

HelTri Cup ja KIITOTIE SM-Duathlon, 2025 kilpailuohjeet ja reittiselosteet



HelTri Cup – Duathlon	3
Ilmoittautuminen	3
Malmin lentokenttä	3
Saapuminen kisapaikalle	3
Startit ja aikataulut	5
Kilpailunumero & chip	5
Säännöt	5
Kilpailureitti	5
Pyöräilyn peesikielto	5
Keskeyttäminen	6
Kilpailijan vastuut	6
Arvoesineet	6
Helsingin osakilpailu – MALMIN LENTOKENTTÄ.....	7
Lähtöaika ja – paikka	7
Juoksu 1	7
T1 eli ”juoksu-pyörä” vaihto	9
Pyöräily	10
Pyöräilyreitin kuvaus	10
T2 eli ”pyörä – juoksu” vaihto	13
Juoksu 2	14
Palkinnot ja tulokset	17
Poistuminen kisapaikalta	17
Valokuvaaminen	17
Tervetuloa seuraavaan kilpailuun!	17

HelTri Cup – Duathlon

KIITORATA- duathlon on pikamatkan kilpailu. Kisatahtumana vuonna 2025 on:

Duathlon SM avoin ja AG-sarjat, Nuorten sarjat, HelTri cup eli kuntosarja

La 10.5.2025 Malmin lentokenttä

Aikuiset	U13 ja U15
• juoksu n. 5,0 km	n. 1,5 km
• pyöräily n. 20 km	n. 7 km
• juoksu n. 2,5 km	n. 0,8 km

Ennakoilmoittautuminen on pakollinen. Näitä sääntöjä käytetään soveltuvin osin myös muissa HelTri Cupin osakilpailuissa.

Ilmoittautuminen

Kilpailijan tulee ilmoittautua ennakkoon osoitteessa <https://www.webscorer.com/HelsinkiTriathlon>. Jälki-ilmoittautuminen kilpailupaikalla ei ole mahdollista.

