



## **OHJEITA ja NEUVOJA**

**Jukolaan osallistumista suunnitteleville ja ensikertalaisille**

## Lukijalle

Jukolan viesti on tapahtuma, johon osallistuu joka vuosi satoja ensikertalaisia. Useissa ensikertalaisten joukkueissa on ainakin yksi ennen käynyt konkari, joka voi valistaa uusia tulijoita. Tämä opas on tehty auttamaan häntä ja erityisesti niitä uusia joukkueita, joilla ei ole tällaista konkaria tukenaan sekä avuksi seurojen Jukola-kouluihin. Näkemyksiä siitä, mistä Jukolassa on kyse, saavat toivottavasti myös ne, jotka vasta suunnittelevat osallistumista.

Ohjeissa on pyritty käsittelemään yksityiskohtaisesti kaikkia huomioon otettavia asioita poikkeustilanteineen suunnitteluvaiheesta jälkipeliin. Niinpä sivuja on paljon. Sitä ei pidä pelästyä. Ei Jukolaan osallistuminen ole niin vaikeata, mutta asiaan liittyy monenlaista, mitä helpottamaan nämä ohjeet on useista pyynnöistä johtuen tehty.

Ohje on julkaistu ensimmäisen kerran Reimo Uljaksen laatimana vuonna 2010. Keväällä 2018 on ohjeeseen tehty muutoksia lajisääntöihin tulleiden uudistusten myötä mm. vaatetukseen ja kilpailutoimintoihin liittyen sekä ilmoittautumisen sähköisten järjestelmien laajentuessa koskemaan myös majoitusvarauksia.

On kuitenkin muistettava, että tämä ohje on yleisluontoinen Jukolaa koskeva opas ensikertalaiselle. Kunkin vuoden järjestäjä julkaisee vuosittain kilpailuun liittyvät erityisohjeet: kilpailukutsun ja -ohjeiden sekä "Näin toimitaan XX-Jukolassa-ohjeen" muodossa, jotka ovat lajisääntöihin perustuvia "käskeviä" määräyksiä. Niissä kerrotaan tarkasti ko. Kilpailun ja tapahtuman erityispiirteet.

Ohjeen teksti on vapaasti kopioitavissa ja käytettävissä ei-kaupallisiin tarkoituksiin lähdeviitteet säilyttäen.

Ehdotuksia täydennyksiksi/poistoiksi, ilmoituksia virheistä yms. otetaan mielihyvin vastaan.

### ***Tapaamisiin Jukolassa!***

KAUKAMETSÄLÄISET RY  
Juhani Sihvonen  
Puheenjohtaja  
etunimi.sukunimi@jukola.com

## **Jukola - mikä, mitä?**

Jukola (n viesti) on yhteisnimitys suunnistustapahtumalle, joka käsittää kaksi suunnistusviestiä; 4-osuuksinen naisten Venlojen viesti ja 7-osuuksinen Jukolan viesti.

- Jukolan viestin perustaja ja oikeuksien omistaja on Kaukametsäläiset ry, joka on kokeneiden Jukola-suunnistajien yhdistys. Kaukametsäläisten puheenjohtaja toimii Jukolan viestin johtoryhmän puheenjohtajana. Muina jäseninä on edustaja Suunnistusliitosta ja päätukijalta Puolustusvoimista.

Ensimmäinen Jukolan viesti suunnistettiin pääkaupunkiseudulla vuonna 1949 ja kisa on käyty siitä lähtien joka vuosi ympäri maata, Hankoniemeltä Luostotunturille ja Laitilasta Liperiin. Naisilla oli 1951 - 1977 henkilökohtainen kilpailu, Venlojen juoksu. Kun suunnistavien naisten määrä kasvoi, hekin saivat viestin 1978, Venlojen viestin.

Jukolaa ei juurikaan kutsuta vain kilpailuksi, vaan se on tapahtuma, jopa Tapahtumaisolla T-kirjaimella, suunnistusväen Joulun ja Juhannuksen samalla kertaa. Se on myös tunnetuin suunnistustapahtuma maassamme. Se järjestetään yleensä Juhannusta edeltävänä viikonvaihteena. Tapahtuma kiertää ympäri maata sen mukaan kuin halukkaita järjestäjiä on. Tapahtuman teknisenä järjestäjänä toimii yleensä paikkakunnan suunnistusseura tai niiden liittymä yhteistyökumppaneineen.

Jukolan järjestäminen on melkoinen 4 - 5 vuoden projekti. Talkoolaisia on yli 1500 henkeä, palkattuja henkilöitä ja alihankintoja vain muutaman henkilötyövuoden verran. Yhteensä järjestelyt ovat reilusti yli 100.000 henkilötyötunnin urakka.

Jukola on maailman suurin viestisuunnistustapahtuma, johon osallistuu 15.000 kilpailijaa (kilpailuna Ruotsin rastiviikko on suurempi). Se kerää lähes kaikki maamme lajin aktiiviharrastajat. Ulkomailta on 20 - 25 % osanottajista ja joukkueita yli 20 eri maasta. Maailman kaikki huiput ovat mukana. Se on selvästi suurin aikuisliikunnan kilpailutapahtuma maassamme. Kilpailijoita, huoltajia ja yleisöä on paikalla jopa 40- 50.000.

Jukola on myös tunnettu huippuluokan järjestelyistään.

Lähtökohtana on, että Venlojen viesti kestää voittajalta noin 3 tuntia ja Jukolan viesti 7 - 8 tuntia, harrastelijoilla jopa 2 - 3 kertaa niiden verran. Pisimpään on Venlojen joukkue käyttänyt aikaa yli 11 ja Jukolan joukkue noin 28 tuntia. Kummankin em. joukkueen aika on parantunut seuraavina vuosina paljon. Matkat vaihtelevat maaston vaativuuden mukaan. Venlojen osuudet ovat noin 5 - 8 km ja veljesten noin 7 - 15 km, yhteismatkat vastaavasti 24 - 30 ja 70 - 85 km.

## **Mistä tietoa Jukolasta?**

Helpoiten Jukolan viesteistä löytää tietoa netistä [www.jukola.com](http://www.jukola.com), mikä vie suoraan tulevan vuoden järjestäjän sivulle. Siellä kohdassa "Tietoa Jukolasta" on monenlaista yleistietoa, tarinoita joille tapahtumista, tuloksia, karttoja, tilastoja jne. Myös tulevien vuosien järjestäjien sivuille löytyy linkit.

## Kenelle?

Alun perin Jukola oli vain seurajoukkueille (ns. suunnistusseura, on seura joka kuuluu Suomen Suunnistusliittoon) tarkoitettu kilpailu. Esitettyjen toiveitten mukaisesti v. 1995 sallittiin myös muitten (ei-seura-) joukkueiden osallistuminen. Näitä joukkueita kutsutaan harrastajajoukkueiksi. Ne ovat työpaikka-, muun lajin kuin suunnistuksen seura-, suku-, harrastuspiiri-, kaveri- tms. joukkueita. Ilmoitettaessa joukkue, valitaan se ryhmä, mihin kuulutaan . Viime vuosina harrastejoukkueitten määrä on kuitenkin moninkertaistunut ja nousu jatkuu edelleen vuosittain samansuuntaisena.

Jukolaan voi siis osallistua kuka tahansa. Ellei ole ennakkoon omaa joukkuetta, yksittäiset henkilöt voivat ilmoittautua Suunnistajapankkiin (ks. Ilmoittautuminen).

- aktiivikilpailijain lisenssiä ei vaadita
- oma vakuutus on sen sijaan syytä olla, sillä suunnistuksessa jokainen kilpailee omalla vastuullaan.

Nykyään myös naiset voivat osallistua kumpaankin viestiin, halutessaan myös molempiin viestiin samana vuonna. Näitäkin itsensä haastajia on viime vuosina ollut kasvava määrä. Miehet eivät kuitenkaan saa osallistua Venlojen viestiin. Nuorimpien osallistujien tulee kisavuonna täyttää 15 vuotta.

Ratasuunnittelun perustana on, että Venlojen viestissä 15 -16-vuotiaat voivat hyvin suoriutua ainakin kahdesta osuudesta, vaikka varsinaisi ikärajoituksia ei nykyisellään eri osuuksille ole. Viittätoista vuotta nuoremmille on erillinen Nuorten Jukolan viesti elokuussa (ks. [www.jukola.com](http://www.jukola.com) ? Nuorten Jukola). Nuorten Jukolan on maailman suurin nuorten viestikilpailu.

