

SM-Hiihdot Imatralla

7.-9.1.2022

Perjantai
Pariviesti (v)

Lauantai
N 10km (p)
M 15km (p)

Sunnuntai
Sprintti (v)



Maastohiihdon
SUOMEN CUP

Joukkueenjohtajien kokous 7.1.2022
N 10 km / M 15 km

SM-Hiihdot Imatralla

7.-9.1.2022

Perjantai
Pariviesti (v)

Lauantai
N 10km (p)
M 15km (p)

Sunnuntai
Sprintti (v)



Maastohiihdon
SUOMEN CUP

ONNITTELUT TÄMÄN PÄIVÄN MITALISTEILLE!

SM-Hiihdot Imatralla

7.-9.1.2022

Perjantai
Pariviesti (v)

Lauantai
N 10km (p)
M 15km (p)

Sunnuntai
Sprintti (v)



Maastohiihdon
SUOMEN CUP

- 1 Kokouksen avaus
- 2 Läsnäolon toteaminen
- 3 Organisaatio
- 4 Tuomarineuvosto
- 5 Sääennuste
- 6 Kilpailujen aikataulu
- 7 Lähtölistan koostaminen
- 8 Hiihtostadionin kuvaus
- 9 Kilpailuratojen kuvaus
- 10 Radan kunnostus
- 11 Harjoitteluajat ja -radat
- 12 TD:n yleisohjeet
- 13 Järjestäjien yleisohjeet
- 14 Terveysturvallisuus – Covid -19

SM-Hiihdot Imatralla

7.-9.1.2022

Perjantai
Pariviesti (v)

Lauantai
N 10km (p)
M 15km (p)

Sunnuntai
Sprintti (v)



Maastohiihdon
SUOMEN CUP

Organisaatio

Kilpailujen johtaja
Kilpailujen apulaisjohtaja
Kilpailusihteeri
Turvallisuuspäällikkö
Ratamestari
Kilpailukanslia
Lääkäri / EA
Paikoitus
Ravintolat

Kari Ahonen
Simo Rasimus
Tiina Sinkkonen
Juha Pasanen
Jukka Rasimus
Satu Rasimus
Antti Jarva
Kari Ojalainen
Anne Varjus

SM-Hiihdot Imatralla

7.-9.1.2022

Perjantai
Pariviesti (v)

Lauantai
N 10km (p)
M 15km (p)

Sunnuntai
Sprintti (v)



Maastohiihdon
SUOMEN CUP

Tuomarineuvosto

Kilpailujen TD
Kilpailujen TDA
Kilpailujen johtaja
Kilpailusihteeri

Kai Samposalo
Niklas Turku
Kari Ahonen
Tiina Sinkkonen

SM-Hiihdot Imatralla

7.-9.1.2022

Perjantai
Pariviesti (v)

Lauantai
N 10km (p)
M 15km (p)

Sunnuntai
Sprintti (v)



Maastohiihdon
SUOMEN CUP

Sääennuste

<https://www.ilmatieteenlaitos.fi/saa/imatra/>

SM-Hiihdot Imatralla

7.-9.1.2022

Perjantai
Pariviesti (v)

Lauantai
N 10km (p)
M 15km (p)

Sunnuntai
Sprintti (v)



Maastohiihdon
SUOMEN CUP

Kilpailujen aikataulu

10:05 N 10km P (3×3,3km)

11:40 M 15km P (4×3,75km)

SM-Hiihdot Imatralla 7.-9.1.2022

Perjantai
Pariviesti (v)

Lauantai
N 10km (p)
M 15km (p)

Sunnuntai
Sprintti (v)



Maastohiihdon
SUOMEN CUP

Lähtölistan koostaminen

- Lähtölista on määritetty FIS-pisteiden alenevan järjestyksen mukaan.
- Ilman FIS-pisteitä olevat urheilijat on arvottu listan alkuun
- Jälki-ilmoittautuneet lähtevät ensimmäisinä