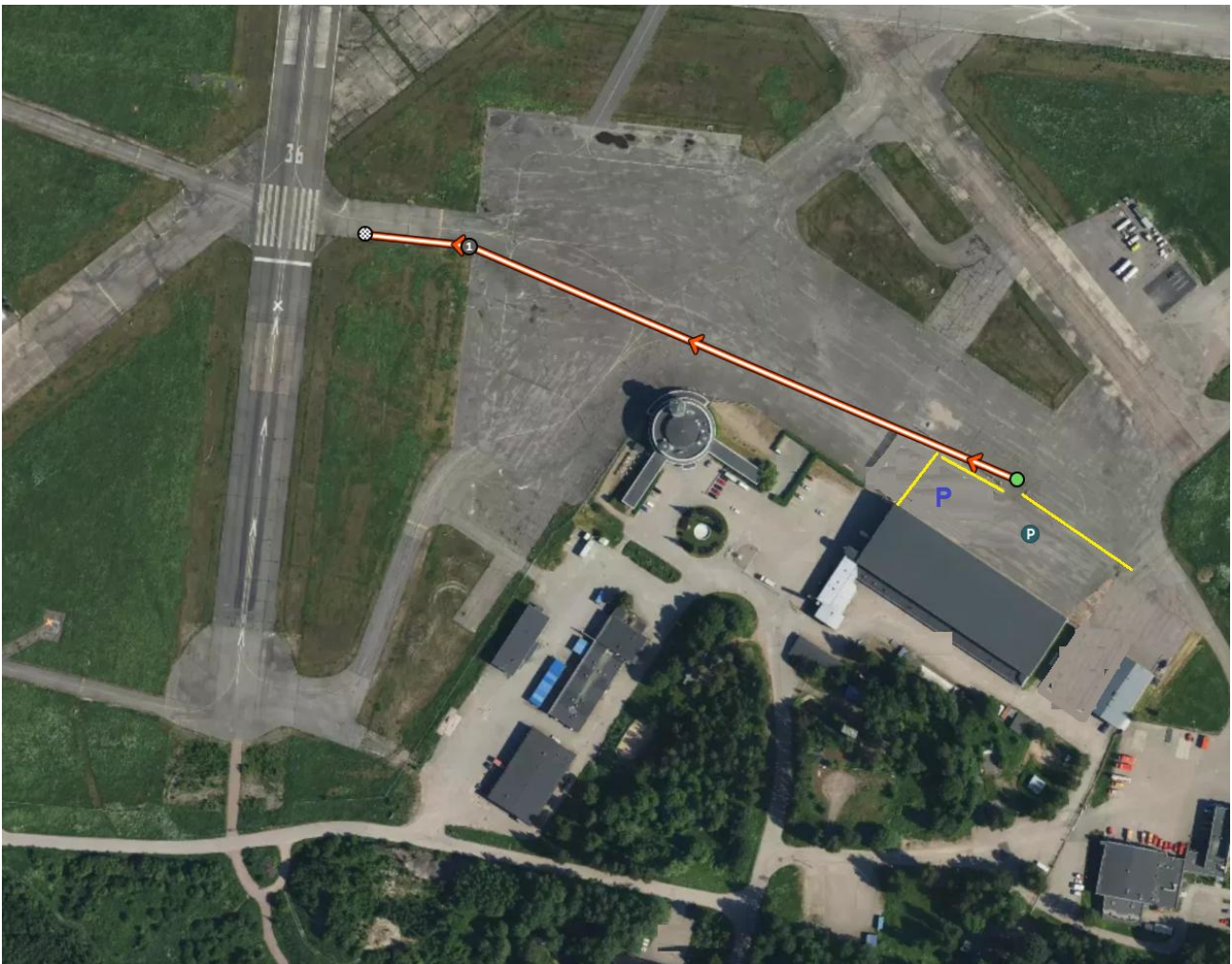
Malmin lentokenttä

Kilpailualueena toimii historiallinen lentokenttäalue, jossa lentotoiminta päättyi 2021. Helsingin kaupunki on avannut alueen asukkaiden ulkoilu- ja virkistyskäyttöön, joskin alueella rakennetaan uutta kaupunginosaa seuraavat 10 vuotta. Kenttäalue on suljettu yleiseltä autoliikenteeltä, mutta alueella olevan Malmin pelastusaseman hälytysajoneuvot käyttävät sitä oikoreittinä. Kilpailun aikana pelastusliikenne menee muita reittejä. Lintujen pesintäaikana huhti-heinäkuussa nurmialueella liikkuminen on kielletty. Kenttäaluetta kiertävä ulkoilureitti on kaupunkilaisten ympärivuotisessa käytössä. Kisan aikana jalankulkijat pyritään ohjaamaan muualle. Kiitoteillä on kookkaita betoniesteitä, joita kisan ajaksi on siirretty pyöräreitiltä. Paikoitellen pyöräreitti sivuaa niitä läheltä, joten niiden kanssa on syytä olla varovainen.

Saapuminen kisapaikalle

- **Pysäköinti.** Malmin kentän osoite on Malmin Lentoaseman aukio 6. Saavuttaessa autolla, seurataan P-kylttejä ”Ulkoilureitti P” Autojen pysäköinti tapahtuu ison hangaarin eteen aidatulle P-paikalle kenttäalueelle. Toimitsijat ohjeistavat pysäköimään tiiviisti.
- **Rekisteröityminen.** P-alueelta siirrytään pyörän ja kilpailuvarusteiden kanssa rekisteröintiteltalle pyörää taluttaen. Kisakeskus on eroteltu kisareitistä nauhoilla. Rekisteröintiteltalla kirjataan saapuneeksi ja luovutetaan merkkaukset, chippi & kiinnitysnauha ja numeroliivi.
- **Vaihtoalueelle siirtyminen.** Rekisteröitymisen jälkeen odotetaan jonotusalueella, kunnes toimitsija antaa luvan viedä tarvikkeet vaihtoalueelle. Saapujat varmistuvat, että eivät häiritse meneillään olevaa kilpalähtöä.
- **WC-tilat.** Kentällä ei ole käytettävissä kiinteitä vessaa. Vessa-asiointia varten paikalla on bajamajat sijoitettuna rekisteröintiteltan ja vaihtoalueen läheisyyteen.

- **Juomavesi ja huolto.** Terminaalirakennus on tapahtuman aikana suljettuna. Kaupunki ei pysty tarjoamaan kenttäalueelle vesijohtovettä. Kilpailijat tuovat kisa-aikaisen ja jälkeisen juotavan mukanaan. Tapahtuman järjestäjä pyrkii tuomaan paikalle vettä. Paikalla ei ole kiinteää kahvilaa. Paikalle pyritään saamaan väliaikainen kahvilatelta. Paikalla ei ole suihkumahdollisuutta, mutta läheiseen Malmin uimahalliin on 3 km.



Kuva 1. Kilpailijoiden saapumisreitti P-paikalta rekisteröitymään ja vaihtoalueelle.

Startit ja aikataulut

La 10.5.2025 kisapäivä etenee seuraavalla aikataululla

klo 7:30 Kisakanslia avautuu
klo 9:00 SM-Avoim startti miehet, peesivapaa
klo 9:02 SM-Avoim startti naiset, peesivapaa
klo 11:00 SM-AG ikäryhmät startti miehet
klo 11:02 SM-AG ikäryhmät startti naiset
klo 14:00 SM nuoret U13/U15, peesivapaa
klo 14:00 Heltri Cup nuoret U13/U15
klo 15:00 HelTri Cup eli kuntosarja miehet
klo 15:02 HelTri Cup eli kuntosarja naiset

Starttien aikana reitillä liikkuminen on kiellettyä. Reitteihin on mahdollista tutustua ennakkoon paikan päällä ennen tapahtumaa.

Kilpailunumero & chip

Kilpailijat saavat ilmoittautumisen yhteydessä pyörään ja kypäran kiinnitettävät numerotarrat, **numeroliivin** sekä ajanottoa varten **nilkkaan kiinnitettävän chipin**. Numeroliivi ja chippi on oltava päällä koko kisan ajan, muuten kilpailijalle aikaa ei pystytä varmistamaan.

- numeroliivi ja chippi kuuluu pukea valmiiksi ennen starttia
- Tuotaessa tarvikkeet vaihtopaikalle, tarroitettu pyörä ja kypärä tarkistetaan, varmistetaan jarrujen toiminta ja pyörien sääntöjen mukaisuus eli peesivapaiden lähtöjen aerotangot.
- kilpailija huolehtii siitä, että luovuttaa chipin ja numeroliivin toimitsijoille kilpailun päätyttyä

Kadonneesta numeroliivistä veloitetaan 40 €. Kadonneesta chipistä veloitetaan 70 €.

Säännöt

SM-kilpailulähdöissä noudatetaan Suomen Triathlonliiton kaudelle 2025-26 uudistunutta säännöstöä, joka löytyy <https://www.triathlon.fi/tapahtumat2/saannot>. Yhteenveto muuttuneista kohdista löytyy <https://www.triathlon.fi/uutiset/uudet-kilpailusaannot-on-julkaistu>. Tutustu sääntöihin huolellisesti. Sen sijaan HelTri-cup-lähdössä noudatetaan tässä ohjeessa kuvattuja sääntöjä. Ristiriitaisissa kohdissa noudatetaan liiton sääntöjä. Triathlonliiton tuomari valvoo SM-lähtöjä.

