



Tarkkuussuunnistuksen Kuntorasti-Cup eli TaSu-Cup 2024 Ohjeita osallistujalle

TaSu-Cup 2024 on matalan kynnyksen tapahtumasarja, johon voivat osallistua niin ensikertalaiset kuin lajin harrastajat. Tietoja tapahtumista löytyy sivulta <https://www.trailo.fi/harjoitukset/tasu-cup-2024/>. Sinun ei tarvitse olla minkään seuran tai yhdistyksen jäsen tai osata edes suunnistaa. Apuja ja neuvoja saa tapahtumapaikoilta ja toki myös kysymällä etukäteen. Ja tuota Cup-sanaa ei kannata pelästyä. Sillä houkutellessaan mukaan lajin aktiivisempia harrastajia, joita kiinnostaa myös kisaaminen.

Tapahtumat:

- Tuosta edellä mainitusta nettiosoitteesta löytyy tapahtumakalenteri, jossa on päivämäärät ja paikkakunnat sekä linkki kunkin tapahtuman omalle sivulle. Sinne ilmestyy tarkempaa tietoa noin viikko ennen tapahtumaa, siis tarkempi paikka, kellonajat ja tapahtumakohtaista infoa kuten radan pituus, osanottomaksu jne.
- Mitä siellä sitten voi odottaa:
 - Kuljettava reitti on pituudeltaan normaalisti muutamasta sadasta metristä runsaaseen kilometriin. Paikasta riippuen pysäköinnistä voi olla myös jonkin verran matkaa lähtöpaikalle. Kuljettava tie, metsätie, polku tai jalkakäytävä on kuitenkin aina kuljettavissa pyörätuolilla. Siis vähintäänkin kohtuullinen pinta eikä jyrkkiä mäkiä.
 - Rata sisältää suunnistustehtäviä, jotka ratkotaan kartan avulla. Lajista riippuen joko hyvän ajan kanssa tai sitten kellon käydessä. Palataan tarkkuussuunnistuksen lajeihin hetken kuluttua.
 - Sään mukaiset varusteet ylle. Siellä voi sataa tai paistaa ja on joskus tullut vaakasuojaan räntääkin. Hyttysmyrky tai aurinkorasva voi joskus olla tarpeen, jotta voi rauhassa keskittyä suoritukseen.
 - Tapahtumapaikalla on kisatoimisto/info, joka todennäköisesti tarkoittaa pöytää ja yhtä kahta henkilöä myymässä kartoja ja opastamassa reitille. Maksu ja -tavat ilmenevät tapahtuman infosta.
 - Sitten suorittamaan suunnistustehtävää ja reitiltä palattuasi kisatoimiston kautta kiittämään järjestelyistä ja saamaan oikeat ratkaisut juuri suorittamiisi suunnistustehtäviin. Tässä vaiheessa saat varmasti muutaman hyvän vinkin, ainakin jos kysyt, ja voit halutessasi vaikka palata uudestaan katsomaan missä ja miksi johonkin tehtävään vastasit väärin.

Mikä tarkkuussuunnistuksessa on ideana:

- Ensinnäkin ei mennä metsään, vaan liikutaan reitillä, jota myös pyörätuolilla voi kulkea. Karttaan kyseiset reitit on merkitty vaalean ruskealla värillä.
- Rastit ovat kuitenkin muualla kuin reitillä. Niitä katsellaan tuolta kulku-uralta, eikä siis käydä rastilla.
- Ideana on karttaa tutkien (lukemalla) päätellä, onko maastossa näkyvä rastilippu kartan osoittamassa paikassa. Kartalle rastit on merkitty violetilla ympyrällä, jonka keskipisteessä rastilipun pitäisi sijaita. Ihan niin yksinkertaista homma ei kuitenkaan ole. Sillä maastossa voi olla myös useampia rastilippuja.
 - Jos on vain 1 rastilippu, niin silloin kysymys on: onko lippu oikeassa paikassa vai ei. Jos on, vastataan A ja jos ei, niin vastataan Z (zero eli nolla). Palataan tuolla lajien esittelyssä siihen miten vastaus annetaan.
 - Jos on useampia rastilippuja, niin kysymys kuuluu: mikä lipuista on oikeassa paikassa vai onko mikään. Liput nimetään vasemmalta oikealle Alfa (A), Bravo (B), Charlie (C), Delta (D), Echo (E), Foxtrot (F). Vastaus on siis joku edellisistä tai jos mikään ei ole oikeassa paikassa niin Z.
 - Oikea paikka on kartalle piirretyn ympyrän keskipiste. Sitä tarkennetaan rastinmäärillä, mikä kertoo tarkemmin sen mitä kohdetta kysytään. Nyt ei puhuta milleistä eikä edes senteistä, vaan metrien tarkkuudesta. Toki, jos kysytään kiveä tai talon kulmaa, niin ei se lippu siitä saa olla metrien päässä. Mutta, jos vaikkapa kysytään suon reunaa, niin sehän ei ole täysin tarkka paikka vaan usein aavistuksen epämääräinen. Siksi on keksitty nollatoleranssi tarkoittaa sitä, ettei sitä lähempänä saa olla rastilippua, jos vastaus on Z. Nollatoleranssiksi on määriteltä 4 metriä.