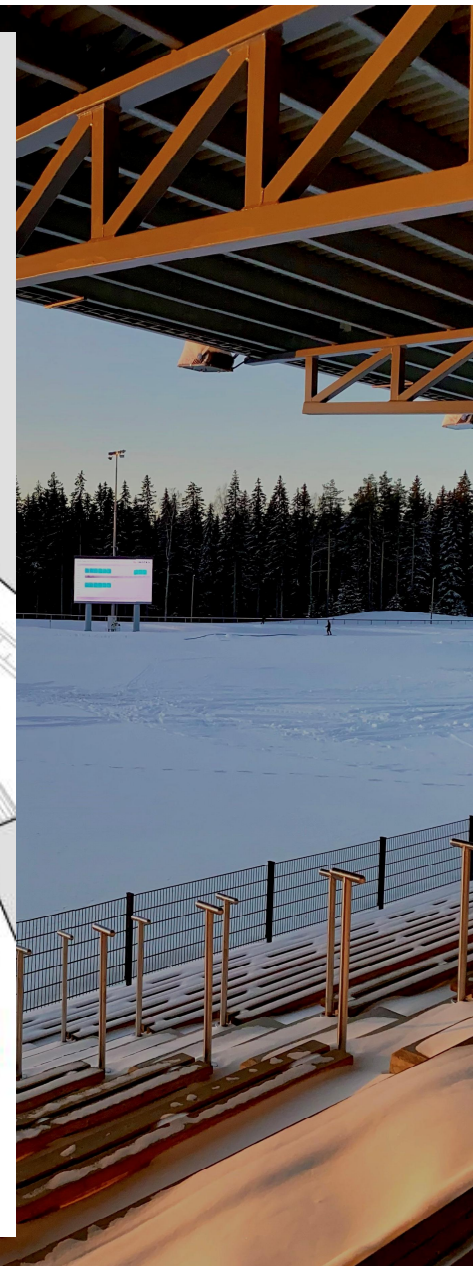
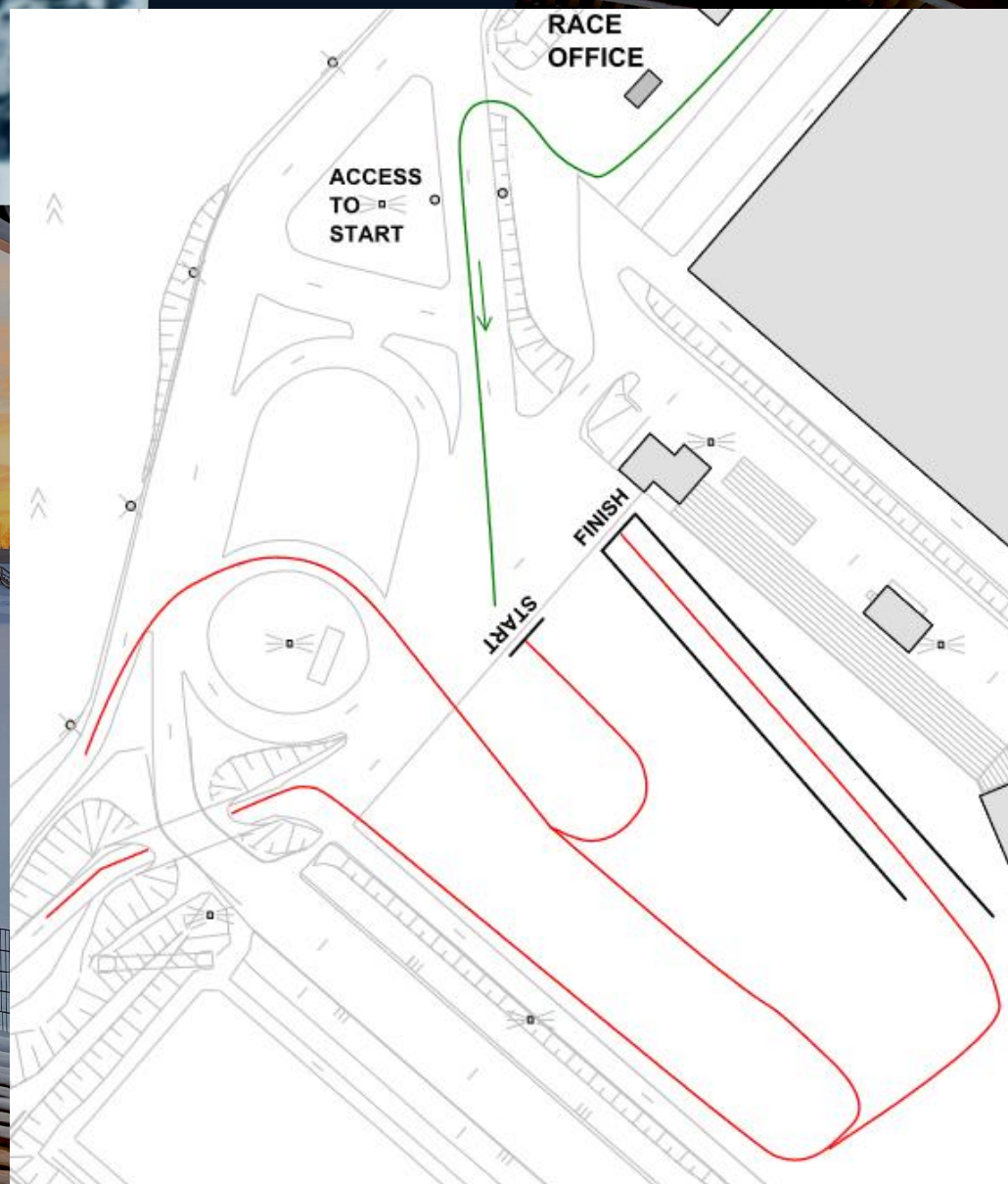
SM-Hiihdot Imatralla 7.-9.1.2022