Kilpailureitti

Kilpailureitti on kuvattu tässä ohjeessa. Jos tilanne vaatii, niin kilpailun järjestäjä voi kuitenkin muuttaa suunniteltua reittiä. Mahdollisista muutoksista tiedotetaan ennen kilpailun alkua.

Pyöräilyn peesikielto

Peesikielto on voimassa AG-kilpailuissa ja Heltri cup kuntosarjassa. Peesikieltoalue on 3 m sivusuuntaan ja 12 m edellä ajavan takapyörän takareunasta takana ajavan etupyörän etureunaan, uusien sääntöjen mukaisesti. Kilpailijan ohitus katsotaan tapahtuneeksi, kun ohittavan etupyörän taso ylittää ohitettavan vastaavan tason.

Ohituksen jälkeen ohitetun on 30 metrin matkalla jättäydyttävä 12 metrin päähän ohittajan takapyörän reunasta. Jättäytymisen aikana ajolinjan muuttaminen vasemmalle katsotaan peesaukseksi.

Kilpailija varmistaa ohituksen turvallisuuden, ennen kuin aloittaa edellä ajavan kilpailijan (kilpailijoiden) ohituksen. Kilpailijan on ohitettava edellä ajava ajoryhmä koko sen matkalta ja vasta lopuksi siirryttävä ajoväylällä radan oikeaan laitaan. Ohituksen tulee olla vauhdiltaan kokoaikaisesti eteenpäin vievää ja nopeampaa, kuin ohitettavien. Ohitettavan ajoryhmän väliin siirtyminen on kielletty. Tästä sääntörikkomuksesta (=peesirikkomus) seuraamuksena on peesirangaistus.

Rinnakkain ajaminen on kielletty ja se tulkitaan peesaukseksi.

Kilpailureitti on suljettu muulta moottoriajoneuvoliikenteeltä. Kuitenkin peesikieltomatka muihin ajoneuvoihin on 35 m. Huomio!

Keskeyttäminen

Jos kilpailija keskeyttää, on hän aina **velvollinen ilmoittamaan tästä kilpailun toimitsijoille**. Toimitsija kirjaavat keskeytyksen.

Kilpailijan vastuut

Jokainen kilpailija **OSALLISTUU kilpailuun OMALLA VASTUULLAAN** ja huolehtii omasta vakuutusturvastaan osallistuessaan kilpailuun. Huomattavaa on, että juoksureittiä ja muuta kilpailualueetta ei ole täysin suljettu, vaan **alue on kaupunkilaisten yleisessä ulkoilukäytössä**. Huomioi siis muut reitillä liikkuvat ihmiset. **Lisäksi pyöräilyosuudella on kiinnitettävä erityishuomiota varovaisuuteen ja tarkkavaisuuteen**. Jokainen on velvollinen **noudattamaan kilpailusääntöjä** sekä kilpailujärjestäjän asettamien **liikenteenohjaajien antamia käskyjä**.

Kilpailijoilla on myös **velvollisuus pysähtyä** kisan aikana **auttamaan** kiireellistä apua tarvitsevaa toista kilpailijaa. Kilpailunjohtaja voi hyvittää auttamiseen kuluneen ajan kilpailijan loppuajasta.

Järjestäjä pyrkii varmistamaan turvallisuuden omalta osaltaan. Tapahtumasta on tehty turvallisuussuunnitelma. Tapahtumalla on kaupungin poliisilta saatu lupa. Järjestäjillä on mukanaan ensiapulaukku sekä viestiväline hätäkeskukseen.

Kilpailureitillä saattaa ajaa pelastusajoneuvoja. Pelastusajoneuvoilla on **etuajo-oikeus**. Kilpailija on velvollinen väistämään pelastusajoneuvoja ja antamaan niille vapaan reitin.

Arvoesineet

Arvoesineet kannattaa säilyttää omassa autossa tai muussa lukollisessa tilassa. Helsinki Triathlon ry **ei voi ottaa vastuuta** vaihtoalueella säilytettävistä varusteista tai teltaan kilpailun ajaksi jätetyistä varusteista tai tavaroista.

Helsingin osakilpailu – MALMIN LENTOKENTTÄ

Lähtöaika ja -paikka

Kilpailut järjestetään Malmin lentokentän kiitoradalla ja huoltotiellä sekä kenttää kiertävällä ulkoilureitillä.

Vaihtoalueena käytetään kiitoradan merkittyä aluetta. Jokainen kilpailija asettaa kilpailuvarusteensa järjestäjän osoittamalle paikalle siten, että ne eivät häiritse muita osallistujia.

Kilpailupaikalla on hyvä olla viimeistään 60 minuuttia ennen kilpailun alkua kilpailun järjestäjän tiedotustilaisuutta ja lähtövalmisteluja varten.

Juoksu 1

Juoksureitti on **edestakaisin juostava lenkki**. Lähtö tapahtuu viivalta kiitoratojen risteyskohdasta. Tapahtumajohtaja päättää tarkan lähtöpaikan tapauskohtaisesti.