## Joukkueista

Ei-seurajoukkueissa saa olla enintään kaksi 20–35-sarjojen edellisvuoden suunnistuksen kilpailurankissa I luokan suunnistajaksi noteerattua. Tarkoitus ei näet ole, että esim. joku firma kokoaisi nimelleen voittajajoukkueen. (Rekisteröityjen suunnistusseurojen joukkueille tätä rajoitusta ei tietenkään ole.) Seuroihin kuuluvien tulee saada seuraltaan lupa puulaakijoukkueessa osallistumiseen.

## Radat ja maastot

Huomattava on, että Jukolan radat tehdään huippujoukkueille. Kärjen takana kulkevien tehtävää yleensä helpottavat maastoon syntyvät jäljet, kulku-urat. Pitää kuitenkin osata valita risteilevistä urista se oikea.

Jukolan maastot vaihtelevat vaativista helpohkoihin. Kilpailukutsun maastokuvaus ja kutsussa ilmoitettu kärjen arvioitu kilometrivauhti kertovat niistä paljon. Jukolan viestin arviovauhti alle 5,5 min/km kertoo helpohkosta maastosta, yli 7 min/km vaativasta. Tulosarkistossa voi katsella aikaisempien vuosien tuloksia ja esimerkiksi vertailla harrastaja- ja huippusuunnistusjoukkueiden välisiä aikaeroja eri mittaisilla osuuksilla. <http://results.jukola.com/tulokset/>

Huonolla fyysisellä kunnolla, sairaana, toipilaana tai ilman suunnistuskokemusta ei viesteihin pidä lähteä.

## Ajatuksista tekoihin

Ajatus Jukolaan osallistumisesta herää yleensä kaveriporukassa jonkun jo aiemmin osallistuneen mielessä. Erityisesti viime aikoina on kuitenkin tullut paljon joukkueita, joissa kellään ei ole aiempia Jukola-kokemuksia. Monet ovat sentään seuranneet tapahtumaa radiosta tai televisiosta ja sieltä saaneet kipinän.

Kun ajatus on herännyt, pitää tietysti saada kokoon porukka. Koska matkan varrella voi tulla monenlaisia esteitä, loukkaantumisia jne., tiimissä pitäisi olla aiottua joukkuetta kohti ainakin 2 ylimääräistä, siis Venloihin suunnittelevilla 6 ja Jukolaan aikovilla 9 innokasta tai ainakin olla suunnitelma, mistä mahdolliset puuttuvat saa. Viime kädessä voi kääntyä Suunnistajapankin puoleen (ks. Ilmoittautuminen). Seurojen Jukola-koulut kokoavat myös joukkueita.

Luontevinta on lähteä liikkeelle starttipalaverilla, jossa esitellään suunnistusta yleensä ja erityisesti Jukolan viestiä ja siihen liittyvää. Samalla kartoitetaan mukana olijoiden taidot ja kunto. Pitäähän Jukolan viestin pitkälle yölle ja ankkuriosuudelle löytyä henkilöt, jotka ”uskaltavat” lähteä kesähämärään metsään ja jaksavat etsiä rasteja vaikka 4 - 5 tuntia. Venloillakin ankkurisosuus voi kestää 3 - 4 tuntia. Nämä voivat vaatia lisävoimien hankintaa.

Yleensä loppupäätelmä on, että

- pidetään suunnistuksen teoriakoulutus maastoharjoituksineen, jos olosuhteet sallivat
- jos aie on lähtenyt liikkeelle spontaanisti, ei jonkin organisaation toimesta, luonnollisin yhteistyökumppani on paikkakunnan suunnistusseura tai ainakin Jukolat kokenut suunnistaja. Seura voi periä pienen kulukorvauksen opastuksesta ja samalla voi sopia seuran kuntorasteilla harjoittelusta sekä siitä, että porukan ylijäävät pääsevät seuran joukkueisiin tai seurasta voi saada puuttuvan tai kaksi
- jos projekti on alkanut jo syksyllä tai talvella, jonkinlaisia yhteishengen ylläpito- ja koulutustilaisuuksia lienee syytä pitää vaikka parin viikon välein, kunnes lumet sulavat. Lenkin (ja saunan) ohessa voi tällöin mm. kerrata teoriaa, tarkastella vanhoja Jukolan karttoja ja reittejä, käydä läpi näitä ohjeita yms.
- monet ei-seurajoukkueet ovat pyrkineet hankkimaan yhteistyökumppaneita kulujen kattamiseen, kun viimeistään toisena vuotena on haluttu oma kisa-asu
- sovitaan, kuka on porukan vetäjä, joka ilmoittaa joukkueen ja juoksujärjestykset sekä kuka pitää yhteyksiä ja tiedottaa ryhmässä ym.
- asetetaan tavoite: ensimmäisellä kerralla - päästä kunnialla läpi.
- kun lumi lähtee, osallistutaan innolla iltarasteille/kuntorasteille. Jos tehdään ohjelma, se "pakottaa" helpommin lähtemään. Kuntorasteja järjestetään lähes jokaisella paikkakunnalla. Lisätietoja saa paikallislehdistä ja Suunnistusliiton sivuilta netistä, [www.suunnistusliitto.fi](http://www.suunnistusliitto.fi) Koska kuntorastien matkat, vaikeusaste jms. vaihtelevat paljon, ohjetta sopivasta matkasta on vaikea antaa. Reittien vaikeus yleensä kasvaa matkan pidentyessä. Utelemalla maastoista ja radoista järjestäjiltä ja aloittamalla helpohkossa maastossa lyhyellä matkalla, ei heti joudu ylivoimaisen eteen, vaan voi kehittää sekä kuntoa että taitoaan. Ennen Jukolaa naisten tulisi kuitenkin kuntorasteilla harjoitella ainakin 4 - 5 ja miesten 6 - 8 km:n reiteillä. Joissakin tapahtumissa rastit jätetään maastoon viikoksi, joten niitä voi kiertää useain kertaan. Joka tapauksessa kuntorastit ovat helppo ja erinomainen tilaisuus harjoitella. Usein rastien ympärillä pyörii muutakin porukkaa. Niin on usein Jukolassakin. Rastit näkyvät

yleensä hyvin. Eivät Jukolankaan rastit aivan piilossa ole jne.

- Ilman ainakin muutaman kerran harjoittelua kuntorasteilla tms. ei pidä lähteä. Hyvä on myös testata metsässä kulkien, että jaksaa hyvin liikkua/hölkätä runsaasti oman reittinsä vaatiman ajan (15 min./km).
- Yöraseja on hiukan vaikea järjestää keväällä ja niitä on tarjolla harjoitteluun vähän. Yksikseen voi tietysti vaellella kartan kanssa illan hämärissä, että saa tuntumaa kartanlukuun ja liikkumiseen niissä oloissa.
- Tapaamisia on syytä jatkaa harjoitteluvaiheessa keväälläkin. Ne voivat olla varta vasten järjestettyjä, kuntorasteilla tapaamisia tai yhteiskäyntejä esim. lähikunnan kuntorasteilla, jotta saa kokemuksia uusista maastoista jne. Yhteishengen luonti ja samaan hiileen puhaltaminen ovat erittäin tärkeitä. Jos jotakuta alkaa hirvittää, otetaan kädestä kiinni ja neuvotaan.
- Osuusjako voi syntyä luonnostaan, mutta joskus siitä joutuu keskustelemaan. Perusteita ovat Jukolan viestiin yleisen osuusjaon mukaan mm.
  - tarvitaan 2 yösuunnistajaa (osa 1. osuudesta ja 2. osuus, ehkä 3. alkukin)
  - tarvitaan 2 fyysisesti kestäväää (3. ja 7. osuus)
  - 4. ja 5. osuus ovat valoisaan aikaan sekä muita lyhyempiä että yleensä fyysisesti (muttei välttämättä rasteina) helpompia.
  - Venloissa erityishuomiota ansaitsee yleensä vain ankkuriosuus, joka on muita pitempi.
  -

Jukola-viikolla on hyvä pitää valmistelevala palaveri, jossa käydään läpi tapahtumaan kulkeminen, majoitus, tarkistetaan varusteet, sovitaan, kuka noutaa materiaalin jne.

Usein paikallislehdet ovat olleet kiinnostuneita harrastajajoukkueiden projekteista, seuranneet valmisteluja ja osallistumista. Vihje sinne päin on paikallaan.