Perjantai
Pariviesti (v)

Lauantai
N 10km (p)
M 15km (p)

Sunnuntai
Sprintti (v)

Stadion kartta



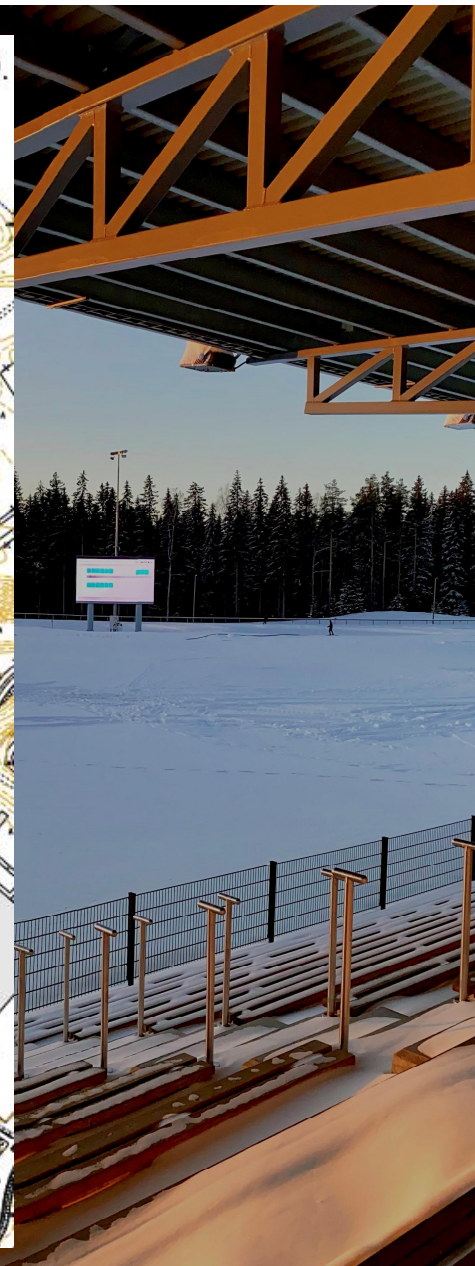