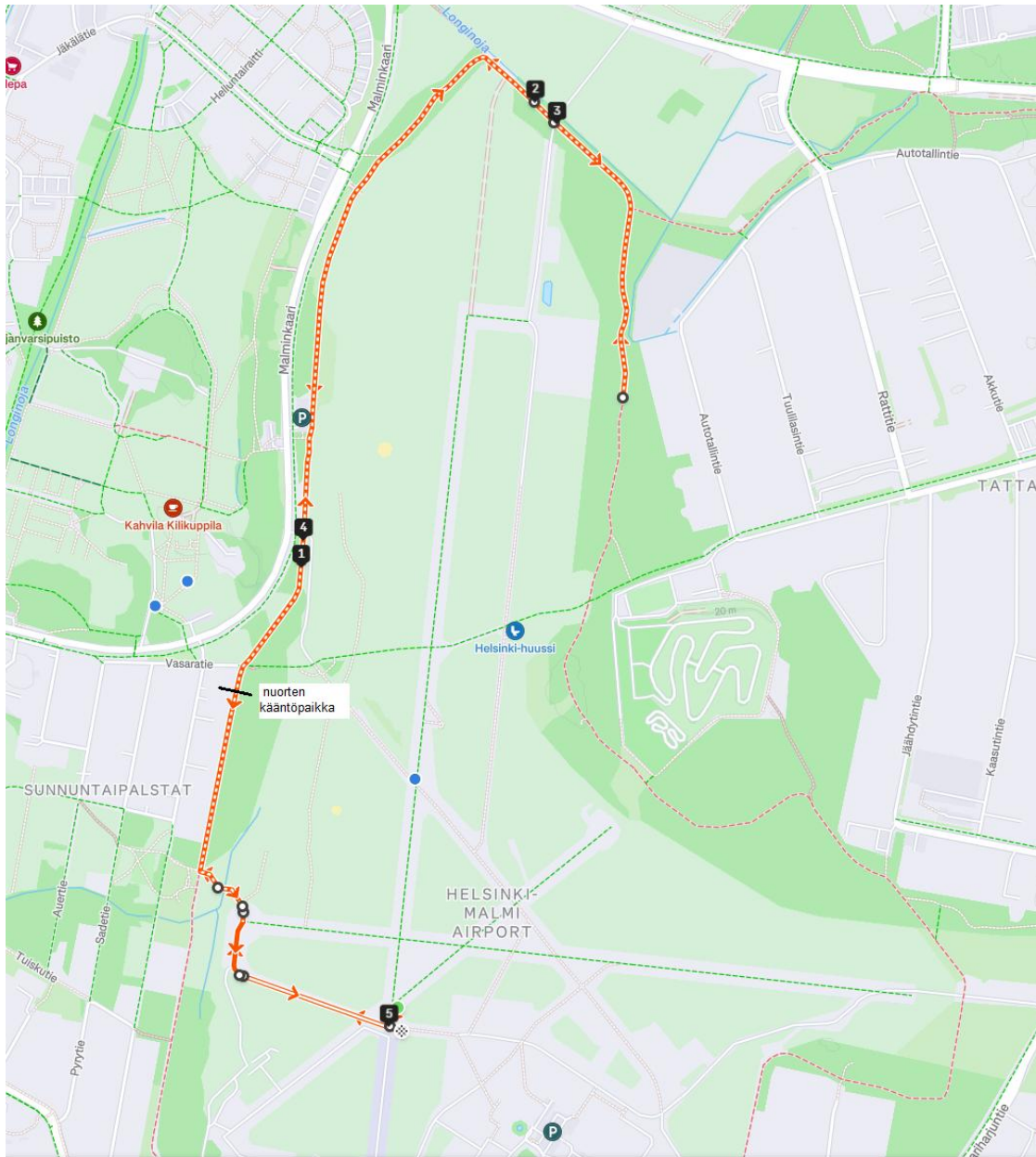
Ensimmäisessä juoksuosuudessa seurataan kiitoradan reunaa asfaltilla juosten ulkoilureittiä kohti. Kiitoradan päässä käännytään vasemmalle hiekkapohjaiselle reitille ja juostaan portista ulos oikealle ulkoilureittiä seuraamaan. Juoksussa pysytään reitin oikealla laidalla, jolloin kohtaamistilanteessa kapeissa kohdissa ei tule törmäysvaaraa.

Aikuisilla noin 2,1 km kohdalla ulkoilureitin risteyksessä kaarretaan oikealle eli pysytään lentokenttäaluetta kiertävällä reitillä. Noin 2,5 km kohdalla tehdään U-käännös valvotussa paikassa.

Nuorilla Noin 0,7 km kohdalla tehdään U-käännös valvotussa paikassa.

Juoksu palaa tulosuuntaan samaa reittiä. Portin kohdalla käännytään lentokenttäalueelle ja juostaan takaisin kiitotielle.

Juoksu 1 päättyy kiitoradan vaihtoalueelle T1.



Kuva 2. Ensimmäinen Juoksureitti

T1 eli "juoksu-pyörä" vaihto

Vaihtoalue on kiitoradan pään välittömässä läheisyydessä kiitotiellä niin, että vaihtoalueen ja nurmen väliin jää riittävä juoksuväylä sen ohittamiseen startti/maalisuoralla. Vaihtoalueelta poistutaan pyörän kanssa pohjoista kohti.

Kilpailija taluttaa pyöränsä mount-viivalle asti, jonka ylitettyään **pyöräilyn saa aloittaa**. Pyörän kanssa poljetaan avoimelle kiitorata-alueelle reittiä seuraamaan.



Kuva 3. Vaihtoalue T1

Pyöräily

Aikuisilla pyöräosuus koostuu **neljään (4) kertaan** ajettavasta 5 km mittaisesta lenkistä. Nuorilla pyöräosuus koostuu **kahteen (2) kertaan** ajettavasta 3,5 km mittaisesta lenkistä. Reitti kiertää kiitoratoja vastapäivään.

Pyöräilyssä on käytettävä kypärää. Kypärän hihna on oltava kiinni, kun kilpailija koskettaa pyöräänsä.