## **Varusteet**

Vaikka lajisäännöt eivät nykyisin aseta vaatetukselle erillisiä vaatimuksia, suositellaan, että kilpailijalla (ja kuntorasteille osallistujillakin) olla pitkälahkeiset tai koukistettuna polven yli ulottuvat housut. Säärisuojat ja pitkähihainen paita estävät tehokkaasti ihon naarmuuntumista. Sään mukaan alle on hyvä laittaa teknisen kerraston paita tms. Asut ovat nykyään keinokuitua, joka ei ime itseensä juurikaan vettä ja kuivuu nopeasti. Jalkineina on hyvä olla suunnistukseen tarkoitettut nastarit, jotka parantavat pitoa erityisesti sadesäällä. Lenkkitosut, saappaat yms.tietenkin, jos joku niin haluaa. Varsinkin märällä kelillä asfaltille suunnitellut lenkkitosut voivat osoittautua kuitenkin liukkaudessa jopa vaaralliseksi. Piikkarit eivät ole sallitut turvallisuus- ja ympäristösyistä Jukolassa eivätkä useimmilla kuntorasteillakaan..

- kompassi
- otsalamppu yösuuksilla ja pieni kynä- tms. lamppu varalla
- Emit-kortti (ks. tarkempi kuvaus myöhemmin). Niitä myy mm. Suunnistajan kauppa (ks. netistä). Niitä voi tarvittaessa vuokrata järjestäjältä tilaamalla etukäteen. Joukkueella tulee olla vähintään 3 toimivaa korttia. Venlat ja Jussit voivat käyttää samaa korttia, mutta samassa viestissä 2 eri joukkuetta EI voi käyttää samaa korttia! Jos Jukolan viestin aamuissa uusintalähdössä on saman joukkueen 4 - 6 kilpailijaa, kullakin tulee emit-kortti
- verryttelypusero lähtöalueella odottelun lämpimäksi
- matkapuhelimen maastoon otto on sallittua. Lisäähän se turvallisuutta. Sen tulee maastossa kuitenkin olla suljettuna.
- eräitä varusteita saa hyvin varustetuista urheiluliikkeistä, mutta mm. emit-kortteja, suunnistusasuja ja -kenkiä saa vain erikoisliikkeistä. Maastolenkkareita myy useimmat urheiluvälineliikkeet.

- kilpailupaikalla oleskelua varten ennen ja jälkeen viestin on syytä ottaa mukaan muistaen, että Suomen yön lämpötila voi keskikesälläkin olla jopa miinuksella, ja sadekin joskus vierailee (toivottavasti silloinkin vain vierailee, ei jää asumaan):
  - kerrasto ja pari T-paitaa
  - parit sukat
  - kengät (lenkkikossut) jo jalassa, mahdollisesti toiset varalle
  - shortsit ja sandaalit, jos on tiedossa lämmintä
  - ulkoiluvaatteet päällä (toisetkin sateen uhatessa)
  - villapaita, toppatakki, pitkät kalsarit, pipo ja hanskat yötä varten
  - sadeasu ja saappaat, jos kulkevat helposti ja sadetta on luvassa
  - pyyhe, peseytymisvälineet (ks. ohjeista mahd. omien pesuaineiden käyttörajoituksista)
  - pari muovikassia kuraisia ja märkiä varusteita varten
  - WC-paperia, sillä joskus (esim. lähtöalueella) paperi hetkellisesti loppuu
  - majoitukseen oma- tai yhteistelttä. Järjestäjältä voi myös vuokrata sotilasteltan valmiiksi pystytettynä, jos niitä on saatavilla (ks. Majoittuminen).
  - makuupussi ja -alusta, jos on telttä- tai lattiamajoitus.

## **Emit-kortti, -leimasin**

Viesteissä käytetään emit-tyyppistä elektronista leimausjärjestelmää. Kilpailijalla on emit-"kortti". Kyseessä on itse asiassa muovipalikka, jonka sisällä on sirukortti. Kortissa on (kumi)nauha, jolla palikka kiinnitetään sormiin - yleensä toiseen käteen kuin missä pitää kompassia. Mihän sormeen ja miten päin, on syytä kokeilla. Rastilla on leimasin (vastakappale), johon kortti laitetaan. On syytä perehtyä kuntorasteilla tai Jukolan kilpailukeskuksen mallirastilla, miten leimataan. Rasteilla leimauksesta ei tule mitään ääntä, valoa tms., joten kortti tulee painaa huolella leimasimen pohjaan saakka ja pitää siellä lyhyen hetken. Leimasimesta tallentuu rastin koodi ja käyntiaika korttiin (sekä piikin jälki pahviseen tarkistusliuskaan) ja ne voidaan sieltä tulostaa kirjoittimella. Näin saadaan ajat kullekin rastivälille. Pahvinen tarkistusliuska kannattaa teipata emit-korttiin, ettei se jää matkan varrelle kilpailun tuoksinassa.

Tarkista kortin toiminta kilpailupaikalla. Tarkistusmahdollisuus on yleensä infon luona ja ennen sisäänkirjautumista olevalla mallirastilla! (Ks. järjestäjien ohje).

## **Ilmoittautuminen**

Kilpailukutsu julkaistaan marras-joulukuussa ilmestyvässä Suunnistaja-lehdessä ja samoihin aikoihin se ilmestyy järjestäjän Jukola-sivuille nettiin [www.jukola.com](http://www.jukola.com) .

## **Joukkue**

**Ilmoittautuminen** tehdään netissä. Ilmoittautuminen tehdään [www.jukola.com](http://www.jukola.com) sivujen kautta ilmoittautumisjärjestelmään (ks. alla oleva kuva). Kilpailutoimisto, jonka yhteystiedot ovat sekä kilpailukutsussa että netissä, vastaa ja neuvoo ilmoittautumisasioissa. Älä jätä ilmoittautumista viime tippaan, silloin "neuvonnassa" on ruuhkaa!



## Ilmoittautuminen

Ilmoittautuminen Lahti-Hollola Jukolaan on alkanut. Muistatko 1.2.2018.

Telttapaikkojen varausohjelma käynnistyy 30.12.

KILPAILUKUTSU

MAASTO JA KARTTA

HARJOITTELU 2017

JUKOLA-KOULU

HARJOITUSPAKETIT

KILPAILUT 2017 ▶

HARJOITUSKIELTOALUE

VANHAT KARTAT

ILMOITTAUTUMINEN

PÄÄYHTEISTYÖKUMPPANIT

LAHTI

Hollola  
Lahden Seutu

Lahti-Hollola 2018

Yhteistyökumppanit

Media

Samalla tilataan mahdolliset lisäpalvelut (EMIT-kortit, majoitus, asuntoautopaikka tms.).

Ilmoittautuessa tarvitaan käyttäjätunnus ja sille PIN koodi. Ensimmäistä kertaa ilmoittautuvan joukkueen yhteyshenkilön pitää luoda uusi käyttäjätunnus, jonka jälkeen seura saa PIN-koodin, joka tulee vastauksena kilpailutoimistolta.

Tunnusta ja PIN-koodia käytetään vuosittain (kilpailutoimistosta saa tarvittaessa uuden koodin) . Tämä on edellytys sille, että joukkue saa seuraavana vuonna edellisen vuoden sijoitustaan vastaavan numeron. Jos nimi vaihtuu ja ollaan "samalla porukalla" liikkeellä, on asia sovittava kilpailutoimiston kanssa ennen varsinaisen ilmoittautumisen päättymistä!

Poikkeustilanteissa ilmoittautumisen voi perua ennen varsinaisen ilmoittautumisajan päättymistä.

**Osanottomaksu** on maksettava ilmoittautumisen yhteydessä verkkomaksua käyttäen. Maksamisen jälkeen osanotto vahvistuu.

Ilmoittautuminen on porrastettu. Mitä aiemmin ilmoittautuu, sen halvempaa. Maksulle on yleensä 3 porrasta, jotka ilmoitetaan kilpailukutsussa.

Joukkue voi valita nimensä vapaasti seuraavin rajoituksin:

- nimen on oltava hyvien tapojen mukainen, enimmäispituus on 27 merkkiä. Se ei voi esim. sanakäännöksin ja -väännöksin muuttua hyvän tavan vastaiseksi. Järjestäjällä on oikeus muuttaa tätä sääntöä rikkovat nimet.
- nimi ei voi olla jonkin seuran rekisteröimä (voi tarkastaa netissä pyydettyjen tietojen sivulla klikkaamalla kohtaa "seuralistasta" tai muun joukkueen aiemmin käyttämä. Asian voi tarkastaa etsimällä suunnittelemaansa nimeä netistä aiemmista tuloluetteloista toiminnolla "Haku seurojen nimistä"
- jo aiemmin käytetyn kanssa hyvin samankaltainen (esim. vain kirjaimen, parin ero)



nimi ei ole sekaantumisvaaran vuoksi suotava. Nimien kirjo on suuri.

