

Pohjola Seuracup - finaali la 4.9.2021 Alavus

Tervetuloa Vihdin Viestin urheilijat, huoltajat ja kannustusjoukot Pohjola Seuracup finaaliin Alavudelle la 4.9.2021!

Alavuden Urheilijoiden nettisivulta [Pohjola Seuracup 2021 finaali - Alavuden Urheilijat](#) löytyy kattavaa tietoa yleisesti Seuracup-finaalista.

Paikka: Alavuden keskusurheilukenttä, Lakiantie 3, 63300 Alavus

Pohjola Seuracup 2021 finaali



Kesän 2021 Pohjola Seuracupin B-sarjan finaali kilpaillaan Suomen kauneimmalla urheilukentällä, Alavudella lauantaina 4.9.

Finaaliin liittyvät asiat on päivitetty omille sivuille, jotka löytyvät valikosta.

Tervetuloa Alavudelle!



Suomen kaunein urheilukenttä, Alavuden Keskusurheilukenttä

Vihdin Viestin joukkue kokoontuu Alavuden urheilukentällä la 4.9 klo 11.00!!!

ViVin kokoontumispaikka kentällä selviää paikan päällä. Varaamme mukaan Vihdin Viestin teltan (sininen katos). Kokoontumisen yhteydessä jokaiselle jaetaan kilpailunumero.

ViVin kokoontumispaikalla tulee olla viim. klo 11.00. Joukkueet lähtevät kentälle klo 11.20.

Joukkueenjohtajat: Johanna Eurajoki, p. 040-5597935
Merja Kero, p. 050-5685802
Petri Utulahti, p. 040-7090397

Valmentajat: Taija Jussila, p. 044-2980459
Jukka Vihtkari, p. 0400-802369
Markku Rönkkö, p. 050-5440150
Matilda Havukorpi, p. 044-5493002

Korona-ajan ohjeet

Korona-ohjeistuksissa noudatamme viranomaisten kulloinkin olevia suosituksia ja määräyksiä. Seuralla on mukana kisamatkalla käsidesiä. Maskin käyttö perustuu viranomaisten antamiin ohjeistuksiin. Yhteiskuljetukseen osallistuvien on kuitenkin hyvä tiedostaa, että linja-autossa turvavälien pitäminen ei onnistu. Maskien hankinnasta ja käytöstä vastaa jokainen itse.

Matkustaminen Alavudelle / Yöpyminen pe-la välisenä yönä Ikaalisissa

Yöpyvien aikataulu 3.-4.9.2021

Perjantai 3.9

Lähtö klo 17:30 Nummelan urheilukentältä, Kuoppanummen koulun vieren jäähallin parkkipaikalta. Liikennöitsijä Salon Tilausliikenne. **Saapukaa parkkipaikalle viim. klo 17.15!!!**

Ajo Ikaalisten kylpylään (ajoaika noin 2tuntia 40min). Noin puolessa välissä voidaan tarvittaessa pitää tauko. Majoittuminen: Ikaalinen Spa & Resort, loft-huoneet aamiaisella.

Arvioituminen saapuminen Ikaalisiin n. klo 20.00.

Jos haluaa syödä Ikaalisissa, ravintolat on auki Ikaalisissa seuraavasti:

* perjantaina 3.9. ravintola Kyröksessä on tarjolla buffet-illallinen klo 17.00-22.00 – hinta 20 € / aikuinen, 11 € / lapsi 10-14v ja 8 € / lapsi 3-9v, alle 3v veloituksetta

Lauantai 4.9

Lähtö klo 09:00 Ikaalisista kohti Alavutta (ajoaika noin 1 tunti 30min)

Paluumatkalle lähdetään heti palkintojenjaon jälkeen. Ajomatkaa on noin 320 km. Paluumatkalla pidetään noin puolen tunnin mittainen kahvi-/levähdystauko.

Majoitus on omakustanteinen, myös urheilijalle.

