

TERWAMARATON, HUOLTOPAIKKASUUNNITELMA


<u>HUOLTOPISTE:</u>	<u>ryhmä/osasto (vahvuus)</u>	<u>tarve (~klo)</u>	<u>kokonaisvahvuus</u>
1.Laanilan koulu ~3.5/14.1/24.6/35 km	Pohjan Veikot (10)	10:00-16:00	10+2
2.Koivuranta ~6,7/17.2/27.7/38.2 km	Fröökynät (10)	10:15-16:30	10+2
3.Stadion,takasuora ~10.6/21.1/31.6 km	Suunnistajat (10)	10:30-15:30	10+2
Maali 42.2 km	Julmaset (10)	10:00-17:00	10+1

HUOM! Jokaisella pisteellä 1-2 henkilöä Koskelankylän Riennosta. (pisteiden etäisyydet Maratonin startista)

Juoksureittien virallinen mittaus suoritetaan toukokuussa 2024



Huom! Viimeisen juoksijan perässä pyöräilee huomioliivinen turvallisuuspäällikkömme, jonka ohitettua huoltopisteen voi sen purkamisen alkaa.

 = Huoltopiste / Drink station

EA = Ensiapu piste / First Aid

1. Huoltopiste, Laanilan koulu, miehitystarve ~2+10, ~klo 10.30 – 16.00

JUOKSIJOITA:

- Maraton 1. kierros ~klo 11.10 – 11.30 (~ 200 kpl)
- Kymppi ~klo 11.20 – 11.45 (~ 400)
- Maraton 2. kierros ~klo 11.50 – 12.50 (~ 200)
- Maraton 3. kierros ~klo 12.30 – 14.20 (~ 200)
- Maraton 4. kierros ~klo 13.10 – 15.40 (~ 200)
- ½-maraton 1.kierros ~klo 13.25 - 13.50 (~750)
- ½-maraton 2.kierros ~klo 14.05 - 15.35 (~750)

TEHTÄVÄT:

- Pöydät (1 + 2 + 2 + 2 kpl) ja roskikset paikoilleen
- Tarjottavat pöydille klo 11.00 mennessä
-> 1. urheilujuoma, 2. banaanit, rusinat, suolakurkut, 3. vesi
- Tarjottavien jatkuva täydennys
- Yksi henkilö hoitaa ja valvoo "Omat juomat" -pöytää
- Viimeisen juoksijan perässä keltaliivinen pyöräilijä
- Lopuksi
 - kaksi henkilöä siivoavat reitin seuraavalle huoltopisteelle saakka.
 - pöydät pinoon, loppusiivous, roskien vienti kisakeskuksen lavalle ja ylijäämä materiaalit Ynnin autotallivarastoon

Huom! Viimeisen juoksijan perässä pyöräilee huomioliivinen turvallisuus-päällikkömme, jonka ohitettua huoltopisteen voi sen purkamisen alkaa.

Huoltopisteen hygieniaohjeistus:

Noudata hyvää käsi- ja yskimishygieniaa, huoltopisteellä on käsidesipumppupulloja. Elintarvikkeita (juomat, suolakurkut, banaanit, rusinat) käsitellessä käytä vinylhanskoja, joita löytyy huoltopisteeltä.

MSP tuo pöydät ja wc:n huoltopisteelle pe-iltana ja noutaa ne sieltä pois la-iltana.

Koskelankylän Riento tuo muut tarvikkeet ja materiaalit huoltopisteelle la-aamuna ja palauttaa ne Ynnin autotallivarastoon la-iltana.

- - - - - = juoksureitti

● = roskis

■ = omat juomat

■ = urheilujuoma pahvimukeista

■ = banaanit, rusinat, suolakurkut

■ = vesi muovimukeista



= veden noutopiste
(sisätiloista letkulla)

2. Huoltopiste, Koivuranta, miehitystarve ~2+10, ~klo 10:30 – 16.30



TEHTÄVÄT:

- Pöydät (1 + 2 + 2 + 2 kpl) ja roskikset paikoilleen
- Tarjottavat pöydille klo 11.15 mennessä
-> 1. urheilujuoma, 2. banaanit, rusinat, suolakurkut 3. vesi
- Tarjottavien jatkuva täydennys
- Yksi henkilö hoitaa ja valvoo "Omat juomat" -pöytää
- Viimeisen juoksijan perässä keltaliivinen pyöräilijä
- Lopuksi
 - kaksi henkilöä siivoavat reitin seuraavalle huoltopisteelle saakka.
 - pöydät pinoon, loppusiivous, roskien vienti kisakeskuksen lavalle ja ylijäämä materiaalit Ynnin autotallivarastoon

Huom! Viimeisen juoksijan perässä pyöräilee huomioliivinen turvallisuuspäällikkömme, jonka ohitettua huoltopisteen voi sen purkamisen alkaa.