Ilmoitetut joukkueet näkyvät netissä järjestäjän sivuilla. On syytä tarkastaa jonkin ajan kuluttua, että maksu on tullut perille ja ilmoittautuminen rekisteröitynyt.

## Henkilöt – juoksujärjestys

Joukkueen henkilöt ilmoitetaan kilpailukutsussa esitetyllä tavalla Jukolaa edeltävänä perjantaina kello 18:00 mennessä. Tämän jälkeen esim. sairastumisen takia tulevat muutokset ilmoitetaan kilpailutoimistossa paikan päällä. Nimet voidaan antaa ilmoittautumisen yhteydessä, mutta usein se tehdään vasta lopullisen juoksujärjestyksen selvittyä muutosten välttämiseksi vasta viimeisten viikkojen aikana. Nimien tulee olla täydellisiä (etu- + sukunimi) ja todellisia mm. turvallisuussyistä. **Myös joukkueen johtajan tiedot tulee antaa!** Ilmoittautumalla henkilö antaa luvan nimensä julkistamiseen lähtö- ja tuloluetteloissa.

Juoksujärjestykset ilmoittamiseen tarvitaan joukkueen ilmoittautumisen yhteydessä käytetty PIN-koodi. Ilmoittaja voi määritellä, että henkilöiden nimet ovat julkisia heti tai vasta ilmoittautumisajan päätyttyä.

Reilun pelin henkeen kuuluu, että sama henkilö suunnistaa Jukolassa vain yhden osuuden yhdessä viestissä.

## Suunnistajapankki

Mikäli joukkueesta puuttuu suunnistajia, avuksi voi tulla järjestäjien yllä pitämä Suunnistajapankki. Linkki sinne löytyy järjestäjän nettisivuilta. Sinne voi jättää ilmoituksen joukkueesta puuttuvista suunnistajista tai ilmoittaa olevansa halukas osallistumaan, muttei ole joukkuetta. Tarjolla on yleensä lyhyille osuuksille ja kysyntää pitkille. Jos löytyy sopiva henkilö, on syytä toimia äkkiä. Yhteystiedot ovat ilmoituksessa.

## Kisapaikka

### Majoittuminen

Jukolassa on 3 päämajoittumisvaihtoehtoa:

- suurin osa majoittuu omissa teltoissaan
- omat asuntoautot tai -vaunut
- järjestäjien vuokrateltat.

Lisäksi voi tietysti paikasta riippuen majoittua kilpailualueen ulkopuolella: hotelleissa, vuokramökeissä, yhteismajoituksessa kouluilla tms., joskus jopa kotonaan ja vain käväistä osuudellaan. Silloin kokee Jukolan yöttömän yön tunnelmasta tietysti vain pienen osan. Kaikki kilpailukeskuksessa tapahtuva majoitus on varattava ja maksettava varauksen yhteydessä ilmoittautumisjärjestelmän kautta.

Telttamajoitusalueet omille teltoille on ruudutettu yleensä aarin (10x10 m) lohkoihin ja numeroitu varaamisen ja paikantamisen helpottamiseksi. Tästä järjestäjä perii kutsussa mainitun korvauksen. Halutun kokoinen alue tilataan ensisijaisesti netin ilmoittautumissivun kautta ennen ilmoittautumisajan päättymistä ja maksetaan samanaikaisesti. Järjestäjä jakaa lohkot ja niiden tiedot julkistetaan netissä ennen tapahtumaa. Ne esitetään myös majoitusalueiden reunoilla olevilla

tauluilla.

**Omat asuntoautot ja -vaunut** pysäköidään järjestäjän niille osoittamaan paikkaan. Järjestäjä varaa paikkoja noin edellisvuosien tarpeen mukaisesti. Paikoista peritään kilpailukutsun mukainen maksu. Suuret kysynnän vaihtelut voivat aiheuttaa riittävyysongelmia myöhään saapuville.

**Maksulliset teltat** on ensisijaisesti varattu ulkomaisille joukkueille, mutta ylimääräiset vuokrataan kotimaisille joukkueille varausjärjestyksessä. Teltat ovat armeijan ½-joukkueteltojen kaltaisia ja ne on pystytetty valmiiksi. Niistä peritään kutsussa ilmoitettu maksu.

**Tuulisuoja-alue** (ruutu 5x6 m) Sijaitsee yleensä lähellä lähtö- ja vaihtoaluetta. Se on tarkoitettu lähtevien ja tulevien kilpailijoiden huoltamiseen erityisesti, jos majoitusalue sijaitsee kauempana. Alue ei ole tarkoitettu majoittumiseen. Omat teltat/suojakatokset tulee olla mukana ja pystyttää itse. Paikka tulee varata ja maksaa ennakoon. Turvallisuussyistä avotuli, kamiinat, grillit tms. eivät ole telta-/tuulisuoja-alueilla sallittuja (viranomais määräys).

## **Palvelut kisapaikalla**

Tapahtumapaikalle voi halutessaan tulla ilman mitään varusteita vain rahapussin kanssa. Kaikki oleskeluun ja kilpailuun tarvittava on saatavissa.

### **Esittelyt.**

Kilpailukeskuksessa on esittelyalue, jossa mm. tulevan Jukolan sekä rastiviikkojen ym. järjestäjät esittelevät tapahtumiaan ja on päätukijamme Puolustusvoimien esittelypiste. Läsnä voivat olla omilla standeillaan myös mm. isäntäkunnat, niiden matkailutoiminnot, paikallisia yrittäjiä, jne.

### **Ilmoitustaulu.**

Ohjeissa ilmoitetussa paikassa on kaikkien käyttöön tarkoitettu ilmoitustaulu, jolle voi jättää tiedotuksia.

**Info** on palvelupiste kaikkeen tapahtumaan liittyvään. Info vuokraa myös emit-kortteja ja hoitaa löytötavaroita.

### **Kuljetukset:**

”Näin toimitaan” -ohjeissa esitetään mahdolliset kuljetukset ja niiden aikataulut kilpailukeskukseen ja sieltä pois sekä mahdolliset taksipalvelut. Usein on lähimmältä rautatieasemalta tms. järjestetty kuljetuksia.

**Käsiohjelma** sisältää samat tiedot sekä lisäksi eräitä Jukolan yleissivujen tietoja, tilastoja, tuloksia yms. Tiedotussivut avautuvat netissä asteittain edeltävän vuoden aikana. Käytävissä olevat sosiaalisen median tilit ja palvelut löytyvät kunkin vuoden järjestäjän hallinnoimina nettisivulta tai hakusanalla ”Jukolan viesti”. Käsiohjelma voi olla sähköisessä muodossa ja se on tulostettavissa jukola.com sivuilta.

Netissä järjestäjän sivuilla ja käsiohjelmassa ”Näin toimitaan” -ohjeessa annetaan lisätietoja palveluista, niiden sijainnista, aukioloajoista, hinnoista jne.

### **Lasten palvelut:**

Jukola on koko perheen tapahtuma, jossa pienimmät mukana olijatkin pyritään ottamaan huomioon. Lapsille ovat muksula ja/tai paikka, jossa voi käydä leikkimässä sekä toiminta-/suunnistusrata. Tarjolla ovat myös lasten ruokien lämmitys- sekä vaippojen vaihtopaikka. Lähemmät tiedot ovat "Näin toimitaan"-ohjeissa. Ravintolassa on perhelinja, matalia pöytiä jne. Edelleen ovat ohjeet ottaa perheen pienimmät huomioon saniteettitiloissa, kulkuväylissä jne. Pieniä lapsia sisältäville autokunnille pyritään järjestämään pysäköinti lähelle kilpailukeskusta.

### Lääkintä.

Kilpailukeskuksessa on ensihoitopaikka. Pienemmät lääkintäpisteet ovat vaihtopuomilla sekä maastossa karttoihin merkityissä paikoissa. Ensihoitopaikka on tarkoitettu sekä kilpailijoille että huoltajille ym.

