

HelTri Cup Rykäsy, 2026 kilpailuohjeet ja reittiselosteet



Sisällys

HelTri Cup Rykäsy, 2026 kilpailuohjeet ja reittiselosteet	1
HelTri Cup – Rykäsy #1	3
Ilmoittautuminen.....	3
Kilpailunumero & chip	3
Kilpailureitti	3
Pyöräilyn peesikielto.....	3
Keskeyttäminen	4
Kilpailijan vastuut	4
Arvoesineet.....	4
Vantaan osakilpailut - KUUSIJÄRVI	5
Lähtöaika ja – paikka	5
Uinti	5
T1 eli ”uinti- pyörä” vaihto	6
Pyöräily	7
Pyöräilyreitien kuvaus	8
T2 eli ”pyörä – juoksu” vaihto	9
Juoksu	9
Maaliintulon jälkeen	11
Valokuvaaminen	11
Tervetuloa seuraavaan kilpailuun!	11

HelTri Cup – Rykäsy #1

HelTri Cup triathlonin pikamatkan osakilpailuja kutsutaan Rykäsyiksi. Kisatapahtuma vuonna 2026 on:

Rykäsy#1	su 31.5.2026 Kuusijärvi	9-12 v.	13-16 v.
	<ul style="list-style-type: none">• uinti n. 750 m• pyöräily n. 20 km• juoksu n. 5 km	<ul style="list-style-type: none">• n. 50 m• n. 3 km• n. 1,5 km	<ul style="list-style-type: none">• n. 300 m• n. 6 km• n. 2,5 km

Kilpailujen osallistujamäärä on rajoitettu n. 150 henkilöön. Ennakoilmoittautuminen on pakollinen. Näitä sääntöjä käytetään soveltuvin osin myös muissa HelTri Cupin osakilpailuissa.

Ilmoittautuminen

Kilpailijan tulee ilmoittautua kilpailuihin ennakkoon osoitteessa <https://www.webscorer.com/Helsinki-Triathlon>. Jälki-ilmoittautumiset kilpailupaikalla eivät ole mahdollisia.

Kilpailunumero & chip

Kilpailijat saavat ilmoittautumisen yhteydessä **numeroliivin** sekä ajanottoa varten **nilkkaan kiinnitettävän chipin**.

- numeroliivin voi pukea valmiiksi märkäpuvun alle
- kilpailija huolehtii siitä, että luovuttaa chipin ja numeroliivin toimitsijoille kilpailun päätyttyä

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

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 kaikissa kilpailuissa. Peesikieltoalue on 3 m sivusuuntaan ja 10 m edellä ajavan takapyörän takareunasta takana ajavan etupyörän etureunaan. Kilpailijan ohitus katsotaan tapahtuneeksi, kun ohittavan etupyörän taso ylittää ohitettavan vastaavan tason. Ohituksen jälkeen ohitetun on 30 metrin matkalla jättäydyttävä 10 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.

Peesikieltomatka muihin ajoneuvoihin on 35 m.

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 uimarantaa ja muuta kilpailualueetta ei ole suljettu, vaan **alue on yleisessä käytössä**. Huomioi siis muut rannalla liikkuvat ihmiset. **Lisäksi pyöräilyosuudella on kiinnitettävä erityishuomiota varovaisuuteen ja tarkkavaisuuteen**. Jokainen on velvollinen **noudattamaan liikennesääntöjä** 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.

Arvoesineet

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

Vantaan osakilpailut - KUUSIJÄRVI

Lähtöaika ja - paikka

Kilpailut järjestetään Vantaan Kuusijärven ulkoilualan uimarannalla eri viikonpäivinä.

Vaihtoalueena käytetään uimarannan välitöntä läheisyyttä. Jokainen kilpailija asettaa kilpailuvarusteensa järjestäjän osoittamalle paikalle siten, että ne eivät häiritse muita rannan käyttäjiä.