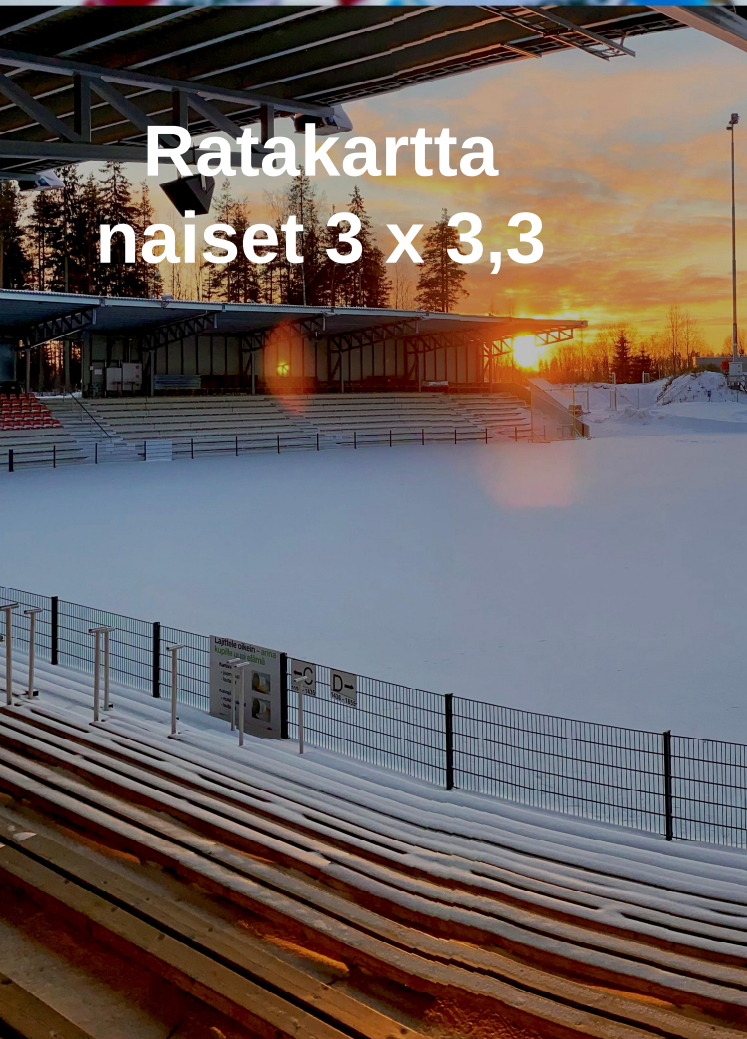
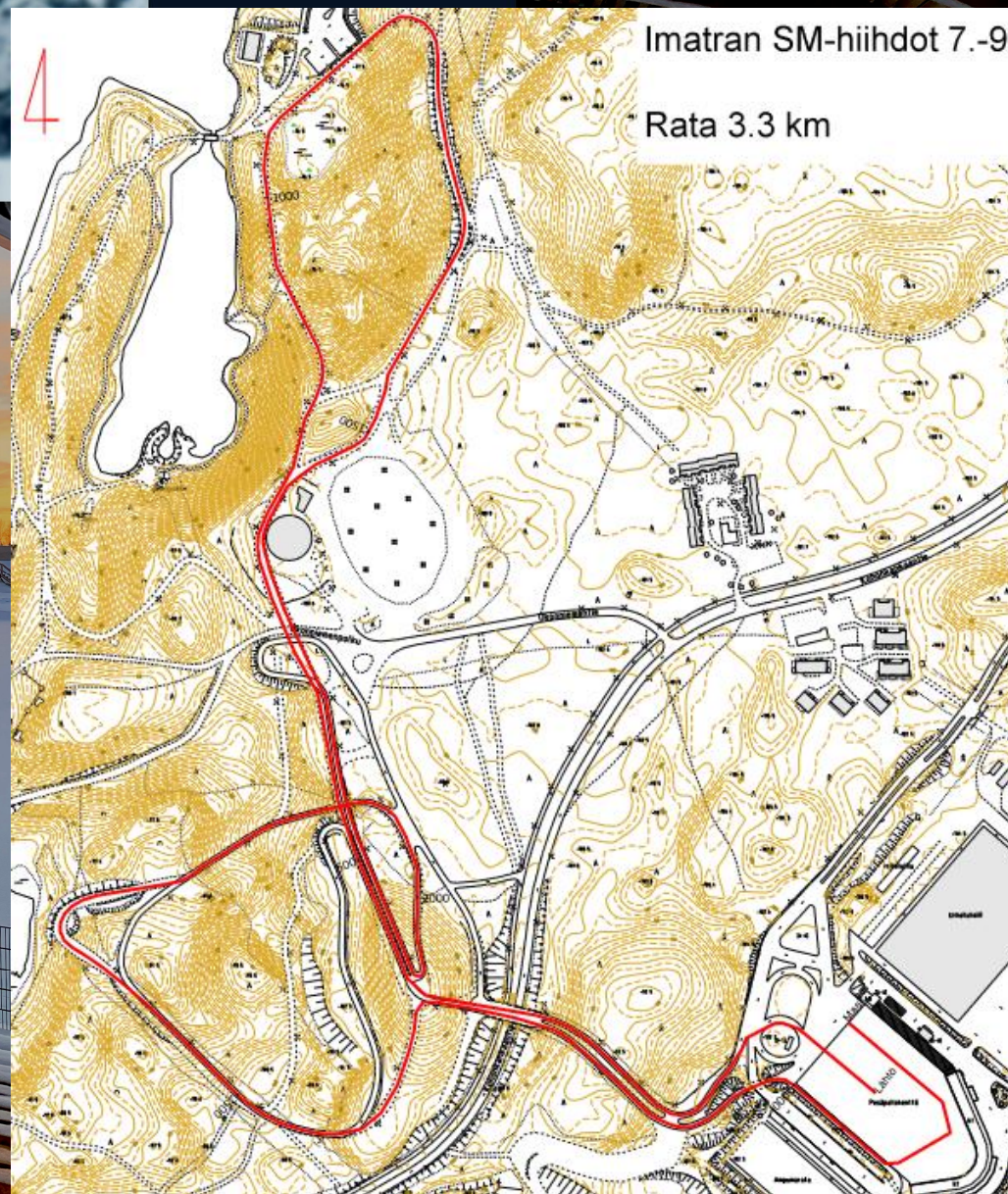
SM-Hiihdot Imatralla 7.-9.1.2022