### Metsäkirkko.

Kilpailukeskuksen lähistöllä rauhallisessa paikassa on varta vasten rakennettu metsäkirkko. Jos kuitenkin 1 km:n etäisyydellä on kiinteä kirkkorakennus, sitä saatetaan käyttää. Kirkossa pidetään lauantai-iltana noin klo 21.30 - 22.30 hartaustilaisuus ehtoollisineen. Tilaisuuksiin on osallistunut 300 - 700 ihmistä, jotka ovat halunneet pienen hiljentymishetken hektisten kilpailujen välillä.

### Pankkipalvelut.

Pankit eivät yleensä halua tuoda kustannussyistä otto-automaatteja tapahtumapaikalle. Myyntipaikat hyväksyvät yleensä pankki-/debit- ja yleisimmät luottokortit. Postipalvelut ovat yleensä Jukola-kaupassa. Puhelimien akkujen latauspiste on mahdollinen lisäpalvelu.

### Pysäköinti.

Pysäköinti tapahtuu järjestäjien varaamille ja opastamille paikoille. Ne ovat erikseen henkilö-, asunto- ja linja-autoille. Pysäköinnistä maksetaan paikan päällä kilpailukutsun mukainen maksu. Se sisältää myös pääsymaksun, jota ei erillisenä peritä. Lapsiperheille, invalideille ja kutsuvieraille on yleensä omat, lähellä kilpailukeskusta olevat paikat. Liikenteen ohjaajat opastavat perhe- ja invaparkkiin auton matkustajien mukaan. Ympäristösyistä suositetaan maksuissa linja-autoja sekä yhteiskulkua ja julkisten kulkuneuvojen käyttöä silloin, kun se on mahdollista.

### Ruokailu:

Alueella on kisaravintola, jossa tarjoillaan puolen tusinaa eri ruokalajia. Myös kasvisruokaa on tarjolla. Erityisruokavaloita noudattavien kannattaa selvittää tarjolla olevat vaihtoehdot ennakkoon järjestäjien nettisivuilta. Pääravintolassa on ruokalajikohtaiset kassat ja linjastot. Perhelinjalta saa kuitenkin eri ruokalajeja, koska lasten ja aikuisten mieltymykset eivät välttämättä ole samoja. Pääravintolan lisäksi on supistetun valikoiman grillejä ja kahviloita, kioskeja yms. Tarjolla olevat ruokalajit esitetään hintoineen internet-sivuilla.

### Saniteettipalvelut:

Kilpailijoille tulee tarjota **maksuton lämmin suihku**. Vaikka järjestäjä tekee parhaansa, joskus voi tulla tilanteita (kuljetus-, sähkö- tms. ongelmista), että vesi tai ainakin lämmin vesi loppuu hetkeksi. Suihkualueita on kaksi; isompi ja pienempi. Ne määritellään kisa-aikataulun mukaan niin, että aina toinen on tarjolla miehille ja toinen naisille. **Saunasta** peritään pieni maksu. Venlojen viestin aikaan

se on naisille ja Jukolan viestin ajan miehille.

**WC:itä** käsienvesupaikkoineen on kilpailukeskuksessa, majoitusalueilla sekä lähtö- ja vaihtoalueella. Niiden sijainti ilmenee käsiohjelmasta tai opastauluista. Koska kysyntä vaihtelee paljon paikan ja ajankohdan mukaan, jonoja ei voi välttää. Kannattaa varata hieman omaa WC-paperia mukaan.

**Juomavesipisteet** on merkitty käsiohjelman karttoihin.

**Suunnistajapankki:** ks. Ilmoittautuminen.

### **Tiedottaminen.**

Ko. Jukolan viestistä löytyy tietoa järjestäjän nettisivuilta [www.jukola.com](http://www.jukola.com). Siellä ovat liikennetiedot, -opastukset, pysäköintialueitten sijainnit, kilpailukeskuksen kartta, "näin toimitaan-" ja kilpailuohjeet sekä muuta tapahtumaan liittyvää.

### **Urheiluvarusteet ja -välineet:**

Paikalla on ainakin muutamia urheilutarvikeliikkeitä. Tarjonta on monipuolista, paljon muutakin kuin varsinaisia suunnistusvälineitä ja -asuja. Usein liikkeillä on hyviä tarjouksia ja monet säästävätkin vuoden hankintansa juuri Jukolaan.

Järjestäjällä on oma Jukola-kauppansa, jossa myydään ko. tapahtumaan liittyviä asusteita ja tarvikkeita yms. itselle tai tuliaisiksi. Kauppa voi myydä myös mm. ko. kisan postikortteja, postimerkkejä yms.

## **Saapuminen**

Järjestäjän nettisivuilla esitetään liikennejärjestelyt ja pakollisina noudatettavat opastukset. Huom! Tarkasta järjestäjien sivuilta tai muusta mediasta etukäteen saapuvan liikenteen opastus ja ohjaus eri suunnista. Se auttaa orientoitumaan, sillä aina keskukseen ja pysäköintipaikoille ei suinkaan pääse oletettua suorinta reittiä. Aja opasteiden mukaan. Erityisesti, jos pysäköinti on hajautettu, ota selvää ja paina mieleen, mille alueelle autosi jäi, että osaat sinne takaisin! Jos P-alue on kaukana, järjestäjän liikenneyhteydet sinne ilmenevät ohjeista. **Älä jätä autoon näkyviin mitään varastamisen arvoista**, sillä yön hämärinä hetkinä laajoilla P-alueilla voi liikkua sivullisia ja tapahtua mitä tahansa vartioinnistakin huolimatta. Vastuu on autoilijan.

Hyvä keino painaville tavaroille ovat myös jonkinlaiset omat kärryt tai vetolaite. P-alueilta kilpailukeskukseen kuljettavalla reitillä tulee olla opastaulut, joista ilmenevät eri majoitusalueet yms. Kannattaa myös ennakkoon selvittää, kuinka parhaiten pääsee paikoituksesta omalle majoitusalueelle.

On syytä saapua hyvissä ajoin kisapaikalle. Silloin on aikaa kaikessa rauhassa perehtyä eri toimintojen sijoitteluihin eikä itse tai joukkueovereiden tarvitse hermoilla puuttuvaa lähtijää. Ruuhkat ovat hyvin mahdollisia, pysäköinti voi olla kaukana, kuljetuksissa viiveitä jne. Paljon perheitä tulee jo perjantaina, jolloin voi teltailla yhden normaalimman yön.

### **Alueeseen tutustuminen**

Kun oma telttapaikka on löytynyt (ja telttä pystyssä), onkin keskusalueeseen, sen tarjoamiin palveluihin ja eri toimintojen sijaintiin tutustumisen sekä joukkueen materiaalin noutamisen aika. Mukavinta on, jos joukkue voi ainakin pääosin tulla samalla kuljetuksella/samassa letkassa, koska silloin autot tulevat lähekkäin. Myös alueeseen tutustuminen käy mukavimmin yhdessä.

**Joukkuemateriaali/kilpailuaineisto** luovutetaan järjestäjän joukkueen yhdyshenkilölle lähettämää aineiston luovutuskorttia vastaan ohjeissa mainitussa paikassa ja aikaan. Samalla joukkueenimellä ilmoitetuille joukkueille on vain yksi materiaalikortti eli samalla kertaa luovutetaan kaikkien niiden aineisto. Mikäli noutajalla ei ole em. korttia, aineisto luovutetaan henkilötietoja ja kuittausta vastaan. Materiaali sisältää joukkueen rintanumerot, emit-tarkistusliuskat, mahdolliset vuokra-emitit, mahdolliset tarkennukset kilpailuohjeisiin, esitteitä yms. sekä karttojen palautuskortin.

**Mikäli maksuissa on epäselvyyksiä tai juoksujärjestystä ei ole ilmoitettu, aineistoa ei saa ennen kuin tämä asia on hoidettu.**

On syytä tarkoin pitää kirjaa, missä kukin on majoittunut ja tehdä herätyslista (puhelinnumerot!), jota sitten joku toteuttaa. Kannettava PC, älypuhelin tai tabletti mahdollistaa hyvin kisan seuraamisen majoituspaikassa.

## **Kilpailusuoritus**

### **Valmistautuminen lähtöön**

#### **Kilpailuasua:**

- asu: ks. kohtaa varusteet
- piikkarit eivät ole sallittuja turvallisuus- ja ympäristösyistä, Nastarit ovat sallitut.

