



Suunnistuskoulu

Viestiharjoitus 3-henkisin joukkuein

Juoksujärjestys

Ryhmän ohjaaja tekee joukkueet ja määrittelee juoksujärjestyksen. Joukkueet tehdään ryhmien sisällä. Jos juoksijoita ei ole tasalukua, katsotaan mihin ryhmään tehdään lisäjoukkueet, kuka juoksee kaksi osuutta tai millä osuudella on kaksi viestinviejää.

Numerot

Joukkueella on kaksi numeroa: valkoinen ja keltainen. Numerot alkavat ykkösestä. Tiitäisille/Pikkuvasoille on varattu numerot 31:sta eteenpäin. Ensimmäisen ja kolmannen osuuden viestinviejän numero on keltainen ja toisen osuuden numero on valkoinen. Keltainen numero vaihdetaan heti 1. osuuden suunnistajan tultua vaihtoon 3. osuuden juoksijalle. Osassa numeroita ei ole hakaneuloja siksi pitää tuoda omat hakaneulat. Niitä on kyllä saatavilla jonkin verran. Harjoituksen lopuksi numerot kerätään pois.

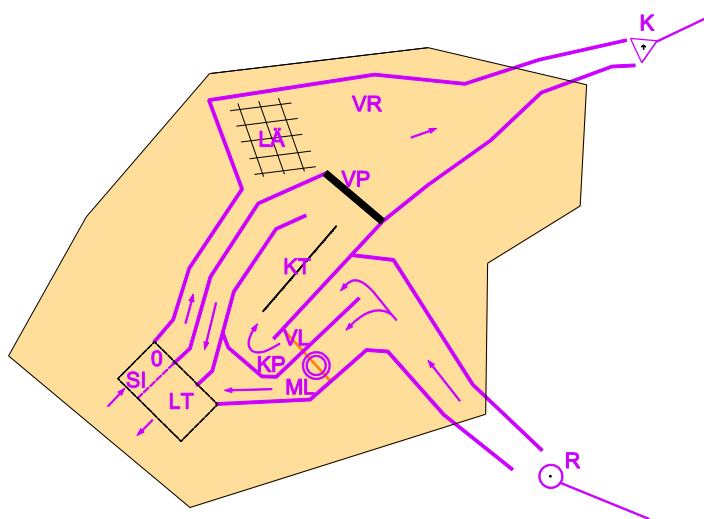
Lähtö

Joukkueen ensimmäinen viestinviejä asettuu lähtöön (LÄ) jonne kilpailijat ohjataan.

Viestinviejän jalan alle asetetaan rintanumeroa ja osuutta vastaava numeroitu kartta. Esim. joukkueen 42 ensimmäisen osuuden juoksijan kartassa on 42-1. Karttaan ei saa koskea ennen kun saa luvan.

Oikeassa viestissä kilpailijat siirtyvät lähtöön sisäänkirjautumisen (SI) kautta ja nollaavat Emit-korttinsa (0) valvotusti siellä. Tässä harjoituksessa Emit-kortit nollataan kuitenkin 2 minuuttia ennen lähtöä lähellä olevalla nollaus-leimasimella. Kilpailujen harjoituksen pääratamestari antaa lähtökäskyn seuraavasti. 15 sekuntia ennen lähtöä "Karttoihin voi ottaa otteen", ja laskee 5, 4, 3, 2, 1 ja lähtö!

HUOM! Kaikkien on juostava K-pisteelle (K) mistä suunnistus alkaa. Viestissä pitää aina juosta K:lle. K-pisteen kautta juoksemista valvotaan.



- SI Sisäänkirjautuminen
- 0 Emitin nollaus
- LT Leimantarkistus
- LÄ Lähtö
- VR Verryttelyalue
- VP Vaihtopuomi
- K K-piste
- KT Karttateline
- KP Karttojen poiskerääminen
- VL Vaihtoleimaus
- ML Maalileimaus
- R Viimeinen rasti



Suunnistuskoulu

Muu viestin kulku ja vaihdot

Toisen osuuden viestinviejät menevät heti lähdön tapahduttua vaihtoalueelle (verryttelyalue) (**VR**), joka merkitty narulla jossa lappuja joissa lukee "vaihtopuomi vaihtoalue"

Tässä narun takan "vaihtopuomilla" (**VP**) suunnistaja odottaa ensimmäisen osuuden viestinviejää.