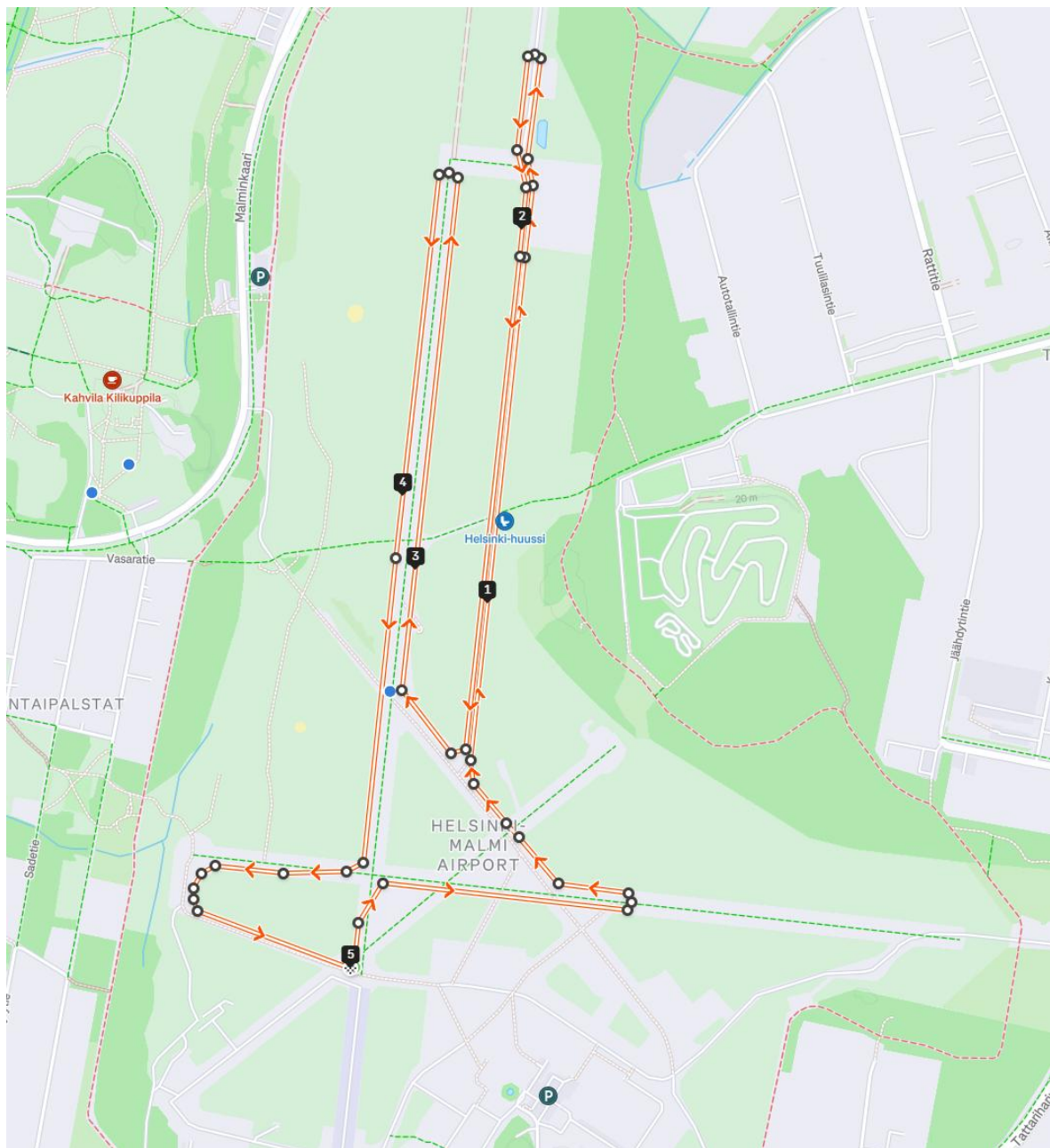
Pyöräilyssä on käytössä ns. **peesikielto, jota valvotan**. SM-avoimessa ja nuorten sarjoissa peesausta ei ole kielletty. Peesikieltoalue on 3 x 12 metriä. Matka mitataan edellä ajavan takapyörästä takana-ajavan etupyörään. Kilpailijan ohitus katsotaan tapahtuneeksi, kun ohittavan etupyörätaso ylittää ohitettavan vastaavan tason.

Rinnakkain ajo on kielletty. Ohitetun tulee jättäytyä 12 m etäisyydelle ohittajasta. Jättäytymisen aikana ajolinjan muuttaminen vasemmalle katsotaan peesaukseksi. **Peesikieltomatka muihin ajoneuvoihin on 35 m.**

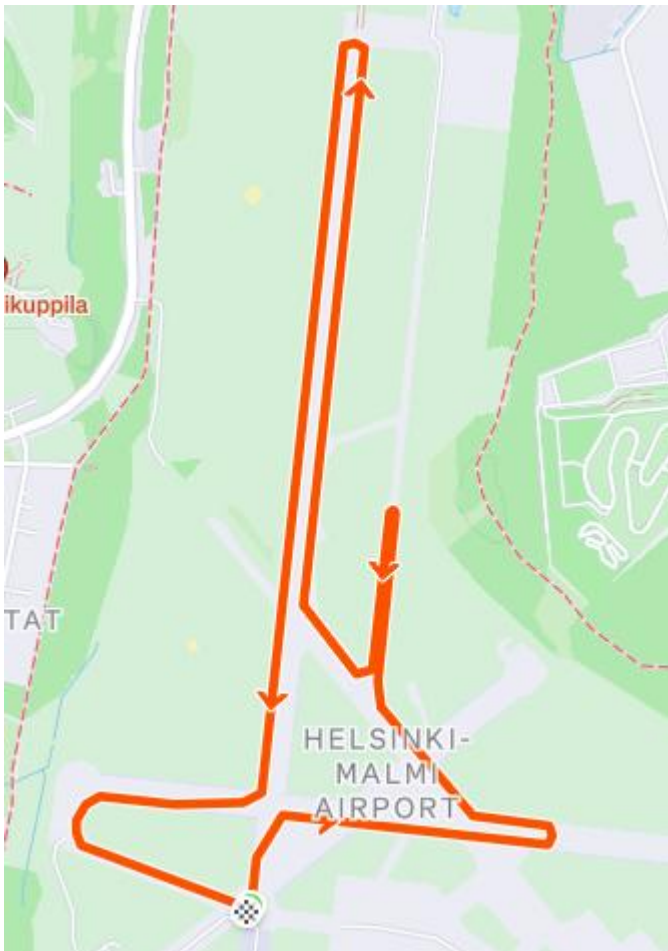
Liikenteenohjaajat sekä tapahtumajohtaja voivat antaa havaitusta peesaamisesta 30 sekunnin aikasakon. Järjestäjä varaa itselleen oikeuden hylätä suoritus, jos peesikieltosääntöä rikotaan.