#### **Mallirasti**

- kilpailuohjeissa mainitussa paikassa on mallirasti. Käy tutustumassa.
- Emit-kortti
  - testaa kilpailuohjeissa mainitussa paikassa emit-korttisi toimivuus. Noudata ohjetta. Jos korttisi ei toimi (ts. valo ei testatessa vilku), vaihda kaveriltasi tai vuokraa uusi kortti infosta. Testaa sekin. Huomaa, että joukkueella tulee olla vähintään 3 toimivaa emit-korttia
- kiinnitä joukkuemateriaalin mukana saatu pahvinen tarkastus-(varmistus-) liuska korttiisi merkittyäsi sen asianmukaisesti (ks. Kilpailuohjeet). Liuska kannattaa teipata tai muuten varmistaa sen kiinnitys emit-korttiin.

#### **Kilpailunumero**

- kiinnitä numero taittamattomana huolellisesti kilpailupuserosi rintaan. Varo ennen lähtöäsi, ettei numeron viivakoodi rypisty tai vahingoitu.
- huomaa, että ympäristösyistä järjestäjä ei Jukolassa enää jaa hakaneuloja, vaan ne (4 kpl, ei pieniä) tulee olla kilpailijalla itsellään. Jos ne unohtuivat, kaupoista todennäköisesti löytyy.

#### **Mallikartat**

Yleensä järjestäjä laittaa nettiin alueen vanhan kartan tai niitä on ostettavissa kisatoimistosta. Vanha kartta on myös esillä, yleensä tulos- tai ilmoitustaululla. Mielikuvan saamiseksi tulevasta on hyvä

silmäillä maastoa näiltä kartoilta

### **Lähtöön siirtyminen**

Venlojen viestin tavallinen lähtöaika on klo 14 ja Jukolan viestin klo 23. Tapahtumapaikkakunnan maantieteellinen sijainti ja kulkuyhteydet tms. voivat kuitenkin aiheuttaa muutoksia. Todelliset ajat ilmoitetaan kutsussa ja ohjeissa.

Lähtijän tulee ilmoittautua sisäänkirjautumisessa viimeistään **20 minuuttia ennen lähtöhetkeä**. Sinne menopaikka kerrotaan ohjeissa ja sen sijainti on syytä selvittää alueeseen tutustumisen yhteydessä. Kirjautuminen avataan yleensä noin tuntia ennen lähtöhetkeä. Ota huomioon, että huonolla ilmalla viimehetken ilmoittautujia voi olla ruuhkaksi asti ja siitä syntyä ongelmia ainakin määräajan jälkeen saapuneille.

Ennen kirjautumista kannattaa tarkastaa kilpailunumeron kiinnityksen asiallisuus sekä emitin tarkistusliuskan olemassaolo ja sen merkinnät. Kirjautuminen suoritetaan niin, että kilpailija laittaa emit-korttinsa lukulaitteeseen ja toimitsija lukee rintanumerosta viivakoodin. Jos sisäänkirjautuminen ei onnistu, kilpailija ohjataan selvityskaistalle.

Mikäli luku onnistuu, lähtijä jatkaa matkaa **emit-kortin nollaukseen**, joka poistaa kortilta vanhat tiedot. Kortti laitetaan leimauslaitteeseen ja odotetaan 4 valonvälähdystä (valot ovat vain nollauslaitteissa, ei maastossa olevilla rasteilla!), jolloin kortti otetaan pois leimasimesta.

### **Älä unohda nollausta!**

Jos vasta siinä vaiheessa ilmenee, että kortti ei toimi, voi vielä palata noutamaan uutta tai vuokrata järjestäjän kortin. Vuokrakortin maksu peritään myöhemmin, rahaa ei tarvitse olla mukana. Muista ilmoittautua järjestäjälle, jos poistut alueelta hakemaan uutta korttia ja sinun **täytyy muistaa kirjautua uudelleen**.

Nollauksen jälkeen siirrytään verryttelyalueelle, josta kuuluttajan ohjeitten mukaan siirrytään kartoille. Verryttelyalueella on WC:itä. Huoltajille ei aina ole pääsyä ihan verryttelyalueen reunalle. Niinpä mahdollisen lämmittelyasun saattaa joutua jättämään alueen aidalle paikkaan, josta sen voi noutaa reitiltä tultua. Taskuun varattu muovipussi voi olla hyvä varusteille.

### **Lähtö**

Noin 7 minuuttia ennen lähtöhetkeä verryttely- ja kartta-alueen välinen nauha poistetaan ja kilpailijat siirtyvät kuulutuksen mukaisesti numeronsa mukaisille paikoille. Tarkasta, että olet oikealla paikalla ja toimi ohjeitten mukaan.

Kartta jaetaan kilpailijolle käteen. Varmista, että saat rintanumeroasi vastaavan kartan.

### **Karttaa ei saa avata ennen lähtöä!**

Lähes aina lähtöletka jumittuu maastoon siirryttäessä jossakin mutkassa tai väylän supistuessa. Älä hötkyile, vaan käytä hetki hyväksesi ja suunnittele reittiäsi ykkösrastille.

### **Suunnistus**

Lähdöstä/vaihdosta johtaa viitoitus K-pisteelle, josta varsinainen suunnistus alkaa. K on merkitty

karttoihin kolmiolla ja maastoon rastilipulla, jossa on K-kirjain (K-kirjain on jääne vanhasta termistä kartanjakopaikka, jossa ennen annettiin kilpailijalle kartta ja suunistus alkoi).

### **Huom! K-pisteellä ei ole leimasinta, joten siellä ei leimata!**

Jukolassa on jokaisella osuudella **hajonta**, ts. samankin osuuden kilpailijoilla on **ERI RASTEJA**, jos kohta yhteisiäkin. Eroavat rastit voivat sijaita pitkienkin matkojen päässä toisistaan eikä sinun kartastasi ilmene toisten rastit. Mikä on hajautussysteemi ja mitkä osuudet ovat mahdollisesti ainakin osittain pareja, ei paljasteta ennakolta. Hajonnat ovat ennalta arvaamattomia, mutta viestin lopuksi kaikki joukkueet ovat suunnistaneet samat rastivälit ja saman matkan.

Helposti päälle iskee ns. numerolappuilmio. Mitä kokemattomampi suunnistaja, sen todennäköisempää se on, että unohdetaan kaikki, mitä on jo opittu. Rynnätään letkan mukaan eikä pian ei enää tiedetä, missä mennään. Kokemattoman kannattaa yleensä valita reitti varmojen kiintopisteiden kautta, joilta pääsee hyvin rastille, vaikka vähän kiertäenkin. Pääporukka tosin menee yleensä melko suoraan ja liikkuu nopeammin, kuin mitä yksin etenee.

Seuraile toisten etenemisiä, mutta ole **AINA SELVILLÄ**, missä olet menossa. Lue siis karttaa, vaikka juoksisit letkassa. Jako hajontarasteille voi tulla vasta aivan rastivälin lopussakin. Sovita vauhtisi taitojesi mukaan! Erityisesti hyvälle juoksijalle se voi olla polkumaastossa vaikeaa, mutta malta mielesi. Jos hidastat vauhtiasi 1-2 min./km, se on vain varttitunnin verran koko radalla. Vartissa ei paljon rastia etsi. Maastosta alkaa löytyä myös polkuja, kulku-uria, joista voi olla apua, mutta voivat ne viedä vikaankin.

Rastia lähestyessä on syytä tarkkailla toisia. He voivat paljastaa rastin. Koska Jukolan rastien on oltava sijainniltaan läpikuljettavia, rasteilla tulee olla useita leimasimia jne., aivan pienet kohteet tulevat harvoin kyseeseen. Tosin peitteisessä maastossa Jukolankaan rastit eivät näy kauas. Rastin lähellä spurtaavat ovat nähneet rastin, määrätietoisesti etenevät ovat yleensä matkalla jo seuraavalle, hapuilevat eivät tiedä, missä ollaan....

Kun tulet rastille, tarkasta **AINA rastin tunnus (koodi) HUOLELLA**. Se on merkitty rastipukkiin ja nykyään se on painettu karttaan, rastin numeron oheen (1 - 33 tarkoittaa; 1. rasti, koodi 33). Kartassa on lisäksi rastinmäärittäjien ruudukko, josta ilmenee koodin lisäksi rastin sijainti (kiven itäpuoli, kumpareen juuri ) Vilkaise sitäkin ennen rastin lähestymistä. Se tieto helpottaa löytämistä. Suunnistusliiton nettisivuilta ([www.suunnistusliitto.fi](http://www.suunnistusliitto.fi)) löytyy materiaalia rastimäärittäjien opetteluun, jos on tarvetta.