Tarkkuussuunnistuksen lajit:

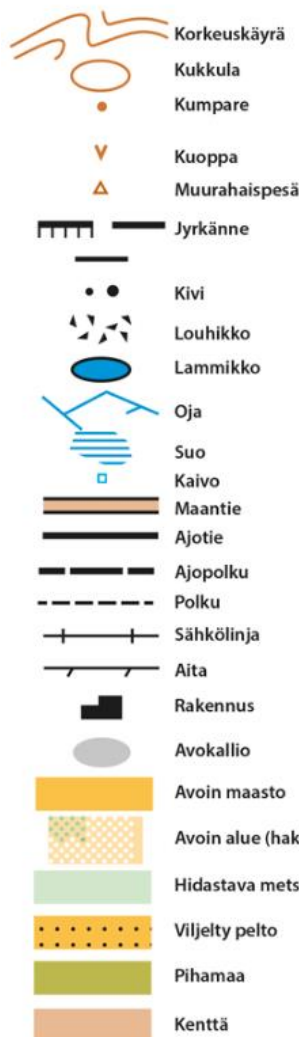
- PreO eli normaalikilpailu:
 - Kartalle rata on piirretty violetilla. Lähtöpaikka kolmiolla, rastit ympyröillä ja maali tuplaympyrällä. Rastit on numeroitu ympyröiden viereen ykkösestä alkaen.
 - Kartalla on myös rastinmääritteet, jotka kertovat lisää rastilipun sijainnista. Aloittelijalle ehkä tärkein informaatio löytyy heti rastinumeron jälkeen. Siellä voi olla vaikkapa merkintä A-C, joka kertoo rastilla olevan liput A, B ja C eli kolme lippua pitäisi maastossa näkyä. Reitin varrelta löytyy merkki, jossa on kyseisen rastin numero. Tuolta merkiltä (ratkaisupaalu) kaikki kolme rastilippua näkyy ja mikä tärkeintä, vielä oikeassa järjestyksessä. Jostain muualta katsottuna lippujen järjestys saattaa olla eri, jolloin "nimet" muuttuvat. Jos rastinmääritteissä on merkintä A, ei kyseistä ratkaisupaalua yleensä ole ja kysymys on vain siitä onko oikeassa paikassa lippua.
 - Radan kiertämiseen eli lähdöstä maaliin kulkemiseen ja rastien ratkaisemiseen on aikaa suhteellisen hyvin eli 3 minuuttia per rasti ja kolme minuuttia per kuljettava 100 metriä. 20 rastin ja 500 m pituisella radalla aikaa on siis 75 minuuttia. Kyseinen maksimiaika on yleensä merkitty karttaan.
 - Vastaukset rasteilta merkitään (leimataan) kilpailukorttiin, jonka saa samalla kuin kartankin. Siihen merkitään oikea vastaus rei'ittämällä oikeaa vastausta vastaava ruutu. Kortti on yksinkertaisuudessaan paperi, jossa numeroidut ruudut vastaamista varten. Kuntorasteilla voi vastauksen merkitä myös kynällä, mutta kisoissa käytetään reijitystä, koska sääntöjen mukaan vastausta, kun sen on annettu, ei saa muuttaa.
 - Jossain kuntorasteilla tai ainakin kilpailujen kuntoradalla voi olla käytössä myös elektroninen leimaus. Siihen järjestäjä antaa ohjeet tapahtumapaikalla. Käyttö ei vaadi IT-alan korkeakoulututkintoa.
 - Jokaisesta oikeasta vastauksesta kilpailija (tai kuntoilija) saa pisteen. Tasapisteisiin päätyneiden kilpailijoiden keskinäinen järjestys ratkotaan aikarastilla, johon voi perehtyä lukemalla tuosta alta lajista nimeltä Tempo
- PreO-Sprint:
 - Tarkkuussuunnistuksen uusi laji, jossa normaalimatkan eli PreO:n suoritusaikaa on lyhennetty maksimissaan puoleen tuntiin.
 - Muuten mennään normaalimatkan säännöllä ja ohjeella, mutta rastia kohti on käytettävissä vain 1 minuutti. Tasapisteissä sijoitukset ratkaisee radalla käytetty kokonaisaika eli aikarastia ei ole.
- Tempo:
 - Nyt ei suorituksen aikana tarvitse liikkua ollenkaan. Kilpailuissa istutaan tuolilla ja niin tehdään varmaan useilla kuntorasteillakin. Ellei tuolia ole, niin sitten seistään tai istutaan omassa pyörätuolissa tms.
 - Toimitsija kutsuu istumaan tuolille.
 - Saat nipun kartoja käteesi. Kansilehti ja normaalisti 5 karttaa. Kokoa A5.
 - Toimitsija esittelee sinulle kuusi rastilippua, jotka näkyvät tuolille. Ne on nimetty tässäkin A:sta F:ään. Sen jälkeen toimitsija kertoo, että aika alkaa NYT, jolloin saat kääntää ensimmäisen kartan näkyviin.
 - A5-arkin keskellä on pieni pala karttaa ja sen keskelle on piirretty rastiympyrä. Sinun tehtävänäsi on kertoa, mikä näkemistäsi kuudesta rastilipusta on kyseissä paikassa vai onko mikään. Jos esimerkiksi lipuista kolmas vasemmalta tuntuu oikealta, niin vastaat ääneen Charlie. Toimitsija ymmärtänee myös pelkän C:n, ei siis tarvitse jättää kuntorasteja väliin vaikket kaikkia nato-aakkosia osaisikaan.
 - Vastauksen jälkeen uusi kartta esiin ja sama homma. Jatketaan kunnes kartat loppuvat. Tempossa on normaalisti siis 5 karttaa, mutta PreO:n aikarastilla yleensä vain 2-3 karttaa. Toinenkin ero löytyy: PreO:n aikarastilla ei voi olla nollaa (Z) eli aina joku lipuista on kysytyssä paikassa.
 - Kartoissa on myös rastinmäärite kartan lisäksi ja vieläpä pohjoisnuolet osoittamassa ko. ilmansuuntaan. Kartat on myös suunnattu "oikein" eli kartta kädessäsi on niin, että kohteet maastossa ja kartalla ovat tuoilta katsottuna samassa suunnassa.
 - Tempoasemia eli noita tuoleja, joilla tehtäviä ratkotaan, on yleensä 5-6 kpl. Kokonaistulos lasketaan summaamalla suorituksissa käytetty aika (siis se, mikä kuuluu NYT-sanan ja viimeisen vastauksesi välillä) ja virheistä tuleva sakko. Tempossa sakko on 30 sekuntia per virhe ja PreO:n aikarastilla 60 sekuntia.
- Kuntorastitapahtuma voi olla myös edellisten yhdistelmä. Järjestäjä kertoo ohjeistuksessaan tarkemmin minkälainen yhdistelmä.