Pyöräilyreitien kuvaus

Reitti kulkee kenttäalueen kiitoratoja ja huoltotietä. Pyöräilyssä pysytään pääosin oikeassa laidassa kiitorataa, paitsi vaihtoalueen kohdalla pysytän vasemmalla.



Kuva 4. Aikuisten pyöräilyreitti, 4 x 5 km

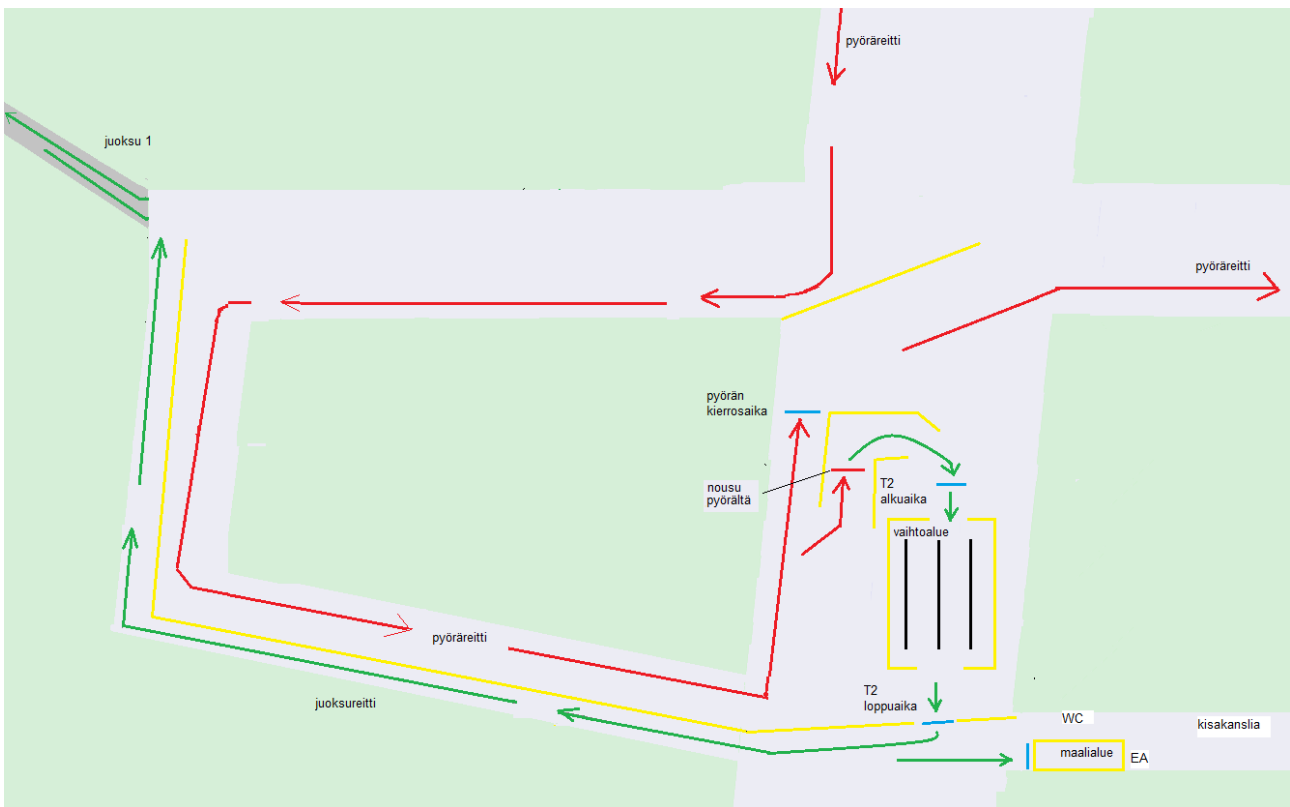


Kuva 5. Nuorten pyöräreitti, 2 x 3,5 km

T2 eli ”pyörä - juoksu” vaihto

Vaihtoon tullaan pyöräilyn neljännen kierroksen loputtua. Kilpailijat huolehtivat itse kierrosten tai kuluneen matkan laskemisesta. Kierrosajanotolla lopuksi varmistetaan, että on ajettu oikea matka. Vaihtoon tullaan kääntymällä maalin vierestä loivasti oikealle seuraten kylttiä ”Vaihtoon”. **Nouse alas pyörän päältä, ennen kuin ylität valvottua dismount-viivaa.** Viivan ylittämistä pyörän päällä seuraa aikasakko. Vaihtoaluetta kohti matka jatkuu **pyörää taluttaen kaartaen** U-käännöksessä oikealle. Kilpailijan on **huomioitava muut liikkujat** saapuessaan vaihtoalueelle. Noudata varovaisuutta ja huomioi turvallisuus!

Kilpailija laittaa pyöränsä itse parkkiin vaihtoalueelle tankoon roikkumaan ja lähtee sen jälkeen juoksuosuudelle. Pyörä ja kypärä jätetään paikalleen siten, että ne eivät häiritse muiden kanssakilpailijoiden etenemistä alueella.



