituksen aikana on kiellettyä.

Tapahtumassa edetään rastipisteiden kautta numerojärjestyksessä. Erikseen mainittaessa reittiä voi kiertää myös vapaassa järjestyksessä. Reitin kokonaisuudessaan nopeimmin kiertänyt joukkue on sarjansa voittaja. Koko reitin kiertäneiden sijat määräytyvät maaliintuloajan mukaan. Seuraavaksi korkeimmalle sijoituksissa tulevat ne, jotka ovat kiertäneet rataa pisimmälle ilman puuttuvia rasteja. Jokaisesta puuttuvasta leimasta tulee 10–60 minuuttia sakkoa. Jos joukkue haluaa taistella sijoituksista ja aika on loppumassa kesken, kannattaa rataa kiertää siis mahdollisimman pitkälle oikeassa järjestyksessä ja tulla maaliin klo 16.00 mennessä.

Aikasakkoa voidaan lisäksi jakaa esimerkiksi puuttuvista pakollisista varusteista, sääntörikkeistä tai suorittamattomista tehtävistä. Sakon suuruus määräytyy rikkeen suuruuden mukaan. Aikasakko lisätään joukkueen kokonaisaikaan. Roskaaminen on ehdottomasti kiellettyä.

10 Muu turvallisuus

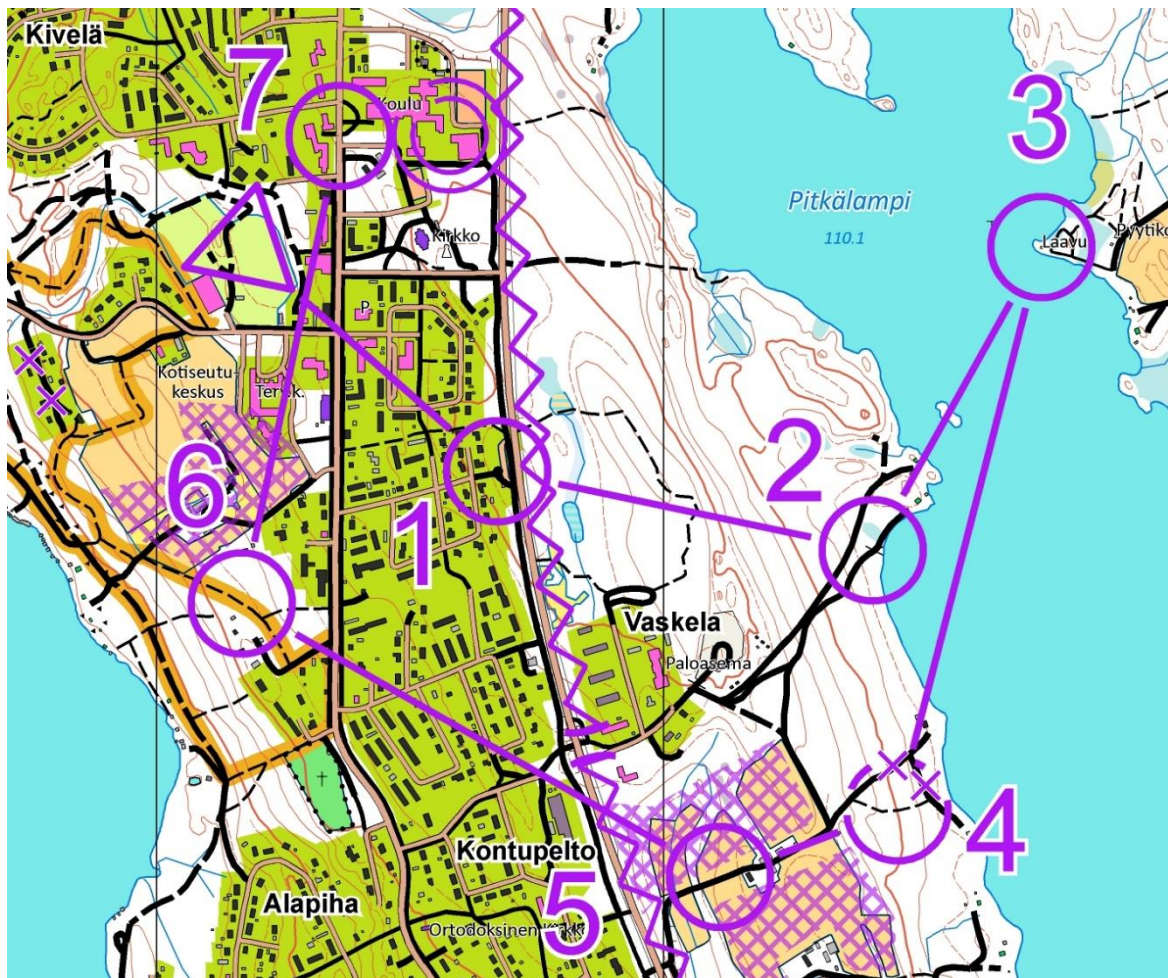
Vedessä liikuttaessa on osallistujalla aina oltava päällään pelastus- tai kelluntaliivit. Kaikki joukkuekohtaiset pakolliset varusteet on oltava mukana koko seikkailun ajan, jollei reittikirjassa ole muuta mainittu.