Jos koodi rastilla on oikein, laita emit-korttisi hetkeksi leimasimeen. Mitään ääni- tai valomerkkiä leimauksen onnistumisesta ei tule. Huolellisuus, että kortti on oikein leimasimessa, varmistaa. Tarkistusliuskaan tulee myös leimatessa pieni piikin reikä, jonka perusteella voidaan varmistaa rastillakäynnin oikeellisuus sähköisen leiman mahdollisesti puuttuessa.

Ole todella tarkkana koodin suhteen! Kaikista varoituksista huolimatta joka vuosi tulee väärällä rastilla käynnin vuoksi kymmenittäin hylkäyksiä. Lapualla jopa Venlojen viestin kärkijoukkueelle!

Jos rastin tunnus ei olekaan sinun, pyri karttaa lukien kulkemasi reitin ja ko. maastokohteen mukaan löytämään sen rastin paikka ja miten siltä pääsee omallesi. Saattaapa joku avulias näyttää sen rastin sijainninkin kartaltaan, mutta **älä pahastu, jos he eivät sitä tee**. Olethan heidän kilpailijansa. Jos leimaat väärällä rastilla, mutta huomaat sen, ei homma ole pilalla. Mene omalle rastillesi, leimaa siellä ja jatka matkaa. Ylimääräinen leima kortissa ei ole ongelma. Jos taas huomaat (vaikka vasta, kun olet jo leimannut seuraavalla), että joku rasti on jäänyt väliin,

mene väliin jääneelle rastille, leimaa siellä ja palaa sieltä takaisin ensin käymällesi seuraavalle rastille ja leimaa uudelleen. **Rastit tulee käydä ja leimat löytyä emit-kortiltasi rastinumerojärjestyksessä.** Ylimääräiset eivät haittaa.

Osa rasteista on online-liitetty kilpailukeskuksen tulosjärjestelmään. Tieto leimauksesta siirtyy keskukseseen ja on luettavissa kilpailijapäätteillä, joita on keskuksessa yleensä sisäänkirjautumispaikan luona ja vaihtoalueella. Kilpailijapäätteeltä näkee, millä online-rastilla kysytyn joukkueen kilpailija on viimeksi leimannut. Voi siis arvioida, ettei mene liian aikaisin vaihtoalueelle.

Karttaan merkityissä paikoissa ovat **juoma- ja ensiapupaikat**. Tarjolla on 4 - 5 km:n välein - usein tiuhemminkin - vettä ja ohjeissa mainittua urheilujuomaa. Varsinkin pidemmillä osuuksilla voi myös varata oman juomavyön mukaan.

**Tunnollinen ja ympäristötietoinen Venla tai Jussi laittaa mukanaan maastoon tuomansa geelipussit juomapaikoille varattuihin roskakoreihin tai tuo taskussaan mukanaan kilpailukeskukseen hävitettäväksi asianmukaisesti.**

***Ensiapupaikoilta*** saa apua vaivoihinsa. Joka kisassa joudutaan näillä paikoilla paikkailemaan myös varusteita, mihin on ainakin osittain varauduttu. Paikat eivät nykyään ole enää rasteilla vaan rastiväleillä, koska turhan monelta janoiselta unohtui leimaus ja tuli turhia hylkäämisiä. Jos tilanteesi on niin paha, että matka keskeytyy ensiapuun, luovuta karttasi ea-henkilökunnalle. He hoitavat tiedon keskeyttämisestä kilpailukeskukseen ja kuljetuksen pois maastosta.

### ***Erityistilanne***

***Lajisääntöjen mukaan on kilpailija velvollinen auttamaan loukkaantunutta kansakilpailijaa.*** Jos tapaat maastossa loukkaantuneen tai sairastuneen henkilön, huuda toisia kilpailijoita avuksi. Sovitun ja osaamisen mukaan joku antaa tarvittaessa ensiapua ja joku rientää hälyttämään apuvoimia. Varmimmin tiedon saa eteenpäin kilpailukeskuksesta, ea- ja juomapaikoilta sekä tv- ja radiorasteilta tai vakituisesti asutuista taloista. Tavallisilla rasteilla on harvoin kiinteitä rastimiehiä, vaan valvonta suoritetaan kiertävin partioin, joiden löytäminen on sattumanvaraista. Omasta matkapuhelimesta on näissä tilanteissa luonnollisesti iso apu ja sitä saa tottakai hätätilanteessa käyttää.

**Hyvä mieli avunannosta korvannee moninkertaisesti aikahukan.**

### **Vaihto**

Keskus- ja vaihtoalueella on tietokonepäätteitä (kilpailija-/seuranta-/puomipäätteitä), joilla voi kysellä joukkueen numeron näppäilemällä tai omaa emit-korttiaan käyttämällä, millä online-rastilla ja milloin oma joukkue on viimeksi leimannut, jottei mene liian aikaisin vaihtoalueelle värjötteleeseen.

Vaihtoalueelle meno tapahtuu samalla tavalla kuin edellä Lähtöön-kohdassa on kerrottu. Viimeiseltä rastilta (eri osuuksilla voi olla eri ja lähekkäin – tarkista koodi - ole tarkkana) johtaa viitoitus vaihtoon. Yleensä kilpailijat ovat sen ja vaihdon välissä näkyvissä vaihtoalueelle niin, että lähtijä ehtii riisua verryttelyasunsa ja mennä vaihtopuomille joukkueen numeron mukaiseen kohtaan.

Vaihtoontulokarsinoiden jako eri osuuksille ilmenee kilpailuohjeista. Vaihtokarsinan maalipäässä on vaihtoleimaus. Älä unohda sitä, sillä laiminlyönnistä seuraa hylkäys. Tosin Jukolassa järjestäjän



edustajat vaihdossa pyrkivät valvomaan, että jokainen vaihtoleimaa.

Karsinoiden yläpuolella on näyttötaulut, jotka osoittavat kolmelta viimeisimmältä osuudelta tulijan arvosijan, mutta erityisesti uusintalähtöläisten saavuttua sijat eivät täysin päde.

Vaihtoleimauksen jälkeen luovutat kartan toimitsijoille ja jatkat kartoille. Kartat ovat telineissä ja kunkin telineen ja sivun numerokilvet ovat telinejonojen päissä. Otat oman joukkueesi seuraavan osuuden kartan (nostettu ylös joukkueen numeroisesta karttapussista). **Tarkasta kuitenkin AINA, että olet ottanut oikean.** Joka vuosi muutama joukkue tulee hylätyksi väärän kartan ottamisen seurauksena suunnistetun väärän radan takia, vaikka toimitsijat pyrkivät ohjaamaan ja seuraamaan.

Ottamasi kartan viet puomilla odottavalle joukkueesi seuraavan osuuden suunnistajalle. Kartta toimii ”viestikapulana”. Hyvän matkan toivotukset kuuluvat asiaan eikä mahdolliset varoitukset ja/tai neuvotkaan ole kiellettyjä. Puomilla on numerokilvin osoitettu suunnilleen joukkueiden paikat.

Mikäli vaihtoon **saapuva kilpailija** huomaa, että oman joukkueen seuraavan osuuden karttaa ei ole karttatelineessä, tulee asiasta ilmoittaa vaihdon toimitsijalle. Puuttuvasta kartasta ilmoitetaan vaihtopuomilla seuraavan osuuden juoksijalle, joka saa kartan lähtöviitoituksen varrella ennen K-pistettä olevalta varakarttapisteeltä. Tulee kuitenkin muistaa tarkastaa rastimääräruudukon ylimmältä riviltä, että osuus on varmasti oikea.

Jos **lähtevä kilpailija huomaa, että kartta ei ole oikea**, vielä ennen K-pistettä voi kääntyä takaisin vaihtopuomille ja kertoa tilanteen vaihdon toimitsijalle. Tämä noutaa oikean kartan telineestä ja palauttaa virheellisen paikalleen.

Lähtevä kilpailija voi antaa tulleelle verryttelyasunsa teltalle vietäväksi.

Saapunut kilpailija kulkee sitten opastuksen mukaan leimojen tarkastukseen (**emit-purku**). Hän laittaa siellä emit-korttinsa lukulaitteeseen ja saa (toivottavasti) tiedon hyväksymisestä. Mikäli leimauksissa on epäselvyyttä, hänet ohjataan **itkumuurille**. Siellä pyritään selvittämään epäselvyyden aiheuttaja. Mikäli jonkin rastin leimauslaite on sammunut/rikkoutunut, se lienee jo itkumuurin tiedossa. Varmuus oikealla rastilla käynnistä em. tapauksessa tai oman kortin ollessa toimimaton saadaan tarkistusliuskan rei'istä. Siksi sen olemassaolo, kiinnitys kunnolla ja mukana kulku on ensiarvoisen tärkeää.