Kuva 6. Pyöräilystä paluu, vaihto T2. Taluta pyörää punaisen viivan jälkeen

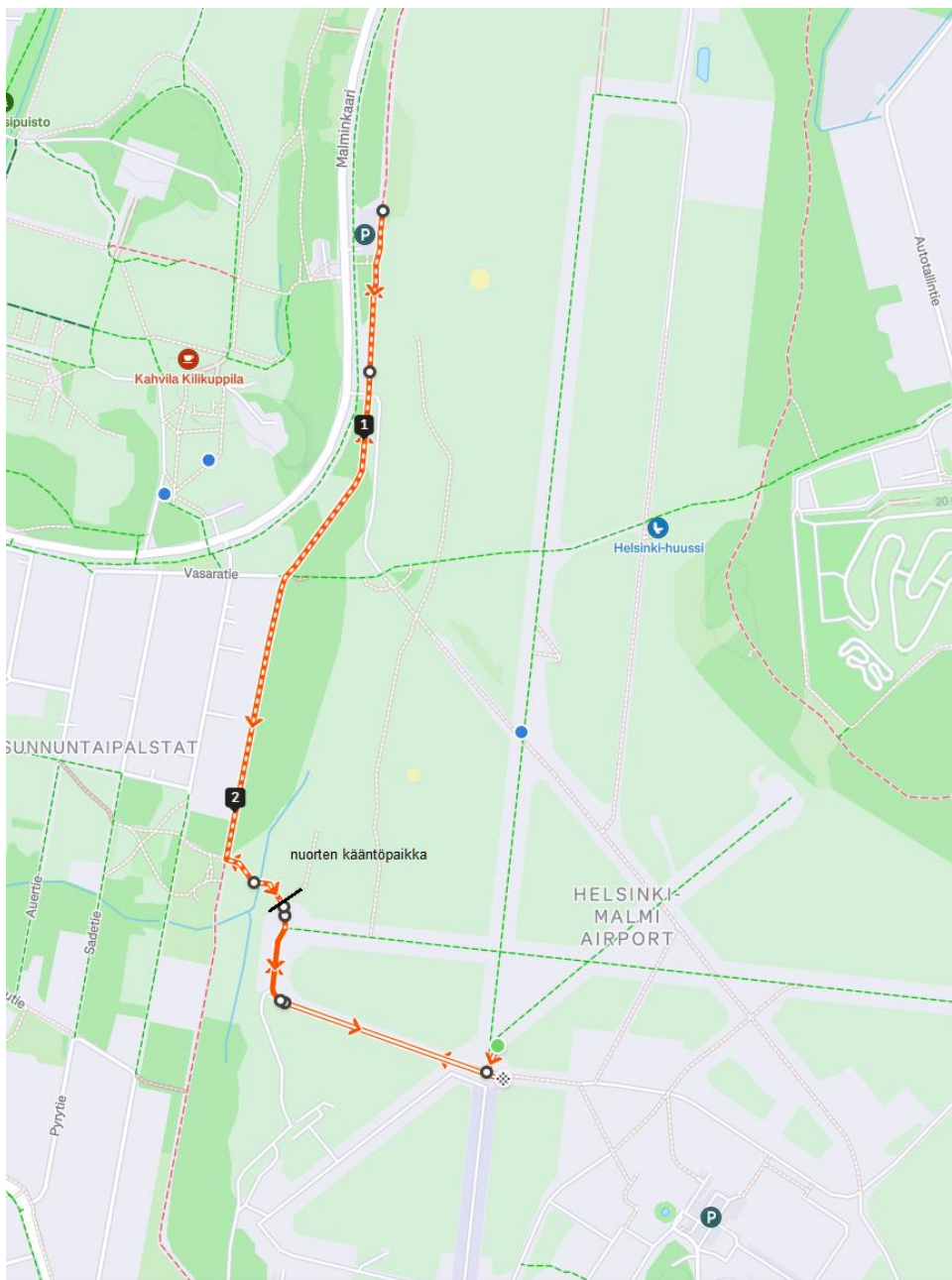
Juoksu 2

Juoksureitti on **edestakaisin juostava lenkki**. Toisessa juoksuosuudessa seurataan samaa reittiä ykkösjuoksun kanssa. Kiitoradan päässä käännetään hiekkapohjaiselle reitille ja juostaan portista ulos oikealle ulkoilureittiä seuraamaan. Juoksussa pysytään reitin oikealla laidalla, jolloin kohtaamistilanteessa kapeissa kohdissa ei tule törmäysvaaraa.