Perjantai
Pariviesti (v)

Lauantai
N 10km (p)
M 15km (p)

Sunnuntai
Sprintti (v)

Ratakartta
naiset 3 x 3,3



SM-Hiihdot Imatralla

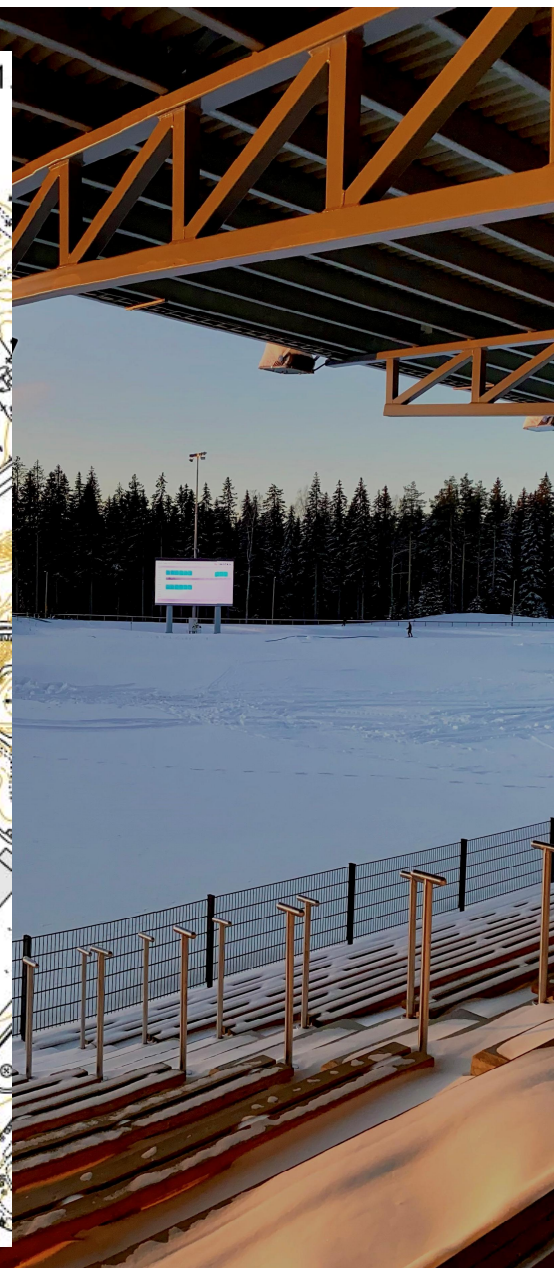
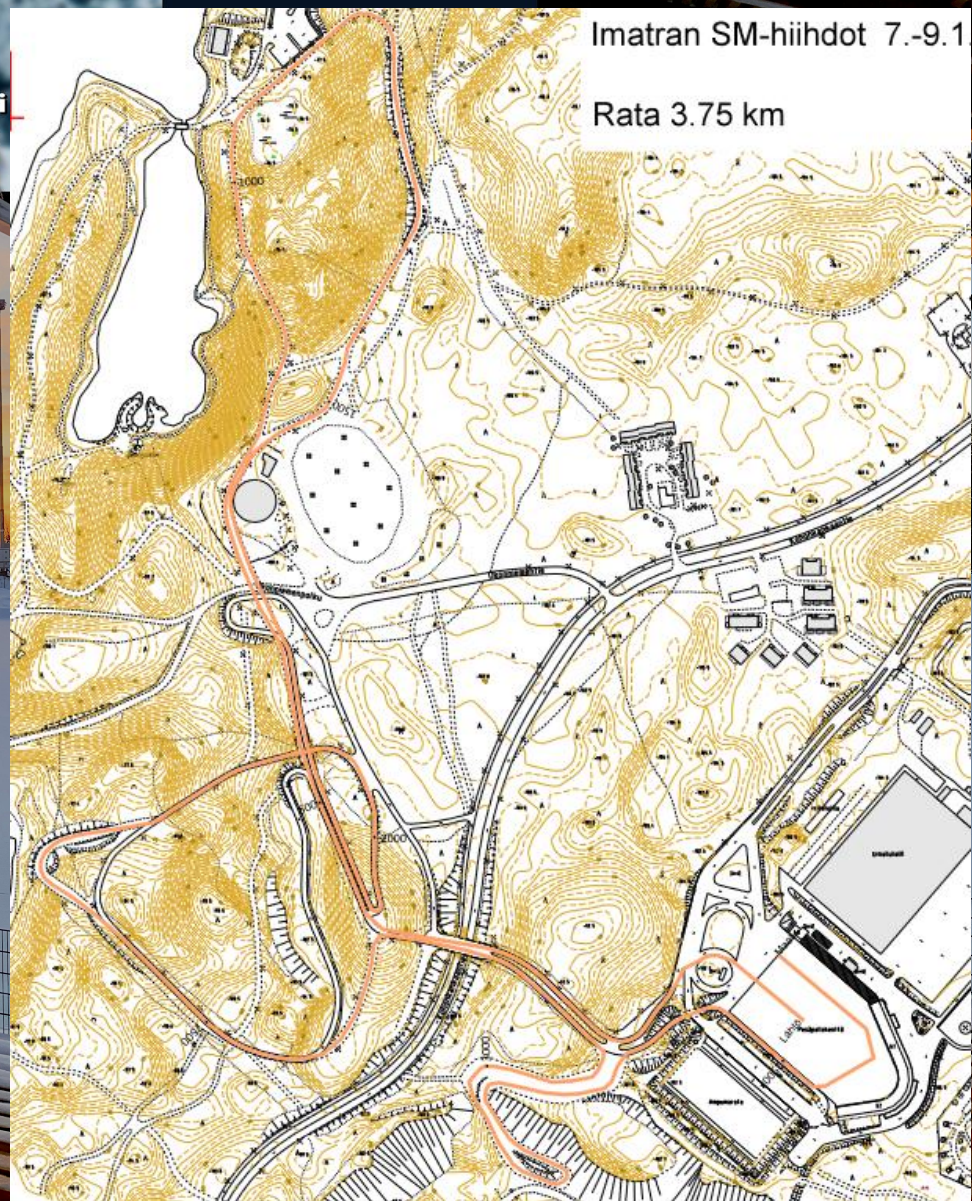
7.-9.1.2022