Vaatetus ja muut varusteet

Muistilistaa:

- urheiluvaatteet, piikkarit ja lenkkarit
- juomapullo
- vaihtovaatetta, kevyttä ja lämmintä. SÄÄ on viileä!
- sadevarusteet
- pikkuevästä menomatalla sekä paluumatkalla
- maskit

Omien välineiden käyttö sallittu ja näistä löytyy ohjeistus kisajärjestäjän sivuilta.

Linja-autoon voi jättää vaihtovaatteet ym. muut tavarat, joita ei tarvita kentällä. Tarvittaessa varavaatteet voi jättää myös ViVin teltalle. Sovimme myöhemmin erikseen kellonajat, milloin kuljettaja on paikalla avaamassa ovia. **Kännyköitä ei viedä lajisuorituspaikalle!**

Nautitaan yhteisestä hienosta Pohjola Seuracup-matkasta!

Vihdin Viesti, yleisurheilu

OHJEITA POHJOLA SEURACUPIN B-SARJAN FINAALIN 4.9.2021 OSALLISTUJILLE

RUOKAILU

- Ruokailu on urheilukentän läheisyydessä olevalla Alavuden Yläkoululla klo 11.00-16.30 välillä.

HUOM! Alavuden Yläkoulu on **KENGÄTÖN**. Kengät jätetään hyllyille, jotka löytyvät heti ulko-oven lähetyviltä

Ruoka-ajat Lounas klo 11.00-16.30 (lauantaina)

Lounas 9,00 € / hlö

Huoltajat / vanhemmat maksavat lounaat bussissa tai paikanpäällä Ikaalisissa Merjalle (pankkikortilla tai käteiselle tasarahana).

Johanna laskuttaa majoituksen suoraan majoittuvilta matkatoimiston kautta.

- Ruokaliput jaetaan muun kisamateriaalin mukana.

KILPAILUOHJEITA

Numerot ja eräjaot

- Kilpailijat käyttävät rintanumeroa (seiväshyppääjät saavat kiinnittää numeron halutessaan selkään).
- Sukkulaviestissä numerolappu VAIN ankkuriosuuden juoksijalla.
- Kilpailunumerot jaetaan seuroille seuramateriaalin yhteydessä.
- Pikamatkat 200m asti juostaan erissä.
- Eräjaot tehdään tilastoaikojen perusteella.

AVAJAISET

- Avajaiset alkavat klo 11.30.
- Joukkueet kokoontuvat klo 11.20 mennessä takasuoralle mukanaan tuomansa oman nimikyltin tai seuralipun taakse.
- Joukkue numero 1 on 300m lähtöpaikan luona ja muut siitä kuularingin suuntaan numerojärjestyksessä. Järjestäjät auttavat löytämään oikean paikan.
- Sisäänmarssi alkaa klo 11.30, jolloin joukkue kerrallaan siirrytään reippaasti suoraan ruohokentän yli ja jäädään joukkueittain parijonoon odottamaan avajaismuodollisuuksia.
- Avajaisissa saa käyttää mielikuvitusta: maskotit, liput, luova liikunta ym. tuomaan iloista ilmettä kisoille.
- Ensimmäisten lajien suorittajien ei tarvitse osallistua sisäänmarssiin, vaan he saavat rauhassa valmistautua omaan lajiinsa.

Koronaohjeistus

Koronaohjeistus päivittyy Alavuden Urheilijoiden Seuracup kilpailuohjeisiin. Käy katsomassa viimeisimmät tiedot sieltä.

