

PORKKALA TRAIL 10.4.2022



ALUSTAVAT TAPAHTUMAOHJEET (2.4.) Lopulliset ohjeet näkyvät kisapaikalla.

Paikka: Hilan leirikeskus, Saarentie 50, Kirkkonummi
Opastus alkaa Hilan tieltä.

Paikoitus:

Paikoitus tapahtuu leirikeskuksen alueella järjestäjien opastuksen mukaan. Runsasluminen talvi teettää hieman haasteita paikoituksen kanssa ja paikoitustilaa on rajallisesti.

Suosikaa kimppakyytejä (myös ympäristöystistä), paikoittakaa tiiviisti ja noudattakaa järjestäjien opastusta. Kiitos.

Vinkki: Sovi kaverin kanssa tapaaminen esim. Kirkkonummen Prisman p-paikalla ja jatkakaa siitä yhdellä autolla kisapaikalle – luonto ja lompakko kiittävät!

Numeroiden nouto: Infosta kisapaikalla, jossa myös mahdollisuus jälki-ilmoittautumiseen (maksu käteinen, mobilepay tai liikuntasetelit).

Pukeutumistilat ja pesu:

Naiset: päärakennuksessa pukeutumistiloja sekä kaksi suihkua.
Miehet: Saunarakennus, jossa pukeutumistilaa ja neljä suihkua.

WC:

Päärakennuksesta löytyy 4kpl ja saunarakennuksesta 1kpl.

Buffetti:

Päärakennuksesta löytyy buffetti, josta saa mm. kahvia ja pientä purtavaa (maksu käteinen tai mobilepay).

Huom! Ei nastakengillä sisätiloihin. Kiitos.

Juoksun lähtö:

14km juoksijat lähtevät matkaan klo 11.00 ja 8km juoksijat klo 11:05.

Vapaavalintainen asettuminen lähtöviivalle (kiireisemmät eteen ja nautiskelijat taakse 😊)
Seuratkaa kuulutuksen ohjeita.

Ajanotto: Numerolapussa on mukana chip ajanottoa varten.

Chippiä/numeroa ei tarvitse palauttaa juoksun jälkeen.

Tulokset tulevat online (linkki julkaistaan myöhemmin www.porkkalatrail.fi sivulla)

Reittikuvaus ja opasteet:

Polkujuoksureitti on merkitty maastoon valkoisin muovinauhoin, sekä "Porkkala Trail" opaskilvin.

Reitin alku- ja loppuosa juostaan ns. menopaluuna. Pitempi reitti kiertää Linlon saaren lenkin kahteen kertaan. P-paikalta on Linlon sillalle matkaa n. 1,5km.

Reitin alku- ja loppuosalla on muutamien paikoin hieman hankalampi maaston osuus, mutta maltilla näistäkin selviää 😊.

Korkeuseroja reitillä on vain kohtuullisesti, kaksi isompaa mäkeä ja muuten on aika tasaista. Noudatetaan erityistä varovaisuutta satama-alueelle menevän tien ylityksessä sekä Linlon saaren kävelysillalla, jossa kulkee muitakin ulkoilijoita.

Mantereen puolella on vielä paikoitellen lunta (tilanne 2.4.), mutta mitä etelämmäksi mennään niin lumimäärä vähenee ja saaren eteläkärki on käytännössä jo lumeton.

Lopullinen reitin merkkäus tapahtuu vasta 9.4. jolloin voidaan tehdä vielä hienosäätöä reittiin.

Kenkäsuositus: koska pohjoisrinteiden poluilla on todennäköisesti vielä paikoitellen jäätä tapahtumapäivänä, suosittelemme nastakenkien käyttöä.

Nautitaan reitistä ja kunnioitetaan myös muita maastossa liikkuvia!



Juomapiste reitillä:

Reitillä on yksi juomapiste n. 6km kohdalla (sekä n. 11km kohdalla pitkän radalla) jossa on tarjolla vettä sekä urheilujuomaa. Juoma tarjoillaan mukeissa. Tyhjätkin mikit tarjottuun roskapussiin. Kiitos.