Kartta:

- Mittakaava on normaalisti 1:3000 tai 1:4000. Se tarkoittaa, että senti kartalla on 30 tai 40 metriä.
- Käyräväli voi olla 2, 2.5 tai 5 metriä. Käyrävälillä tarkoitetaan kartan korkeuskäyrien (ruskeat viivat) pystysuuntaista etäisyyttä. Katkonaista ruskeaa viivaa eli apukäyrää käytetään kuvaamaan maaston muotoja varsinaisten korkeuskäyrien väliin jäävillä korkeustasoilla.
- Yleisimmät karttamerkit löytyvät oheisesta kuvasta.

Yleisimmät karttamerkit



Sprinttikartan erikoismerkkejä



Ratamerkinnot



Kartan värit



Kielletyt alueet





Välineet jotka tarvitset tai joista voisi olla hyötyä:

- Suunnistamaan kun lähdetään, niin ensimmäisenä tulee mieleen kompassi. Tässä lajissa et tarvitse sitä. Ei sillä kulku-uralla nimittäin pääse pahasti eksymään. Toki siitä on apua kokeneemmille kilpailijoille, mutta aloittelija ei siitä juurikaan hyödy.
- Kompassista löytyvät suurennuslasi ja mitta ovat jo huomattavasti hyödyllisemmät varusteet, mutta eivät nekään välttämättömiä. Suurennuslasi ikänäöstä kärsiville on mukava apu. Mitalla saat mitattua etäisyyksiä kartalta. Esimerkiksi, jos rastin on kartalla 4 mm etäisyydellä tiestä (kartan mittakaava on 1:4000) niin maastossa se on 16 metrin päässä. Sen pystyy vielä riittäväällä tarkkuudella silmällä arvioimaan ja hylkäämään 12 ja 20 metrin etäisyydellä olevat ja valitsemaan sen kolmannen joka on edellisten välissä.
- PreO:ssa hakaneula tai vastaava reiäntekoväline on hyvä olla mukana. Kuntorasteilla toki kynälläkin voi vastaukset (leimat) merkitä ylös.
- Yleisimmät karttamerkit kannattaa tulostaa mukaan, jos on pienikin epäily siitä etteivät kaikki karttamerkit olekaan tuttuja.
- Rastinmääritteisiin voi tutustua Suomen Suunnistusliiton sivuilla: [Rastinmaaritteet-2018.pdf](#) ([suunnistusliitto.fi](#)). Liikaa niihin ei kannata alkuun panostaa, menee vaan sekaisin kaikista merkinnöistä.
- Säänmukainen varustus ja iloista mieltä (ja ehkä pienet eväät reppuun)