Tapaturman sattuessa ota yhteyttä järjestäjiin (Matti Ikonen 0400-887965, Lauri Kontkanen 040-7596177). Jos tapaturma on henkeä uhkaava, niin soita suoraan yleiseen hätänumeroon 112. Keskeytyksestä tulee ilmoittaa myös järjestäjälle (mahdollisesta kyydityksen tarpeesta voi olla yhteydessä tapahtumajohtoon). Huom! Jokainen osallistuja vastaa itse omasta vakuutusturvastaan (omaisuus- ja tapaturmavahingot). Järjestäjällä on omaa toimintaansa varten vastuuvakuutus.

11 Kartat ja reittikirjat

Kartat tulostetaan vedenkestävälle paperille kaikissa sarjoissa. Reittikirjat tulostetaan normaalille paperille, ja niiden suojaamiseen annamme materiaalin jaossa yhden A4-karttamuovin, joka kannattaa teipata esimerkiksi pakollisen varusteen teipillä vedenpitäväksi.

12 Mallikartta radasta ja kielletyistä alueista



Yllä näet malliradan ja -kartan tämän vuoden Sisu-Seikkailun lähialueesta. Ratakuvaus on suunnistusnormeihin perustuva. Kielletyt alueet on merkattu kohteesta ja piirtotilasta riippuen kolmella eri tavalla. (1) Sahalaitaisella viivalla, (2) violetilla ruksilla tai (3) violetilla vinoristikolla.

Kartassa oleva Kajaanin tie on merkattu kielletyksi alueeksi yhtenäisellä ”sahalaitaisella viivalla”, minkä ylittäminen on kiellettyä. Tien ylittäminen on sallittua vain ylityspaikan kohdalta, jollainen löytyy ”Kontupellon” ja ”Vaskelan” välistä. Violetilla ruksilla merkattuja teitä on kiellettyä käyttää, mutta ylitys on sallittua, jos ylityspaikka on merkattu karttaan. Vinorasterilla merkataan kielletyksi alueeksi peltoja ja isompia alueita. Peltojen käyttö on tänä vuonna kielletty, mutta pellon läpi voi kulkea karttaan merkattua polkua pitkin, kuten rastin kuusi luoteispuolella Kotiseutukeskuksen vieressä. Luonnollisesti myös piha-alueet ovat kiellettyjä alueita seikkailijoille.

13 Muuta

- Pyrimme Sisu-Seikkailussa välttämään ja minimoimaan virustartuntojen leviämistä
- Lue ”Erytisohteet virustartuntojen ehkäisemiseksi”. Älä tule flunssaoireisena paikalle. Osallistumisen voi siirtää poikkeusolojen takia 15 euron siirtomaksua vastaan ensi vuoden tapahtumaan.
- Hygienia ja etäisyyksien huomioiminen: Jokainen osallistuja huomioi, että pitää etäisyyksiä muihin seikkailijoihin ja toimii vastuullisesti. Käsidesiä on tarjolla tapahtumakeskuksessa, melontapaikalla ja muilla Quest-rasteilla, joissa kosketetaan samoja pintoja.

- Sään huomioiminen: huomioi sään vaikutukset pukeutumisessa ja seikkailun aikaisessa nesteytyksessä ja energian tarpeessa
- Maasto on reitillä vaihtelevaa, mutta pääosin hyväkulkuisia
- Arvontapalkinnot voi noutaa infosta oman suorituksen jälkeen klo 12–16.30. Palkintoja ei postiteta ja seikkailijat ovat vastuussa siitä, ovatko voittaneet jotain palkintoja.
- Liikuntahallin viereisessä Kontiolahden kirkossa vietetään häitä tapahtumapäivänä klo 14–16. Vältämme liikkumista kirkon läheisyydessä tuona aikana.

Nähdään Sisu-Seikkailussa!

Terveisin, Lauri, Matti, Annukka ja Janne sekä muu Sisu-Seikkailun väki