Perjantai
Pariviesti (v)

Lauantai
N 10km (p)
M 15km (p)

Sunnuntai
Sprintti (v)

Ratakartta
miehet 4 x 3,75



SM-Hiihdot Imatralla

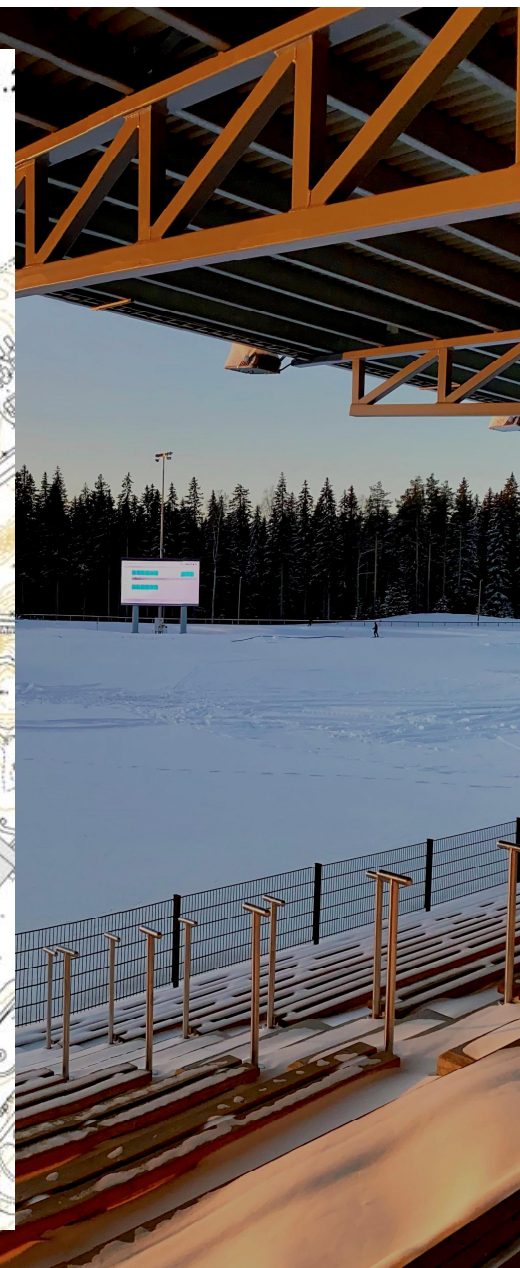
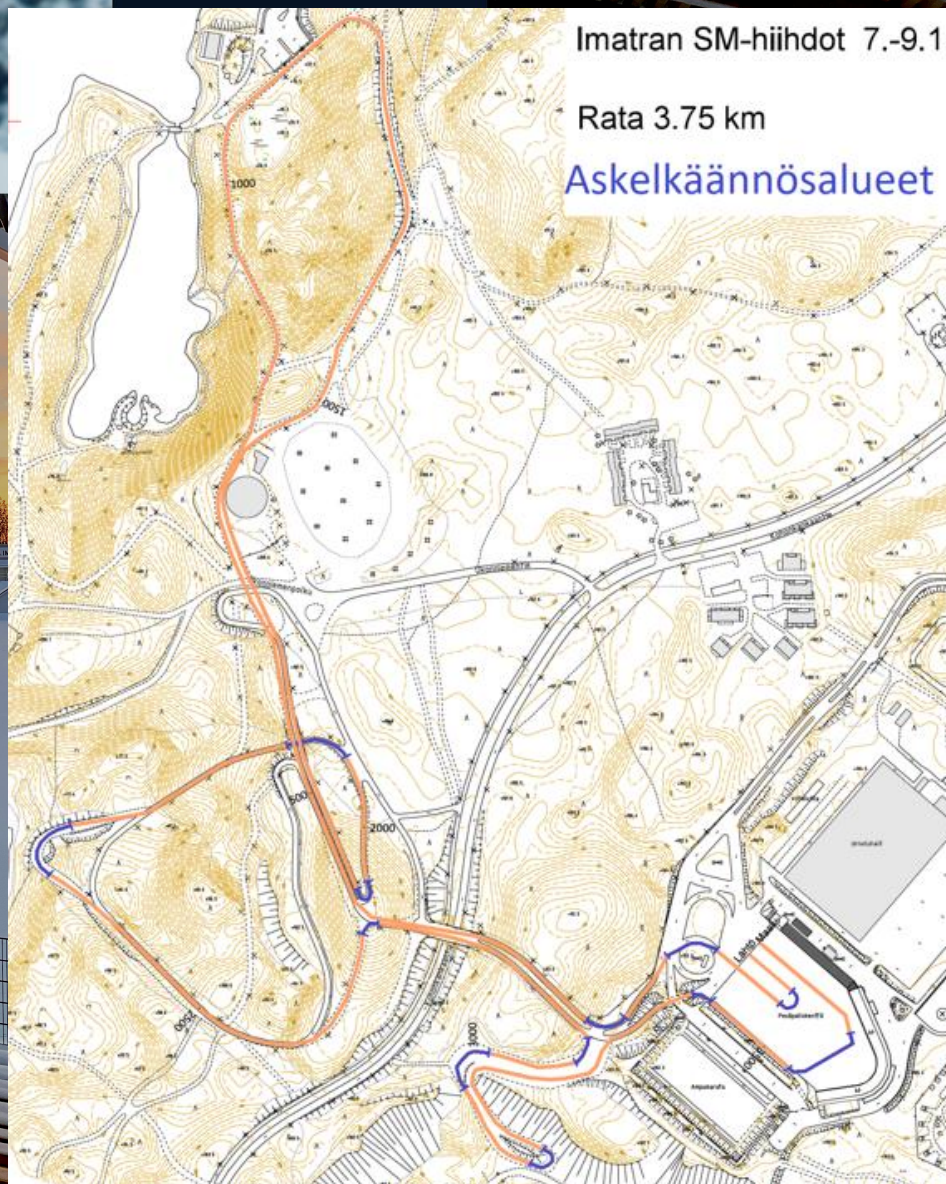
7.-9.1.2022