MSP tuo pöydät ja wc:n huoltopisteelle peiltilana ja noutaa ne sieltä pois la-iltana.

Koskelankylän Riento tuo muut tarvikkeet ja materiaalit huoltopisteelle la-aamuna ja palauttaa ne Ynnin autotallivarastoon la-iltana.

JUOKSIJOITA:

- Maraton 1. kierros ~klo 11.25 – 11.55 (~ 200 kpl)
- Kymppi ~klo 11.30 – 12.15 (~ 400)
- Maraton 2. kierros ~klo 12.05 – 13.20 (~ 200)
- Maraton 3. kierros ~klo 12.40 – 14.40 (~ 200)
- Maraton 4. kierros ~klo 13.20 – 16.10 (~ 200)
- ½-maraton 1.kierros ~klo 13.40 - 14.20 (~750)
- ½-maraton 2.kierros ~klo 14.15 - 16.10 (~750)

Huoltopisteen hygieniaohjeistus:

Noudata hyvää käsi- ja yskimishygieniaa, huoltopisteellä on käsidesipumppupulloja. Elintarvikkeita (juomat, suolakurkut, banaanit, rusinat) käsitellessä käytä vinyylihanskoja, joita löytyy huoltopisteeltä.

--- = juoksureitti

● = roskis

■ = omat juomat

■ = urheilujuoma pahvimukeista

■ = banaanit, rusinat, suolakurkut

■ = vesi muovimukeista

★ = veden noutopiste
(sisätiloista letkulla)

TEHTÄVÄT:

- Pöydät (1 + 2 + 2 + 2 kpl) ja roskikset paikoilleen
 - Tarjottavat pöydille klo 11.30 mennessä
-> 1. urheilujuoma, 2. banaanit, rusinat, suolakurkut 3. vesi
 - Tarjottavien jatkuva täydennys
 - Kaksi henkilöä ojentee energiageelejä
 - Yksi henkilö hoitaa ja valvoo "Omat juomat" –pöytää
 - Kaksi henkilöä hoitaa "urheilujuoma" –pöytää
 - Kaksi henkilöä hoitaa "banaani" –pöytää
 - Kaksi henkilöä hoitaa "vesi" –pöytää
 - Maratonin 4. kierrokselle pääsee klo 15:20 asti.
- f. Lopuksi
- kaksi henkilöä siivoavat reitin seuraavalle huoltopisteelle saakka.
 - pöydät pinoon, loppusiivous, roskien vienti kisakeskuksen lavalle ja ylijäämä materiaalit Ynnin autotallivarastoon.

Huoltopisteen hygieniaohjeistus:

Noudata hyvää käsi- ja yskimishygieniaa, huoltopisteellä on käsidesipumppupulloja. Elintarvikkeita (juomat, suolakurkut, banaanit, rusinat) käsitellessä käytä vinyylhanskoja, joita löytyy huoltopisteeltä.

Huom! Huoltopisteen voi purkaa sen jälkeen, kun viimeinen maratoonari lähtee neljännelle kierrokselle (noin klo 15:20).

Pöydät (4 kpl): Nouto stadionilta (maalialue).
MSP tuo wc:n huoltopisteelle pe-iltana ja noutaa sen sieltä pois la-iltana.
Koskelankylän Riento tuo muut tarvikkeet ja materiaalit huoltopisteelle la-aamuna ja palauttaa ne Ynnin autotallivarastoon la-iltana.