Yleisiä sääntöjä

- Seuraa edustaa yksi urheilija jokaisessa lajissa.
- Kenttälajeissa, paitsi korkeus- ja seiväshypyssä, jokaisella kilpailijalla on neljä suoritusta.
- Urheilija voi osallistua omaan sarjaansa, tai ylempään ikäsarjan kisaan. Kuitenkin vain yhden ikäluokan sarjaan samassa kisassa (koskee myös sukkulaviestiä).
- Pisteet joka lajista lasketaan sijoitusten mukaan. Esim. kun mukana on 16 joukkuetta: 1) 17p – 2) 15p – 3) 14p – 4) 13p ...16) 1p.
- Tasapisteissä sijoitus määräytyy sukkulaviestin sijoituksen mukaan

Lajiohjeet

- Kokoontuminen ennen lajia on calling-teltalla.
- Nimenhuuto ja suoritusjärjestys tapahtuu calling-teltalla. Kokoontuminen juoksut 20 min ennen lajin alkua, heitot ja hyyt (pl. seiväs) 40 min ennen lajin alkua ja seiväs 1 h ennen lajin alkua. Teltalta siirrytään johdetusti suorituspaikalle.
- Kenttälajeissa on urheilijaesittely noin 5 min ennen lajin alkua ja juoksulajeissa juuri ennen lähtöä.
- Pituus sarjoissa N/M17 hypätään suorituspaikalla A (100m maalipää) ja T/P11 suorituspaikalla B (100m lähtöpää).
- Moukari heitetään jäähallin takana.
- Korkeus- ja seiväshypyn rimankorotukset julkaistaan ilmoittautumisajan päätyttyä.

Sukkulaviesti

- Sukkulaviesti juostaan nurmikolla kahdessa erässä.
- Sukkulaviestissä saa juosta piikkareilla.
- Joukkueiden tulee 10 min ennen juoksun alkua ryhmittyä jonoon lähtöpaikoilleen.
- Juoksujärjestys on nuorimmasta vanhimpaan: P11, T11, P11, T11, P13, T13, P13, T13, P15, T15, P15, T15, M17, N17, M17, N17.
- Poikien lähtöpaikka on maaliviivan puoleinen pääty, tyttöjen vastakkainen.
- Vaihtokosketuksen on tapahduttava vaihtokepin takana käteen läpsäyttämällä.
- Sukkulaviestin osallistujat tulee ilmoittaa juoksujärjestyksessä ilmoittautumisen yhteydessä.
- Sukkulaviestissä numerolappu VAIN ankkuriosuuden juoksijalla.

Verryttely ja kilpaileminen

- Verryttely tapahtuu urheilukentän lähellä olevalla hiekkakentällä tai maastoreiteillä.
- Verryttelyalueilla ei ole valvontaa, joten keihään- ja moukarinheitto sekä kuulantyöntö eivät ole sallittuja. Kilpailupaikalla jokaisella urheilijalla on kaksi verryttelyheittoa lajihohtajan johdolla.
- Kenttäalue on tarkoitettu VAIN kilpailijoille ja toimitsijoille. Toivomme, että seuraatte tätä ohjeistusta, jotta saamme vietyä kilpailut sujuvasti läpi.
- Seiväshypyssä yhdellä huoltajalla / seura on mahdollisuus olla suorituspaikalla.

Välineiden tarkistus

- Omien välineiden käyttö on sallittua.
- Omat heittovälineet on tuotava tarkistukseen, joka tapahtuu urheilukentän huoltorakennuksessa klo 10.00-11.30.
- Järjestäjä toimittaa välineet suorituspaikoille ennen lajin alkua.

Pukuhuoneet, suihkut ja WC:t

- Pukuhuoneet, suihkut ja WC:t sijaitsevat jäähallin pukuhuoneissa. Pukuhuoneet on selvästi merkitty.
- Lisäksi WC:t löytyvät ruokailun yhteydestä Alavuden yläkoululta.
- Älä jätä mitään arvoesineitä pukuhuoneisiin. Järjestäjä ei vastaa hävinneistä tavaroista

Ensiapu

- Ensiapuryhmä päivystää koko kilpailujen ajan kilpailupaikalla.

Kioski

- Urheilukentällä on kaksi kioskia. Toinen sijaitsee katsomon takana ja toinen jäähallin urheilukentän puoleisella sivulla. Kioskeissa myydään kahvia, pullaa, juomia, grillimakkaraa ym. Maksun voi suorittaa käteisellä tai maksukortilla.