Perjantai
Pariviesti (v)

Lauantai
N 10km (p)
M 15km (p)

Sunnuntai
Sprintti (v)

Askelkäännösalueet



SM-Hiihdot Imatralla 7.-9.1.2022

Perjantai
Pariviesti (v)

Lauantai
N 10km (p)
M 15km (p)

Sunnuntai
Sprintti (v)



Maastohiihdon
SUOMEN CUP

Radan kunnostus

- Rata kunnostetaan perjantai- iltana klo 22

SM-Hiihdot Imatralla 7.-9.1.2022

Perjantai
Pariviesti (v)

Lauantai
N 10km (p)
M 15km (p)

Sunnuntai
Sprintti (v)



Maastohiihdon
SUOMEN CUP

Harjoitteluajat ja -radat

- Kilpaladut suljetaan 5 min ennen ensimmäistä lähtöä!
- Verryttely- ja testilatu sijaitsee stadionilta itään jäähallin suuntaan.
- Kilpailun aikana kilpaladulla verryttely ja testaaminen on kielletty
- Hiihdetään vain hiihtosuuntaan
- Kilpaladut suljettu kunnostuksen aikana

SM-Hiihdot Imatralla

7.-9.1.2022

Perjantai
Pariviesti (v)

Lauantai
N 10km (p)
M 15km (p)

Sunnuntai
Sprintti (v)



Maastohiihdon
SUOMEN CUP

TD:n yleisohjeet

- Estäminen on kielletty (ICR 343.9)
- Huomioikaa uudet säännöt ohittamiseen (ICR 343.10.1 ja ICR 343.10.2)
 - Väliaikalähtöisissä kilpailuissa ohitettavan kilpailijan on annettava latua ensimmäisestä kehotuksesta. Tätä sääntöä tulee noudattaa myös sellaisissa perinteisen hiihtotavan kilpailuissa, missä radalle on asetettu kaksi tai useampia latuja. Sääntö on voimassa myös vapaan hiihtotavan kilpailuissa, vaikka ohitettava kilpailija joutuisi rajoittamaan omia hiihtoliikkeitään.
- Perinteisen hiihtotavan tekniikkaan liittyvät säännöt (seuraavilla dioilla)
- Sauvan pituuden tarkastus pistokokein
- Protestiaika 15 min, maksu 100 €, kaavakkeita kilpailutoimistossa

SM-Hiihdot Imatralla

7.-9.1.2022

Perjantai
Pariviesti (v)

Lauantai
N 10km (p)
M 15km (p)

Sunnuntai
Sprintti (v)



Maastohiihdon
SUOMEN CUP

Classical Technique

Perinteinen hiihtotapa

Skiing rules



SM-Hiihdot Imatralla

7.-9.1.2022

Perjantai
Pariviesti (v)

Lauantai
N 10km (p)
M 15km (p)

Sunnuntai
Sprintti (v)



Maastohiihdon
SUOMEN CUP

310.2.2.1 Classical technique includes the diagonal techniques, the double poling techniques, herringbone techniques without a gliding phase, downhill techniques and turning techniques.

