

PreO-kuntorastit ja aikarastiharjoitus 19.1.2019, Mäntsälä

PreO-kuntorastit

Lähtö: PreO-osuuden parkkipaikka on osoitteessa Nordenskiöldintie 2 (Mäntsälä), linkki:

<https://goo.gl/maps/5gHQRU3mgDP2>

Kartan ja kilpailukortin saa parkkipaikalta. Muista oma karttamuovi! Lähtöön on matkaa parkkipaikalta alle 50m. Lähdöt klo 10.00-10.30

Maastokuvaus: Harjoituksen maasto puistoa ja taajamaa. Maasto tuttu vuosien 2015-2018 Kapina-TempO:sta. Reitin kokonaisnousu alle 5m, mutta maalista lähtöön on noin 15m nousu. Oman avustajan käyttö on sallittu.

Kartta: Tarkkuussuunnistuskartta (ISSOM 2007, mittakaava 1:4000, käyräväli 2m). Viimeisin päivitys 13.1.2019, kartoittaja Lauri Mäkinen. Maastoa on harvennettu tammikuun kahden ensimmäisen viikon aikana ja maastossa on tämän seurauksena useita karttaan merkitsemättömiä monitomikoneen uria. Tammikuussa ilmestyneet harvennukset on merkitty karttaan hakkuina ja paikoin karkeasti yleistäen.

PreO-rata: Radan pituus 1,3km, tehtäviä 22. Kokonaisnousu alle 5m, maksimi suoritus aika 105min. Radalla saa liikkua vain kartalle ruskealla värillä merkityjä teitä ja ulkoilureittiä pitkin. Osa näistäkin reiteistä on kiellettyjä ja ne on merkitty kartalle violetilla poikkiviivalla. Kiellettyjä alueita ei ole autoteillä merkitty maastoon, ainoastaan karttaan. Ratkaisupaaluissa on rastin sarjatunnus ja järjestysnumero, Yhden lipun tehtävissä (rastimääritteessä sarakkeessa B merkintä A) ratkaisupaalua ei ole. Ratkaisupaaluna toimii vaakatasossa oleva lauta, jonka keskiosassa on ratkaisupaalun teoreettinen sijainti. Kilpailijoiden tulee käyttää omaa pihtileimasinta. Kokonaisaikaa ei mitata järjestäjän toimesta, vaan on kilpailijan vastuulla mitata/laskea käyttämänsä aika.

Maali: PreO-osuuden maalista osallistuja siirtyy takaisin lähtöpaikalle jonne matkaa on noin 300m, nousua 15m.

Nollarastin määritelmä: Nollarasteilla lähin rastilippu on yli 5m päässä ratamestarin oikeaksi katsomasta pisteestä.

Aikarastiharjoitus

Kokoontuminen kuten PreO-harjoituksessa Nordenskiöldintie 2 kohdalla olevalla parkkipaikalla klo 13.00 josta ensimmäiset lähdöt välittömästi kun kaikki harjoitukseen osallistuvat ovat paikalle ilmestyneet.

Tarjolla 6-7 kuuden lipun aikarastiasemaa, joilla kullakin 3 tehtävää. Enimmäisaika on 90 sekuntia per asema. Vastaukset tulee antaa selkeällä äänellä lausuen käyttäen aakkosia: Alfa, Bravo, Charlie, Delta, Echo, Foxtrot. Harjoituksessa aloittelijat voivat käyttää myös pelkkiä kirjaimia lippujen nimeämiseen. Rastiliput nimetään vasemmalta oikealle Alfasta Foxtrottiin. Aikarastilla kokonaisaikaan lisätään 60 sekuntia jokaisesta väärästä vastauksesta. Tulos lasketaan summaamalla asemilla käytetyt ajat ja virheistä tulleen sakkosekunnit. Viimeiseltä aikarastiasemalta on noin 300m takaisin lähtöpaikalle.

Maasto ja kartta: Kuten PreO-kuntorasteilla.