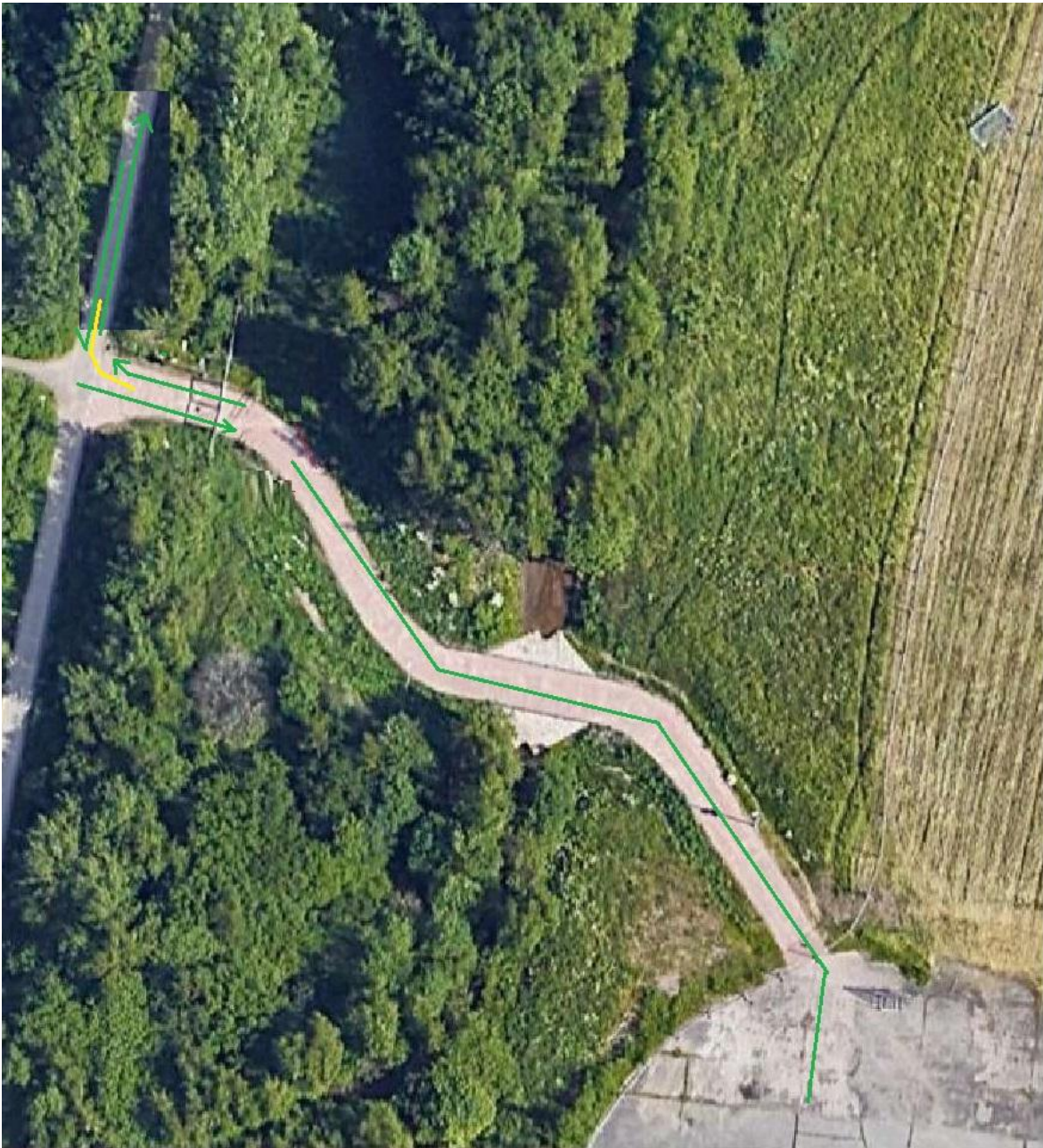
Aikuiset. Noin 1,25 km kohdalla tehdään U-käännös valvotussa paikassa.

Nuoret. Noin 0,4 km kohdalla tehdään U-käännös valvotussa paikassa. Nuorten jälkimmäinen juoksureitti on kenttäalueella kokonaisuudessaan.

Juoksu palaa tulosuuntaan samaa reittiä. Portin kohdalla käännetään lentokenttäalueelle ja juostaan takaisin kiitotielle pysyen oikeassa reunassa, ohitetaan vaihtoalue oikealta ja juostaan maaliin. Maali on samassa paikassa kuin lähtö.



Kuva 7. Toiselle juoksuosuudelle lähtö T2 alueelta ajanottolinjan kautta käntöpaikalle ja paluu johtaa maaliin.



Kuva 8. Mutkassa pysytään oikealla

Aikuisten 2. juoksussa on huomioitava kapea ja tiukka mutka kenttäalueen ja ulkoreitin risteyksessä. Yhteentörmäyksen välttämiseksi, kakkosjuoksussa tässä kohtaa vastaantulijat on erotettu kartioilla ja muovinauhalla. Juoksijoiden on pysyttävä oikealla. Toimitsija valvoo ja ohjeistaa.

Käännöspaikoille ja maaliin tullessa on tärkeää, että toimitsija ja kamerat näkevät kilpailunumeron eli numeroliivi on oltava päällä koko kisan ajan. Muista palauttaa numeroliivi kisakansliaan kilpailun jälkeen.

Palkinnot ja tulokset

SM-palkintojen jako tapahtuu pian kunkin startin perään tuomarin suorittaman tulosten tarkastuksen jälkeen. Tarkastetut tulokset tulevat näkyviin Helsinki Triathlonin Webscorer sivulle.

Maaliintulon jälkeen

Kilpailija:

- saa nauttia onnistuneesta kisasuorituksesta – mukana oleminen on tärkeämpää kuin voitto
- **palauttaa chipin & kiinnitysnauhan heti maalialueella kilpailujärjestäjille** (palauttamattomasta liivistä tai chipistä veloitetaan 40 €/70 €)
- huolehtii alueen yleisistä järjestysäänneistä myös kotiin lähtiessä
- vie pyörän ja tarvikkeet vaihtoalueelta, heti kun mahdollista. Poistuttaessa tarkastetaan, että numeroliivi vastaa pyöränumeroa
- palauttaa numeroliivin kisakansliaan
- antaa mahdollista palautetta (ruusut ja risut) toimitsijoille jo kisapaikalla
- jää paikalle kannustamaan seuraavia kilpailijoita
- muistaa huolehtia omista varusteistaan kilpailun päätyttyä
- voi halutessaan varmistaa toimitsijoilta maaliintulonsa ajan

Poistuminen kisapaikalta

Poistuessasi kulje samaa reittiä kuin saapuessasi pyörää taluttaen. Varo reitillä olevia kilpailijoita. Kilpailureitille kisan aikana meno on kiellettyä.

Valokuvaaminen

Järjestäjä varaa itselleen oikeuden kuvata kilpailutapahtumaa ja käyttää kuvamateriaalia viestinnässään.

Tervetuloa seuraavaan kilpailuun!

HelTri Cup -osakilpailuiden tiedot, tulokset ja ilmoittautuminen löytyvät seuran nettisivuilta:
<https://heltri.fi/harjoituskilpailut-heltri-cup/>