

KOPPARNÄS COAST TRAIL 2021

Kopparnäs Coast Trail 2021 – ENNAKKO-OHJE

Ensi lauantaina juostaan III Kopparnäs Coast Trail ja sinä olet mukana, hienoa!

Tässä muutama tärkeä asia, jotka kannattaa huomioida ajoissa, jotta Kopparnäs-kokemuksestasi tulee mahdollisimman mukava. Välitä ohjeet myös heille, joiden ilmoittautumisessa käytettiin sinun sähköpostiosoitettasi.

Katso kattavammat kilpailuohjeet netistä: <https://coasttrail.run/2021/kilpailuohjeet> Jos ohjeisiin tulee muutoksia, ne merkitään selvästi sivun alkuun. Kannattaakin vilkaista ohjeita vielä lauantaina aamulla ennen lähtöä.

Saapuminen

Kisapaikalle pääsee tieltä 51 (Hangontie) kääntymällä Degerbyn kohdalta etelään Kopparnäsintielle. Kun sitä on ajettu 4,5 km, käännytään vasemmalle Råbergintielle. Pysäköinti on pellolla osoitteessa Råbergintie 106, Inkoo.

Pysäköinnistä on noin 2,3 kilometrin kävelymatka kilpailukeskukseen. Muista varata riittävästi aikaa tähän siirtymiseen.

Reittiä ei ole viitoitettu, etteivät merkinnät sekoittuisi juoksureitin merkintöihin. Käytä alla olevaa karttaa tai avaa tästä kartta kännykän selaimeen: <https://bit.ly/KCT2021kisakeskukseen>



Alle 5-vuotiaiden lasten kanssa paikalle saapuvat voivat tilata sähköpostilla metsareitti@gmail.com lipun, jolla pääsee pysäköimään 0,8 kilometrin päähän kilpailukeskuksesta. Lippuja on rajoitettu määrä, ja ne jaetaan ilmoittautumisjärjestyksessä.

Tie rannan parkkipaikalle on kapea ja helposti pölysevä, joten ajathan hiljaa, ettei jalankulkijoiden tarvitse niellä pölyä.

Kisapaikka

Tapahtuma järjestetään kokonaan maasto-olosuhteissa. Kilpailukeskuksessa ei ole sähköä eikä sisätiloja, eikä sinne pääse autolla. Varaudu sekä helteeseen että sateeseen. Ota mukaan riittävästi vettä, sillä kilpailukeskuksessa ei ole vesipistettä. Maaliintulijoille tarjotaan toki juotavaa.

Varusteille ei ole vartioitua säilytystilaa, mutta kampeet voi jättää kisatoimiston lähellä olevalle nauhoin rajatulle alueelle. Älä ota mukaan arvotavaroita äläkä paljon rahaa.

Pandemia ei ole vielä ohi. Pyydämme siksi, että käytät maskia ainakin ilmoittautuessasi ja lähtöpaikalla. Lähdön jälkeen on rosiksia, johon maskin voi heittää. Ota mukaan maski myös kisan jälkeistä aikaa varten.

Ukuit

Ukuit on suomalainen uniikkeja, erityisesti ulkoilmaihmisille tarkoitettuja merinovillavaatteita valmistava yhden naisen yritys. Kisakeskuksessa on Ukuitin piste, jossa voi tutustua vaatteisiin ja ostaa niitä.

Ukuitin myyntipisteellä voi maksaa pankkikortilla ja MobilePayllä.

Naisten 20 km:n kilpailun voittaja palkitaan vapaavalintaisella Ukuit-tuotteella, ja myös kakkonen sekä 8 km:n voittaja saavat Ukuit-lahjakortin.

Juoksuvarusteista

Ota mukaan omat hakaneulat tai numerolappuvyö numeron kiinnittämistä varten. Varsinkin 20 km:n juoksijoiden kannattaa ottaa juomavyö tai -reppu.

Lähtö

Lähtöalueelle ryhmittäydytään parin metrin välein oleviin riveihin. Ajanotto käynnistyy vasta lähtöviivaa ylitettäessä, joten viivalle voi siirtyä rauhassa.

20 km ryhmä 1 lähtee klo 11:00. Lähtöalueelle aletaan siirtyä pari minuuttia aikaisemmin. 20 km ryhmä 2 lähtee klo 11:03 ja ryhmä 3 klo 11:06.

8 km:n juoksijat lähtevät maastoon klo 12:10 päinvastaiseen suuntaan kuin 20 km:n juoksijat.

Pidä lähdössä maskia. Sen voi heittää roskikseen lähdön jälkeen.

Ajanotto

Muista juosta punamustan ajanottomaton päältä, kun lähdet, kun tulet uudestaan lähtöalueelle (20 km:n juoksijat), maaston väliaikapisteellä ja kun tulet maaliin. Näin varmistat, että saat sekä loppuajat että väliajat.

Reitti

Reitit ovat käytännössä samat kuin viimeksi. Saat päivitetyn reittikartan kisapaikalta ja lisäämme kartan nettiin lähipäivinä. Sitä ennen voi tutustua vuoden 2019 reittikarttaan: <https://coasttrail.run/2019/reitti>

Tervetuloa Kopparnäsin kallioille!

Jone

Jouni Junkkaala
Kilpailunjohtaja
Kopparnäs Coast Trail
040 342 4493