MARATONIN 2., 3., 4. KIERROKSELLE ½-MARATONIN 2. KIERROKSELLE

JUOKSIJOITA:

- Maraton 2. kierros ~klo 11.40 – 12.25 (~ 200 kpl)
- Maraton 3. kierros ~klo 12.20 – 13.50 (~ 200)
- Maraton 4. kierros ~klo 12.55 – 15.15 (~ 200)
- ½-maraton 2.kierros ~klo 13.50 - 15.15 (~750)

--- = reitti, maraton 2. kierrokselle

● = Squeezy-geeli jakopaikka/maraton 2. kierros

● = roskis

■ = omat juomat

■ = urheilujuoma pahvimukeista

■ = banaanit, rusinat, suolakurkut

■ = vesi muovimukeista

★ = veden noutopiste (letkulla)



Kisakeskuksen aluesuunnitelma / MAALIN HUOLTO

 iky
24

Lähdöt:

Klo 11.00 - 42.2 km

Klo 11.10 - 10km

Klo 11.20 - 5km

Klo 13.15 - 21.1km

 5km
10km
21.1km
42.2km

Kakkien matkojen lähtöpaikat tulevat sijaitsemaan Kuusisaarella tai sen välittömässä läheisyydessä. Tarkat paikat määritetään virallisen reitinmittauksen yhteydessä toukokuun 2024 alussa.

Huoltopisteen hygieniaohjeistus:

Noudata hyvää käsi- ja yskimishygieniaa, huoltopisteellä on käsidesipumppupulloja. Elintarvikkeita (juomat, suolakurkut, banaanit, rusinat) käsitellessä käytä vinylhanskoja, joita löytyy huoltopisteeltä.

MSP tuo pöydät ja wc:n stadionille perjantaina ja noutaa ne sieltä pois la-iltana.

Koskelankylän Riento tuo muut tarvikkeet ja materiaalit huoltopisteelle la-aamuna ja palauttaa ne Ynnin autotallivarastoon la-iltana.

OUKA -yleisen alueen käyttöluva 564-2024-36

- = varustesäilytys 5 x 15
- = palkintotelta 3 x 6
- = maalinhuolto 4 x 12
- = tulospalveluvaunu
- = kuulutusvaunu, lähtö
- Kahvi = OBB kisakioski/makkaramyynti
- EA = ensiapu/SPR + 4x 8
- = vesipiste
- = Sweco-telttä
- = WC:t
- ★ = vesipiste



Maraton: 2.-, 3.- ja 4. kierros
Puolimaraton: 2. kierros

Maratonin 4. kierrokselle ja ½-maratonin toiselle kierrokselle pääsee klo 15.20 asti

MAALIIN

Polkupyörät

 Roska-
lava

HUOLTO varustesäilytys

EA

Kahvi

WC






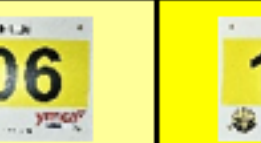

~5km maalin tulo ~klo 11.35 – 12.15

10km maalin tulo ~klo 11.45 – 13.00


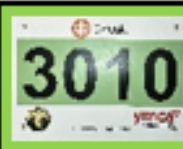






42.2km maalin tulo ~klo 13.35 – 17.00

21.1km maalin tulo ~klo 14.30 – 17.00

Kärkijuoksijoiden ennakoitu aikataulu:

