

S-MARKET RELAYS

**PERJANTAINA 16.5. KLO 10.15
KARJAAN KESKUSURHEILUKENTÄLLÄ**

**KOULUJEN VIESTIPÄIVÄ –
TULE MUKAAN KOKEMAAN
URHEILURIEMUA PARHAIMMILLAAN!**



Janne Grönroos

S MARKET



Yrittäjät
RASEBORG



**RASEBORG
RAASEPORI**

Yleistä

Viestitapahtuma on suunnattu kaikille Raaseporin kouluille. Jokaisesta koulusta saa osallistua rajoittamaton määrä joukkueita kaikkiin viestilajeihin. Joukkueiden osallistujat voivat pääsääntöisesti olla miltä luokka-asteelta tahansa, kuitenkin niin, että ala-aste, yläaste ja toinen aste kilpailevat erikseen omissa sarjoissaan (ks. mahdolliset tarkemmat rajoitukset kohdasta Joukkueiden kokoonpano).

Kaikki lajit juostaan suoraan finaaleina. Joukkueet huolehtivat itse saapumisestaan lähtöpaikalle, jossa heidät sijoitetaan oikealle lähtöradalle.

Lajit ja aikataulu

Alustava aikataulu (tarkistetaan tarpeen vaatiessa ilmoittautumisajan umpeuduttua)

10.15	4x100 m P yläaste 4x100 m P toinen aste
10.25	4x100 m T yläaste 4x100 m T toinen aste
10.35	5x80 m P ala-aste
10.50	5x80 m T ala-aste
11.05	5x80 m seka, pienet ala-asteet (alle 50 oppilasta)
11.20	8x50 m seka, ala-aste, luokat 1-4
11.35	18x100 m sukkulaviesti P yläaste
11.50	12x100 m sukkulaviesti, T toinen aste
12.00	12x80 m sukkulaviesti, seka, ala-aste
12.15	18x80 m sukkulaviesti, T yläaste
12.25	Huutosakkikilpailun palkintojenjako
12.30	600 m + 600 m + 400 m P ala-aste 600 m + 600 m + 400 m T ala-aste
12.50	Tupla ruotsalaisviesti seka yläaste Tupla ruotsalaisviesti seka toinen aste

Lähtötelineet

Lähtötelineiden käyttö on vapaaehtoista kaikissa ikäluokissa.

Vilppilähtö

Yksi vilppilähtö/joukkue sallitaan kaikissa lajeissa. Useammista vilppilähdöistä seuraa hylkäys.

Joukkueiden kokoonpano

- a) 5x80 m sekaviesti, pienet alakoulut; kolme poikaa ja kolme tyttöä tai päinvastoin. Tytöt ja pojat juoksevat vuorotellen (joko poika – tyttö – poika jne. tai tyttö – poika – tyttö jne.).
- b) 8x50 m sekaviesti, alakoulujen luokat 1 - 4; neljä poikaa ja neljä tyttöä. Tytöt ja pojat juoksevat vuorotellen (joko poika – tyttö – poika jne. tai tyttö – poika – tyttö jne.). Joukkueen osallistujat voivat olla miltä luokka-asteelta tahansa väliltä 1 - 4.
- c) 12x80 m sukkulaviesti, sekaviesti, alakoulut; kuusi poikaa ja kuusi tyttöä. Tytöt ja pojat juoksevat vuorotellen siten, että pojat juoksevat parittomat osuudet (1,3,...) ja tytöt parilliset osuudet (2,4,...).
- d) yläkoulujen sukkulaviestiin osallistuu kuusi juoksijaa kultakin luokka-asteelta. Joukkuetta saa täydentää alempien luokka-asteiden oppilailla (esim seitsemäsluokkalainen saa korvata yhdeksäsluokkalaisen)
- e) toisen asteen tyttöjen sukkulaviestiin osallistuu neljä juoksijaa jokaiselta vuosikurssilta. Joukkuetta saa täydentää alempien vuosikurssien oppilailla/opiskelijoilla.
- f) tupla ruotsalaisviestissä osuudet jaetaan seuraavasti:

1. 100 m T	2. 100 m P	3. 200 m T	4. 200 m P
5. 300 m T	6. 300 m P	7. 400 m T	8. 400 m P

Ratajako

a) 4x100 m, 5x80 m och 8x50 m juostaan kokonaisuudessaan omalla radalla.

b) sukkulaviestit juostaan nurmikentällä omalla radalla. **Piikkareita ei saa käyttää!**

c) 600 m + 600 m + 400 m viestissä lähtö tapahtuu samalta viivalta ja juoksijat saavat heti lähdön jälkeen siirtyä sisimmälle radalle.

d) tupla ruotsalaisviestissä juostaan ensimmäiset n. 180 m omalla radalla, ja merkin jälkeen juoksijat saavat siirtyä sisimmälle radalle. Tämä koskee toisen osuuden juoksijoita.

