

SUOMEN CUP RUKA – KILPAILUOHJE

Perjantai 22.11.2025

Klo 15–17 Vapaat harjoitukset sprintti P

Klo 17.00 Joukkueenjohtajien kokous, sprintti, stadionrakennus 3. kerros/Teams

Lauantai 23.11 2025 Sprintti (P) N ja M

Klo 07.00 Suksien testausalue avoinna

Klo 08.00–09.35 Sprinttirata avoinna

Klo 10.00 Naisten karsinta

Klo 10.30 Miesten karsinta

Klo 10.50–11.40 Sprinttirata / harjoitus (jatkoon selvinneet ja poolit)

Erävaiheen kilpailunumeroiden jako 30 min ennen erävaiheen alkua kilpailutoimiston edestä.

Alkuerät

Naiset	Miehet
N1 11.50	M1 12.20
N2 11.56	M2 12.26
N3 12.02	M3 12.32
N4 12.08	M4 12.38
N5 12.14	M5 12.44

Välierät

Naiset	Miehet
N1 12.52	M1 13.04
N2 12.58	M2 13.10

Finaalit

Naiset	Miehet
N 13.20	M 13.30

Klo 13.35 Kukitukset/Palkintojenjako naiset ja miehet

Klo 14.30–16.30 vapaat harjoitukset 20 km V

Klo 17.00 Joukkueenjohtajien kokous, yhteislähdöt, stadionrakennus 3. kerros/Teams

Sunnuntai 24.11.2025 Yhteislähdöt 20km (V) N ja M

Klo 9.00-10.20 Kilpalatu hiihtäjien käytössä

Klo 10.30 Naiset, 20 km (V)

Klo 11.50 Kukitukset / palkintojenjako, naiset, stadion

Klo 12.00 Miehet, 20 km (V)

Klo 13.10 Kukitukset / palkintojenjako, miehet, stadion

Tiedottaminen

Kilpailun tiedot löydät Hiihtoliiton [sivuilta](#) ja kilpailun Whatsapp-ryhmästä. Liity QR-koodin kautta ryhmään.



Harjoitteluajkojen osalta kilpailuohjelma on alustava. Järjestäjä pidättää oikeuden muutoksiin johtuen sää- ja latuolosuhteista.

Muutokset ja viimeisin tarkka tieto kilpailuista tiedotetaan joukkueenjohtajien kokouksissa perjantaina ja lauantaina klo 17.00 stadionrakennuksen 3. kerroksessa/Teams. Kisojen Whatsapp-ryhmässä tiedotetaan myös jatkuvasti.

Joukkueenjohtajien kokoukset

Perjantaina 22.11 klo 17.00 stadionrakennuksen 3. kerros ja Teams

Lauantaina 23.11 klo 17.00 stadionrakennuksen 3. kerros ja Teams

Teams-linkki on sama molemmissa kokouksissa.

Suomen Cup Ruka joukkueenjohtajien kokous | Kokoukseen liittyminen | Microsoft Teams

Kilpailukanslia

Kilpailukanslia sijaitsee hiihdon huoltoalueella kontissa. Kilpailunumerot, transponderit, huoltajارانnekkeet, huoltokoppien avaimet ja parkkiluvat löydät täältä.

Kilpailukanslia avoinna:

Pe 22.11 klo 15-20

La 23.11 klo 8.30–14.00

Su 24.11 klo 08.30–13.30

Viralliset tulokset stadionin ilmoitustaululla.

Kilpailujen Jury:n toimisto stadionrakennuksen 3. kerroksessa.

Fluoritestaus

Kilpailuissa järjestään fluoritestaus. Kilpailijoiden sukset testataan ns. maalitestauksena sprintin karsinnan ja erien jälkeen sekä yhteislähtökilpailuiden maaliintulon jälkeen. Kilpailija on velvollinen merkitsemään kilpailunumeronsa ja sarjan Suomen Cup -tarraan. Uusia tarroja saa kilpailutoimistosta.