Viestinviejä tulee maastosta ja juoksee ohjattua viitoitusta viimeiseltä rastilta (**R**) vaihtoon. Hän suorittaa vaihtoleimauksen (**VL**) ja luovuttaa oman karttansa viestitoimihenkilölle (**KP**) ennen kuin juoksee karttatelineelle (**KT**) josta ottaa omaa rintanumeronsa vastaavan 2. osuuden kartan ja antaa sen oman joukkueensa viestin jatkajalle (Tarkista numero!) vaihtopuomilla (**VP**).

Ensimmäisen osuuden juoksija luovuttaa heti rintanumeronsa 3. osuuden suunnistajalle eli ankkurille. Tämän jälkeen voi ottaa oman suorituksensa ajan Emit-printterillä (**LT**) ja tarkastaa leimansa.

Toisen osuuden viestinviejä lähtee suunnistusosuudelleen. Tässä harjoituksessa hän nollaa lähtiessään Emit-korttinsa ja juoksee K-pisteelle (**K**), josta alkaa suorittaa suunnistusosuuttaan.

Suunnistettuaan reittinsä hän toimii kuin ensimmäisen osuudenkin suunnistaja. Hän suorittaa vaihtoleimauksen (**VL**) ja luovuttaa karttansa (**KP**) ja antaa 3. osuuden viestinviejälle karttansa karttatelineeltä (**KT**) (ole tarkka numeroissa). Hän luovuttaa numeronsa joukkueenjohtajalle ja ottaa Emit-tulosteensa (**LT**).

Kolmannen osuuden viestinviejä (jolla on keltainen numero) menee heti numeron saatuaan odottamaan omaa viestinviejäänsä "vaihtopuomin" taakse verryttelyalueelle (**VR**). Saatuaan karttansa, nollaa lähtiessään korttinsa (vain harjoituksessa) ja juoksee K:lle (**K**) ja aloittaa oman suunnistustehtävänsä. Viimeiseltä rastilta (**R**) ankkurit juoksevat maaliin ja luovuttavat karttansa (**KP**) kuten edellä. Ankkuri antaa numeronsa joukkueenjohtajalle ja ottaa aikansa (**LT**)

Kartat jaetaan viestiharjoituksen jälkeen takaisin, mutta rintanumerot kerätään pois.

Yhteislähtö

Jos viesti venyy, niin tehdään yhteislähtö. Yhteislähdössä kaikki juoksemattomat joukkueiden jäsenet kutsutaan karttatelineelle (**KT**). He asettuvat karttansa kohdalle nollaavat korttinsa (tässä harjoituksessa) ja luvan saatuaan ottavat kartoistaan kiinni 15 sekuntia ennen starttia ja pääratamestari antaa starttiluvan laskemalla 5, 4, 3, 2, 1 ja lähtö (kuten viestin aloituksessa).

Muuta toimintaa

Isoissa viesteissä voivat oman joukkueen viestinviejät olla viimeisen rastin tuntumassa odottamassa joukkueen ankkuria ja juoksevat sitten yhdessä maaliin seuralippujen kanssa tuulettaen. Meillä on seuralippuja tähän tarkoitukseen, että tätäkin voidaan harjoitella.

Tässä viestinankkurin saatossa pitää olla tarkkana, jos tulee kirikamppailu, että muut suunnistajat eivät saa olla häiritsemässä tätä tapahtumaa!!

Ohjaajakartat

Näissä harjoituksissa jaetaan ennen starttia myös saattajille/ohjaajille osuuskartat. Kartassa ovat kaikki rastit koodinumeroineen. Kartta luovutetaan vaihdossa seuraavan osuuden saattajalle/ohjaajalle.

Tsemppiä viestiharjoitukseen.