Palkinnot:

Sarjojen parhaat palkitaan, sekä kaikkien maaliin tulleiden kesken arvomme palkintoja.

Säännöt:

Kilpailun säännöt perustuvat [polkujuoksijan etikettiin](#).

Ensiapu:

Haavojen puhdistus yms. päärakennuksessa.

Lähin terveyskeskuksen päivystys: Kirkkonummen terveysasema, Virkatie 1.

Päivystyksen puh: 116117. Vakavissa tapauksissa soita heti 112.

Osallistujia ei ole vakuutettu järjestäjän toimesta, vaan jokainen on itse vastuussa omasta vakuutusosuustaan.

Valokuvaus:

Kilpailijoita saatetaan valokuvata ja videoita järjestäjien toimesta tapahtuman aikana. Järjestäjällä on oikeus käyttää ko. materiaalia tapahtuman markkinoinnissa.

Osallistumisoikeuden siirto:

Osallistumisoikeuden voi siirtää toiselle henkilölle kuluitta 5.4.2022 asti. Tämän jälkeen tehdyistä muutoksista veloitamme 10€ toimistomaksun.

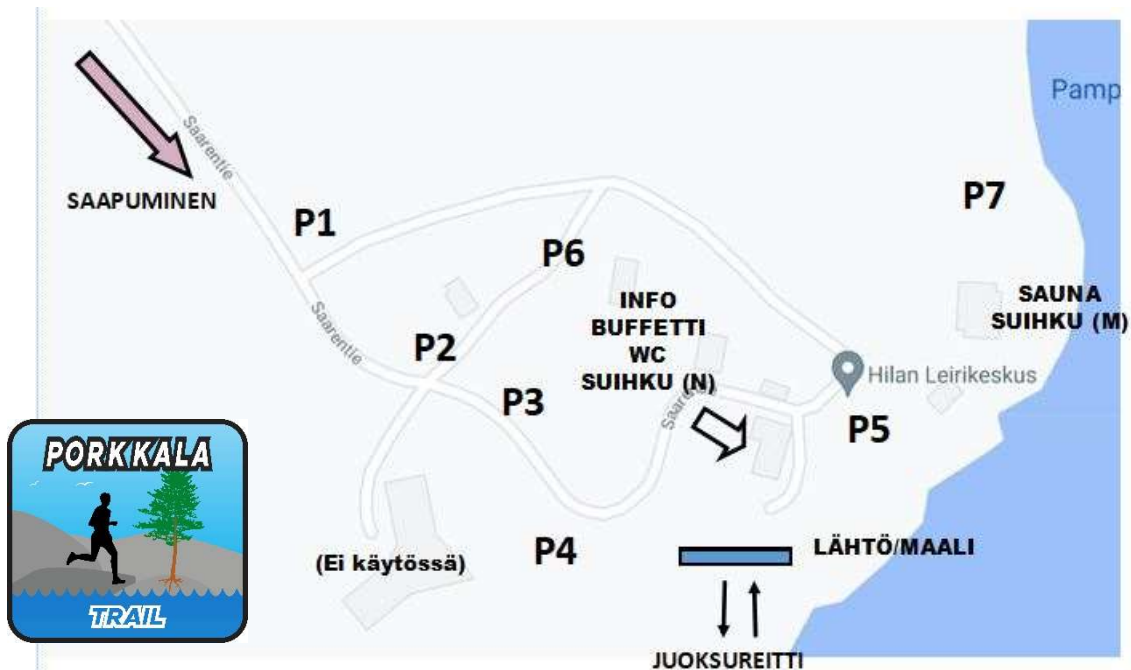
Lääkärintodistusta vastaan juoksijan osallistumisoikeus voidaan siirtää seuraavalle vuodelle.

Lääkärintodistus on toimitettava ennen juoksua info@pwt.fi

Yhteystiedot

Kilpailun johtaja: Simo Sukselainen 045-6797940, e-mail: info@pwt.fi

NAUTINNOLLISTA POLKULENKKIÄ!



Tapahtumakeskuksen kartta. (Reittikartta omana liitteenä)