																	
		Vitonen [5km]	Kymppi [10km]	1/2-maraton 1.kierros		1/2-maraton 2.kierros		Maraton 1.kierros		Maraton 2.kierros		Maraton 3.kierros		Maraton 4.kierros			
		kello	kello	km	kello	km	kello	km	kello	km	kello	km	kello	km	kello	Huoltopiste	
0	km	11:20:00	11:10:00	0	13:15:00	-	-	0	11:00:00	-	-	-	-	-	-		
1	km	11:23:30	11:13:20	1	13:18:30	11	13:53:34	1	11:03:40	11	11:40:24	22	12:20:49	32	12:57:33		
2	km	11:27:00	11:16:40	2	13:22:01	12	13:57:05	2	11:07:21	12	11:44:05	23	12:24:29	33	13:01:13		
3	km	11:30:30	11:20:00	3	13:25:31	13	14:00:35	3	11:11:01	13	11:47:45	24	12:28:10	34	13:04:54		
3,2	km	-	11:20:40	3,4	13:26:55	14,0	14:04:06	3,5	11:12:51	14,1	11:51:48	24,6	12:30:22	35,0	13:08:34	1.Laanilan koulu	
4	km	11:34:00	11:23:20	4	13:29:02	15	14:07:36	4	11:14:42	15	11:55:06	25	12:31:50	35	13:08:34		
5	km	11:37:30	11:26:40	5	13:32:32	16	14:11:06	5	11:18:22	16	11:58:46	26	12:35:30	36	13:12:14		
6	km	-	11:30:00	6	13:36:02	17	14:14:37	6	11:22:02	17	12:02:27	27	12:39:11	37	13:15:55		
6,0	km	-	11:30:00	6,6	13:38:09	17,1	14:14:58	6,7	11:24:37	17,2	12:03:11	27,7	12:41:45	38,2	13:20:19	2.Koivuranta	
7	km	-	11:33:20	7	13:39:33	18	14:18:07	7	11:25:43	18	12:06:07	28	12:42:51	39	13:23:16		
8	km	-	11:36:40	8	13:43:03	19	14:21:38	8	11:29:23	19	12:09:48	29	12:46:32	40	13:26:56		
9	km	-	11:40:00	9	13:46:34	20	14:25:08	9	11:33:04	20	12:13:28	30	12:50:12	41	13:30:36		
10	km	-	11:43:20	10	13:50:04	21	14:28:38	10	11:36:44	21	12:17:08	31	12:53:52	42	13:34:17		
-	-	-	-	10,5	13:51:49	21	14:28:38	10,6	11:38:56	21,1	12:17:30	31,6	12:56:05	42,0	13:34:17	3.Raatin stadion	
MAALI		11:37:30	11:43:20	-	-	21,1	14:28:59	-	-	-	-	-	-	42,2	13:35:01	4. MAALI	

Peräpään juoksijoiden ennakoitu aikataulu:

																	
		Vitonen [5km]	Kymppi [10km]	Puoli- maraton 1.kierros		Puoli- maraton 2.kierros		Maraton 1.kierros		Maraton 2.kierros		Maraton 3.kierros		Maraton 4.kierros			
		kello	kello	km	kello	km	kello	km	kello	km	kello	km	kello	km	kello	Huoltopiste	
0	km	11:20:00	11:10:00	0	13:15:00	-	-	0	11:00:00	-	-	-	-	-	-		
1	km	11:32:00	11:21:00	1	13:25:00	11	15:05:00	1	11:08:03	11	12:28:33	22	13:57:06	32	15:17:36		
2	km	11:44:00	11:32:00	2	13:35:00	12	15:15:00	2	11:16:06	12	12:36:36	23	14:05:09	33	15:25:39		
3	km	11:56:00	11:43:00	3	13:45:00	13	15:25:00	3	11:24:09	13	12:44:39	24	14:13:12	34	15:33:42		
3,2	km	-	11:45:12	3,4	13:49:00	14,0	15:35:00	3,5	11:28:10	14,1	12:53:30	24,6	14:18:02	35,0	15:41:45	1.Laanilan koulu	
4	km	12:08:00	11:54:00	4	13:55:00	15	15:45:00	4	11:32:12	15	13:00:45	25	14:21:15	35	15:41:45		
5	km	12:20:00	12:05:00	5	14:05:00	16	15:55:00	5	11:40:15	16	13:08:48	26	14:29:18	36	15:49:48		
6	km	-	12:16:00	6	14:15:00	17	16:05:00	6	11:48:18	17	13:16:51	27	14:37:21	37	15:57:51		
6,0	km	-	12:16:00	6,6	14:21:00	17,1	16:06:00	6,7	11:53:56	17,2	13:18:28	27,7	14:42:59	38,2	16:07:31	2.Koivuranta	
7	km	-	12:27:00	7	14:25:00	18	16:15:00	7	11:56:21	18	13:24:54	28	14:45:24	39	16:13:57		
8	km	-	12:38:00	8	14:35:00	19	16:25:00	8	12:04:24	19	13:32:57	29	14:53:27	40	16:22:00		
9	km	-	12:49:00	9	14:45:00	20	16:35:00	9	12:12:27	20	13:41:00	30	15:01:30	41	16:30:03		
10	km	-	13:00:00	10	14:55:00	21	16:45:00	10	12:20:30	21	13:49:03	31	15:09:33	42	16:38:06		
-	-	-	-	10,5	15:00:00	21	16:45:00	10,6	12:25:20	21,1	13:49:51	31,6	15:14:23	42,0	16:38:06	3.Raatin stadion	
10,0	km	12:20:00	13:00:00	-	-	21,1	16:46:00	-	-	-	-	-	-	42,2	16:39:43	4. MAALI	