AnttU-rastit OHJEET

#### NÄIN TOIMIT ANTTU-RASTEILLA

#### Tutustu tarjolla oleviin ratavaihtoehtoihin ja valitse sinulle sopivin.Maastoon pääsee klo17:00-18:00 välisenä aikana. Ilmoittautua voit klo 16:30 alkaen.

|  |  |
| --- | --- |
| Kilpa | 5 km |
| Vaativa | 4 km |
| Helppo | 2,5 km |
| Suunnistuskoulu | 1−1,5 km |

#### Ilmoittaudu toimitsijalle ja maksa karttamaksu 7€ (vain käteinen €) sekä emit-vuokra 3€, jos sinulla ei ole omaa emit-korttia. Kausikortti käsittää kaikki viisi tapahtumaa ja maksaa 30€.Ilmoita toimitsijalle mikäli juokset firmaliigajoukkueessa ilmoittautumisen yhteydessä.

#### Siirry lähtöpaikalle opasteiden mukaisesti ja noudata lähdön toimitsijan ohjeita. Toimitsija antaa sinulle lähtöajan, ja voit aloittaa suunnistussuorituksen lähtömerkin saatuasi.

#### Kartan saa muovitettuna lähdöstä! Kartan mittakaava on 1:7500 ja käyräväli 5 m!

#### Suoritus päättyy maalileimaukseen, jonka jälkeen Emit-kortin tiedot tallennetaan tietokoneelle. Mikäli keskeytät, ilmoittaudu silti maalissa! Maalissa ilmoittautumatta jättäminen saattaa käynnistää tarpeettoman kadonneen etsinnän.

#### Tulokset päivittyvät tiedonsiirtoyhteyksien salliessa reaaliajassa internettiin.

Osallistut tapahtumaan (ml. ajoneuvon pysäköinti) omalla vastuullasi. **Muista, että liikennesääntöjen ja kiellettyjen alueiden noudattaminen myös suunnistussuorituksen aikana kuuluu lajin**[**sääntöihin**](http://www.suunnistusliitto.fi/kilpailu/saannot-ja-ohjeet/lajisaannot/)**.** Olet myös velvollinen pitämään huolta ympäristön siisteydestä sekä tarvittaessa auttamaan maastossa loukkaantunutta tai eksynyttä henkilöä.

Lue lisää harrastesuunnistajille tarkoitetusta vakuutustuotteesta osoitteesta <http://www.suunnistusliitto.fi/harraste/kuntosuunnistajan-vakuutus/vakuutus>/

Tapahtumapaikalla ja maastossa on valo- ja videokuvausta järjestäjän toimesta. Tapahtumaan osallistumalla annat Anttolan Urheilijoille luvan julkaista tallentamaansa suunnistustoimintaan liittyvää kuvamateriaalia, jossa esiinnyt. Tapahtumiin osallistuneena voit jakaa AnttU:n julkaisemaa materiaalia esim. sosiaalisessa mediassa. AnttU:n twitter on @AnttUsuunnistus ja AnttU-rastien hashtag #antturastit.

* Juoksemalla Vaativa- tai Kilpa-radan osallistut myös AnttU-cuppiin. Kolme parasta miestä ja naista palkitaan kauden viimeisessä tapahtumassa! Pistelasku toimii kuten firmaliigassa.
* Kilpailukeskukset sijaitsevat yleensä maasto-olosuhteissa, joten wc-tiloja ei ole tarjolla järjestäjän puolesta.
* Firmaliigassa vain kolmen ennalta määrätyn juoksijat tulos lasketaan!

Firmaliigajoukkueet vuonna 2018 (tilanne 8.5.2018)

MPoP = Mikkelin perusopetuksen opettajat
Varis = Korjaamo S ja V Varis
ESE = Etelä-Savon Energia
JuvU = Juvan Urheilijat
HTTC = Insinööritoimisto HTTC Oy

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 8.5  | Röhvuori | Opastus: Kokkosenlahdentie 1 |
| 15.5 | Vuortenkangas | Opastus: Kokkosenlahdentie 1 |
| 22.5 | Suurmäki | Opastus: Kokkosenlahdentie 1 |
| 29.5 | Rakokallio | Opastus: Anttolantie 2538 |
| 5.6 | Kihlonkankaanvuori | Opastus: Kokkosenlahdentie 1 (eteenpäin Asilantielle) |