Emit-purun jälkeen on ea-piste ja saatavilla juotavaa.

Jos kuitenkin on käyty väärällä rastilla, tuloksena on joukkueen hylkäys. Joukkue **voi kuitenkin jatkaa** kilpailunomaisesti viestiä maaliin saakka kuin mitään ei olisi tapahtunut. Hylkäys toteutuu vasta lopputuloksissa, mutta kaikki hyväksytyt osuutensa suorittaneet saavat ajat.

### **Erikoistilanteita:**

- kilpailija saapuu vaihtoon, kun uusintalähtöön on aikaa alle 15 minuuttia tai se on jo tapahtunut: tullut kilpailija ohjataan suoraan leimojen tarkastukseen, ei kartoille
- jos jatkajaa ei näy; kerro toimitsijalle. Hän toimii ohjeitten mukaan
- lähtijä on myöhässä ja edellinen kilpailija on jo poistunut vaihtopuomilta: lähtevä ilmoittautuu vaihdon toimitsijalle. Pommiin nukkuneita löytyy joka vuosi. Aikatappio menee lähtijän piikkiin.

- keskeyttäminen ensiapupaikalla: tieto siitä tulee vaihtopaikan ilmoitustaululle. Joukkue voi jatkaa matkaa, kun seuraavan osuuden kilpailija ilmoittautuu vaihdon toimitsijalle, joka kirjaa lähtöajan tulosta varten
- keskeyttänyt on myös kilpailija, joka ilmoittautuu emit-purussa keskeyttäneeksi. Maastosta tulee mennä suoraan emit-purkuun. Esimerkiksi teltoilla käynti ja/tai kilpailukartan näyttäminen jollekin johtaa koko sen joukkueen (ja mahdollisesti saman "seuran" kaikkien joukkueiden) hylkäämiseen. Keskeytyksestä tulee tiedote vaihtopuomin ilmoitustaulull. Joukkue voi jatkaa samalla tavalla kuin edellä.

### **Maali**

Maaliin tullaan samaa loppuviitoitusta pitkin kuin vaihtoon. **Muista leimata maalissa.** Aika määräytyy maalileimauksen mukaan. Maaliin tulija jatkaa suoraan kartan luovutettuaan leimojen tarkastukseen. Sijanäyttötaulujen osoittama ei täysin päde hylättyjen ja/tai uusintalähtöisten saavuttua, vaan sijoitus ilmenee tulostaululta ja lopullisissa tuloksissa netissä.

**Noudata maalin sulkeutumisaikaa. Maalin sulkeutumisajan jälkeen järjestäjillä on velvollisuus varmistaa, ettei kaikki ovat tulleet pois maastosta. (Jos "sisukas suunnistaja" edelleen jatkaa suoritustaan, niin hänen etsimiseensä käytettävät toimenpiteet voivat olla pois todellisessa hädässä olevalta).**

### **Uusintalähdöt**

Mikäli joukkue ei ole vielä 15 minuuttia ennen ko. viestin ilmoitettua uusintalähtöhetkeä vaihtanut 2. - 7. osuudelle, jäljellä olevat kilpailijat voivat lähteä uusintalähdöissä. Niitä voi olla kaksi, jolloin ankkurit lähtevät kilpailuohjeitten mukaisesti ennen muita

- jokaisella lähtijällä tulee olla emit-kortti
- kilpailijat kirjautuvat sisään normaalisti (ks. Lähtöön) ja menevät verryttelyalueelle, josta he siirtyvät kuulutuksen ohjeitten mukaan karttanelineille, ottavat oman karttansa ja lähtevät kuulutuksen mukaisesti
- joukkueen tulos lasketaan kaikkien kilpailijoiden aikojen yhteenlaskettuna summana.

### **Jälkipeli**

Aamun uusintalähtöjen tapahduttua joukkueille jaetaan ns. kaikki-rastit- sekä kunkin kilpailijan ao. osuuden kartta. Ne saa joukkueittain/seuroittain jos joukkueita on useita materiaalipussissa ollutta korttia vastaan ohjeissa ilmoitettuun aikaan ja paikasta Jos kortti on kadonnut, kartat luovutetaan henkilötunnistusta ja kuittausta vastaan.

Perinteiseen suunnistuskäytäntöön kuuluu kuljetun reitin piirtäminen karttaan ja karttojen säilytys. Karttojen parantuminen lienee vähentänyt aikaisempina vuosikymmeninä varsin runsasta jälkipeliä, kun "seikkailut" ovat vähentyneet, mutta edelleen saunassa ja myöhemmissä tilaisuuksissa käy puheen sorina vilkkaana. Onkin syytä pitää kisan jälkisauna ja puida kokemuksia. Ja tietysti analysoida, mitä tekee seuraavalla kerralla paremmin.

### **Reittihärveli**

Pian kisan jälkeen järjestäjän sivuilla julkaistaan Reittihärveli. Reittihärveliä voi kuka tahansa piirtää kulkemansa reitin ja ennen kaikkea tarkastella, miten muut ovat menneet. Toivoa sopisi, että huiputkin entistä enemmän piirtäisivät reittejään erittäinkin, jos heillä ei ollut järjestäjän GPS-

laitetta. Muut voivat saada oppia. Piirräthän sinäkin.

## **GPS**

Kolmisenkymmentä parhaaksi arvioitua ja muutama kisan kuluessa sellaiseksi valikoitunut joukkue kantaa GPS-seurantalaitetta. Salattavia tietoja paljastamatta GPS-seuranta näytetään kärjen osalta kilpailun kestäessä screenillä ja televisiossa. ~~Se on mahtava lisä lajille.~~ Kilpailun jälkeen kaikkien ko. joukkueiden seurannat ovat koko kilpailun ajalta nähtävissä netissä. Linkki sinne on järjestäjän nettisivulta. Katselussa voi valita haluamansa osuuden, joukkueet jne. erilaisin vaihtoehtoin. Ohjeet löytyvät ao. sivuilta. Reittien katselu ja tilanteiden seuranta on sekä mielenkiintoista että opettavaa. GPS:n myötä suunnistus on tullut syvistä metsistä ihmisten olohuoneisiin ja on todella suosittua katseltavaa.

## **Lopuksi**

Kotimatka raskaan kilpailun ja vähän nukutun yön jälkeen on Jukolan riskialttein osuus! On todella huolella arvioitava oma ajokunto ja jos on pienäkin epäilystä jaksamisesta/valveilla pysymisestä, on otettava muutaman tunnin unet ennen lähtöä.

## **Ole todella varovainen ja harkitse tarkkaa oma ajokuntosi!**

Mukana olevien kotijoukot sekä mukaan lähtöä vielä harkitsevat voivat katsoa molempia viestejä joko televisiosta tai netistä tai kuunnella radiosta. Tavoitteena ovat suorat lähetykset. Pääosin tv-lähetykset seuraavat tietysti voittokamppailuja, jolloin muut joukkueet näkyvät vain sattumalta, mutta kahteentoista tuntiin mahtuu paljon sattumiakin. Lähetysten kanavat ja nettilähetyksen osoite sekä niiden ajat ilmenevät kisan nettisivuilta.

Vuodesta 2010 lähtien Jukola on näkynyt Ylen kanavilla suorina lähetyksinä. Niinpä nekin, jotka ovat tapahtumapaikalla, voivat erikseen tallentamatta seurata jälkikäteen, mitä maastossa ja kisapaikalla tapahtuikaan.

## **Toivon mukaan ensikokemuksesi Jukolan viestistä on myönteinen ja se johtaa jatkuvaan kunnon ylläpitoon sekä henkiseen että fyysiseen hyvinvointiin.**

Lähes kaikki ensikertalaiset tulevat Jukolaan uudelleen ja uudelleen. On jo monia, jotka ovat käyneet yli 50 kertaa. Varo, ettei pikkusormen mukana mene....

## **Lykkyä tykö!**

*Edellä oleva teksti on vapaasti kopioitavissa ja käytettävissä ei-kaupallisiin tarkoituksiin lähdeviitteet säilyttäen. Jos haluat täydentää tai korjata näitä ohjeita tai poistaa jotakin, lähetä sähköpostia juhani.sihvonen (ät) jukola.com. Kiitos!*