Perinteinen hiihtotapa käsittää vuorohiihdon, tasatyönnon, haarakäynnin ilman liukuvaihetta ja käännökset

310.2.2.2 Single or double-skating is not allowed.

Yksi- tai kaksipuolinen luistelu on kielletty.

310.2.2.3 Turning techniques comprise steps and pushes in order to change directions. Where there is a set track, turning techniques with pushing are not allowed. This will also apply to competitors skiing outside of the set track. Where there is one or more set tracks, repeatedly changing or stepping in and out of tracks is not allowed.

Käännökset koostuvat askelista ja työnnoista suunnan muuttamiseksi. Radan osalla, missä on latu, käntymistekniikan käyttö työnnoin ei ole sallittua. Tämä koskee myös kilpailijaa, joka hiihtää tehdyn ladun ulkopuolella. Toistuvat vaihdokset ladulta pois ja takaisin eivät ole sallittuja.

SM-Hiihdot Imatralla

7.-9.1.2022

Perjantai
Pariviesti (v)

Lauantai
N 10km (p)
M 15km (p)

Sunnuntai
Sprintti (v)



Maastohiihdon
SUOMEN CUP

Pole length ICR 343.8.1

In classical technique competitions, the maximum pole length must not exceed 83% of the competitor's body height. In free technique competitions, the maximum pole length must not exceed 100% of the competitor's height. The body height is measured with ski boots on from a flat surface, to the top of the uncovered head. The pole length is measured from the bottom of the pole to the highest attachment of the strap. All measurements will be rounded to the nearest centimeter as follows: less than 0.5 cm will be rounded down and 0.5 cm and above will be rounded up.

Perinteisen hiihtotavan kilpailussa saa sauvan pituus olla enintään 83 % hiihtäjän pituudesta. Vapaan hiihtotavan kilpailussa voi sauvan pituus olla enintään sama kuin hiihtäjän oma pituus. Kilpailijan pituus mitataan hänen seistessään hiihtokengät jalassa tasomaisella alustalla, poljaan pään ylimmän kohdan etäisyytenä tasosta. Sauvan pituus mitataan sauvan alapäästä hihnan yläpään kiinnityskohtaan. Kaikki mittaustulokset pyöristetään lähimpään täyteen senttiin siten, että alle 0,5 cm pyöristetään alempaan tasasenttiin ja 0,5 cm tai enemmän vastaavasti ylempään tasasenttiin.

SM-Hiihdot Imatralla

7.-9.1.2022

Perjantai
Pariviesti (v)

Lauantai
N 10km (p)
M 15km (p)

Sunnuntai
Sprintti (v)



Maastohiihdon
SUOMEN CUP

Järjestäjien yleisohjeet

- Nilkkatunnisteet ja numerot kisakansliasta aamulla
- Sauvahuoltoalueet:
 - Kielletty: stadionilla, sillalla, valmentajakukkulan päällä ja ennen väliaikapaikkoja
 - Sallittu mainosaitojen takana ja muissa paikoissa, joita ei mainittu
- Kukitus kolmelle parhaalle
- Haastattelut maalialueella.
- Naisten palkintojenjako noin 11.30 ja miesten noin 14.00
- Palkinnot 10 parhaalle ja voittajan valmentajalle

SM-Hiihdot Imatralla 7.-9.1.2022

Perjantai
Pariviesti (v)

Lauantai
N 10km (p)
M 15km (p)

Sunnuntai
Sprintti (v)



Maastohiihdon
SUOMEN CUP

Terveysturvallisuus – Covid -19

- Kilpailupaikalle saa tulla vain terveenä
- Yskiminen tapahtuu hihaan
- Kontakteja tulee välttää ja pitää turvavälit
- Käsihygieniasta tulee huolehtia käsiä pesten ja käsidesiä käyttäen
- Sisätiloissa käytetään maskeja
- Ruokateltassa on korkeintaan 50 henkilöä kerralla. Tilassa käytetään maskia paitsi syödessä. Pidettävä turvaväli yli 2m. Järjestysmies kontrolloi tilaan kulkua.
- Tapahtumassa noudatetaan muutoinkin viranomaisten (Eksote ja AVI) sen hetkisiä määräyksiä.