Vaihdot ja vaihtoalueet

a) 4x100 m; vaihtoalue on 20m normaalien kilpailusääntöjen mukaisesti

b) 5x80 m och 8x50 m; juoksija seisoo takimmainen jalka viivalla, josta vaihtoalue alkaa. Vaihdon täytyy tapahtua n. 20m sisällä.

c) sukkulaviestissä viestikapula pitää vaihtaa siten, että se kiertää ratamerkinä olevan kepin. Lentävä lähtö on kielletty!

d) 600 m + 600 m + 400 m viestissä kapulan vastaanottaja saa lähteä 10 m ennen lähtöviivaa. Vaihdon pitää tapahtua 20 m sisällä.

e) tupla ruotsalaisviestissä käytetään ensimmäisessä vaihdossa normaalia vaihtoaluetta (vrt 4x100 m) ja sen jälkeen sovelletaan samoja sääntöjä kuin kohdassa d).

Numerolaput ja liivit

Sukkulaviesteissä ankkuriosuuden juoksija käyttää liiviä. Pitkässä viestissä ja tupla ruotsalaisviestissä ankkuriosuuden juoksijat käyttävät numerolappuja. Muilta osin numerolappuja ei käytetä.

Lajit, jotka ovat käynnissä juoksuradan ulkopuolella

Kello 10.00 - 12.45 ovat tauotta käynnissä seuraavat lajit:

a) **tasajalkahyppy** 3 hengen joukkueille hyppypaikalla 100m lähtöpaikan tuntumassa. Jokaisella joukkueen jäsenellä on yksi hyppysuoritus ja joukkueen jäsenten suoritukset lasketaan yhteen.

b) **turbokeihäänheitto** 4 hengen joukkueille keinonurmella. Jokaisella joukkueen jäsenellä on yksi heittosuoritus ja nämä heittosuoritukset lasketaan yhteen.

c) **6x60 m aitaviesti** keinonurmella. Viesti juostaan sukkulaviestinä ajanotolla. **Piikkareita ei saa käyttää.**

Teknistä tietoa:

- aitojen määrä/matka: 7 kpl
- etäisyys lähdöstä ensimmäiselle aidalle: 11 m
- välimatka aitojen välillä: 7 m
- välimatka viimeiseltä aidalta maaliin: 11 m
- aitojen korkeus: alakoulut 60 cm, muut 68 cm

Joukkueissa voi olla vapaavalintainen määrä tyttöjä ja poikia eri vuosiluokilta.

Ilmoittautumiset

Ilmoittautumiset kaikkiin lajeihin (myös tasajalkahyppy, turbokeihäänheitto ja aitaviesti) **viimeistään perjantaihin 9.5.** osoitteeseen kansli@ifraseborg.fi. Ilmoittautumisen yhteydessä annetaan seuraavat tiedot:

- koulun nimi
- kaikki lajit, joihin koulu osallistuu
- joukkueiden jäsenten nimet juoksujärjestyksessä
- koulun yhteyshenkilön nimi yhteystietoineen

Huutosakkikilpailun ilmoittautumiset samoin kuin yllä. Jokaisen koulun huutosakin johtaja saa liivin (löytyy koulun materiaalikassista ks. alla).

Kilpailukanslia

Kilpailukansliana toimii urheilukentän etukaarteessa sijaitseva punainen mökki.

Ilmoitustaulu

Virallinen ilmoitustaulu sijaitsee Sisu-Arenan seinällä hiekkakentän puoleisen päädyn sisäänkäynnin vieressä.

Osallistumisen varmistaminen

Osallistuminen vahvistetaan laittamalla rasti joukkueen kohdalle ilmoitustaululle. Muutokset joukkueiden kokoonpanoissa tai juoksujärjestyksessä ilmoitetaan suoraan kilpailukansliaan.

Varmistukset ja ilmoitukset mahdollisista muutoksista täytyy tehdä **viim. 45 min ennen ko. lajin alkamista.**

Verryttelyalue

Verryttelyalueina toimivat alueet urheilukentän ympärillä. Huomaathan, että keinonurmi on varattu oheislajeille, ja että Eteläkärjen messujen valmistelut ovat käynnissä samanaikaisesti urheilukentän ympäristössä.

Koulujen materiaalit

Koulujen materiaalikassit (kilpailunumerot jne.) jaetaan kilpailukansliasta.

Palkintojenjako

Jokainen koulu saa S-Marketin lahjoittaman tuotelaatikon. Laatikon voi hakea kilpailukansliasta. Muita palkintojenjakoa ei järjestetä.

Huutosakkikilpailu

Kaikki koulut voivat osallistua huutosakkikilpailuun. Kilpailu on käynnissä klo 9.45 - n. 12.20. Voittaja palkitaan S-Marketin palkinnolla klo 12.25.