Akkreditointi

Urheilijoiden akkreditointina toimii numeroliivi, joka haetaan kilpailukansliasta la ja su kanslian aukioloaikoina. Huoltajille ja medialle jaetaan akkreditointirannekkeet. Rannekkeen saat kilpailukansliasta sen aukioloaikoina. Pidä ranneketta aina mukana kilpailualueella.

Kilpaladut

Kilpalatuina käytetään stadionin maailmancuplatuja. Ladut sijaitsevat hiihdon huoltoalueen välittömässä läheisyydessä. Lähtö ja maali hiihtostadionilla.

Sprintti P (kartta) (pdf, hiihtoliitto.fi)

Yhteislähtö 20 km V (kartta) (pdf, hiihtoliitto.fi)

Sprinttikaavio

Katso [sprinttikaavio](#).(pdf, hiihtoliitto.fi)

Sprintin kilpailunumerot

Sprintin karsinnan numerot jaetaan lauantaiaamuna kilpailukanslian edessä olevasta naulakosta. Karsinnan jälkeen numerot kerätään pois. Erävaiheen 30 parasta saavat kilpailunumerot kilpailukanslian edestä 30 min ennen erävaiheen alkua.

Yhteislähdön kilpailunumerot

Yhteislähdön kilpailunumerot jaetaan kilpailukanslian edessä olevasta naulakosta. Miesten numerot jaetaan naisten kisan alettua.

Kukitus ja palkintojenjako

Kukitukset / palkintojenjaot ovat stadionilla välittömästi kilpailujen jälkeen.

Pääsyliput

Kilpailualueelle myydään yleisölle pääsylippuja. Lipun hinta 10 € (alle 12-vuotiaat ilmaiseksi). Maksutapoina käteinen ja pankkikortti.

Ravintolapalvelut

Karhunkierros- ravintola palvelee kisavieraita kilpailupäivinä. Lisäksi kisa-alueella on makkaranmyyntipiste. Maksuvälineinä käteinen ja pankkikortti.

WC

Stadionrakennuksen yhteydessä olevat yleiset wc-tilat ovat kisavieraiden käytössä.

Saapuminen kilpailualueelle

Rukan hiihtostadion sijaitsee Rukatunturilla osoite: Hiihtostadionintie 3. Stadionille voi tulla myös kävellen Rukankylältä.

Liikenne ja paikoitus

Liikenne stadionille ja huoltoalueelle on rajoitettu kilpailupäivinä. Parkkiluvan saat kilpailukansliasta sen aukioloaikoina. Paikoitusalueita on ennen hiihtostadionia tien oikealla puolella ja Talvijärven päässä tien oikealla puolella.

Voitelutilat / pooliyritykset

Voit varata voitelukopin hiihdon huoltoalueelta (stadionin vieressä) 500 € hintaan. Varaukset: Jukka Tahkola, tahkola.jukka@gmail.com, puh. 040 841 9915.

Pooliyrityksille on varattu 2 ajolupaa /yritys hiihdon huoltoalueelle. Ajoluvan voit noutaa kilpailukansliasta sen aukioloaikoina. Mikäli tarvitset tilan voiteluautolle tai -teltalle, ole

yhteydessä Jukka Tahkolaan.

Ensiapu

Ensiapuryhmä päivystää kilpailukeskuksessa kilpailupäivinä kilpailuiden aikana la klo 9.45-13.45 ja su klo 11.00-13.15.

Kilpailun yhteyshenkilöt

Kilpailun tuomarineuvosto

Kilpailunjohtaja: Jari Outila puh. 045 111 9774

TD: Akseli Vuorinen, puh. 0400 127 499

TDA: Pinja Ojanen

Juryn jäsen, sprintti: Pirjo Karjalainen

Kilpailuorganisaatio

Race Director / Suomen Hiihtoliitto

Hannu Koivusalo, 050 407 7500, hannu.koivusalo@vuokatti.net

Kilpailusihteeri Heidi Verkama, puh 040 5120 414

Kilpailukanslia Pauli Mäkelä puh. 044 047 3955