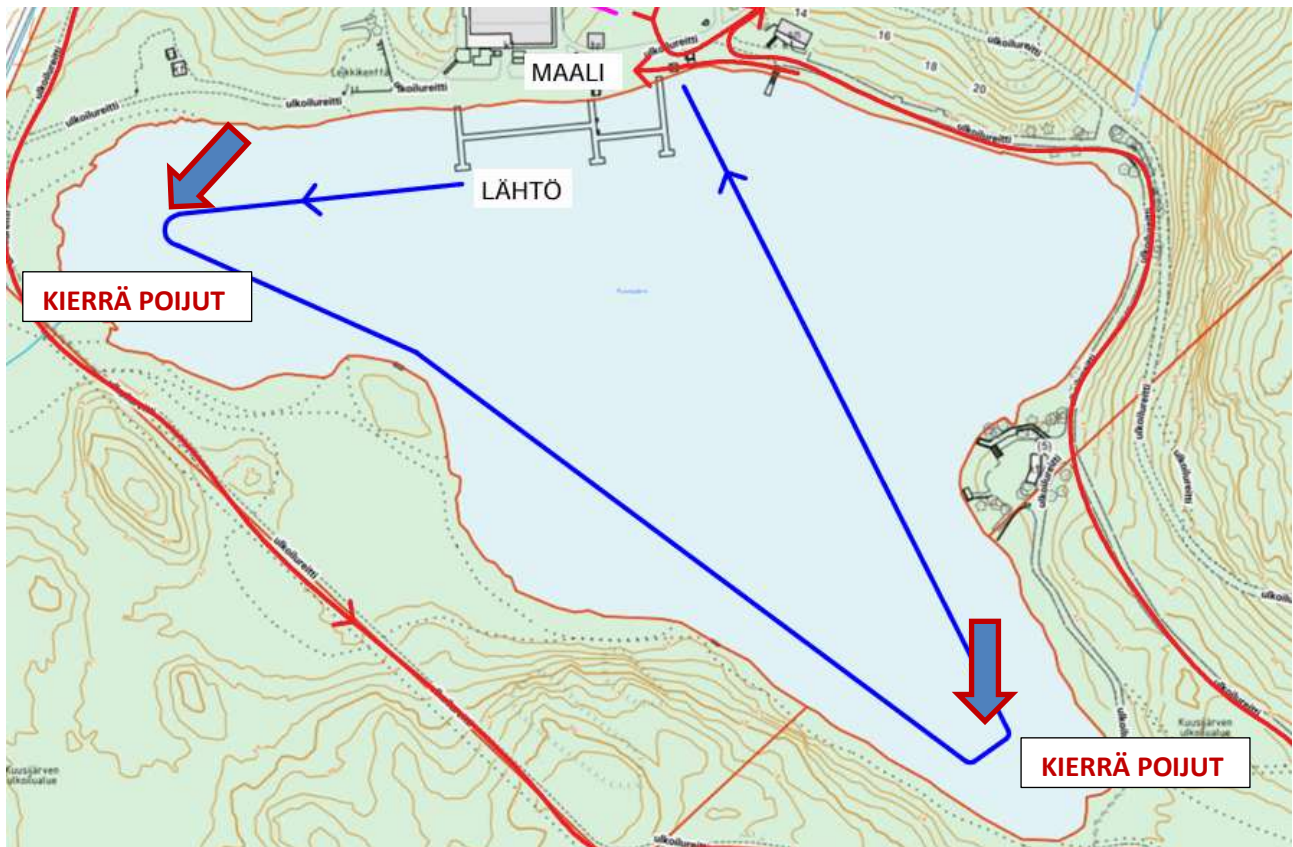
Kilpailupaikalla on hyvä olla viimeistään 60 minuuttia ennen kilpailun alkua kilpailun järjestäjän tiedotustilaisuutta ja lähtövalmisteluja varten.

Uinti

Lähtö tapahtuu vedestä laiturin edestä. Tapahtumajohtaja päättää tarkan lähtöpaikan tapauskohtaisesti.

Rykäsässä uintireitti **kierretään** vastapäivään ja uidaan yksi kierros, n. 750 m.

Uinti päättyy laituralueen ja pikku mökin väliselle rannalle vaihtoalueelle T1.

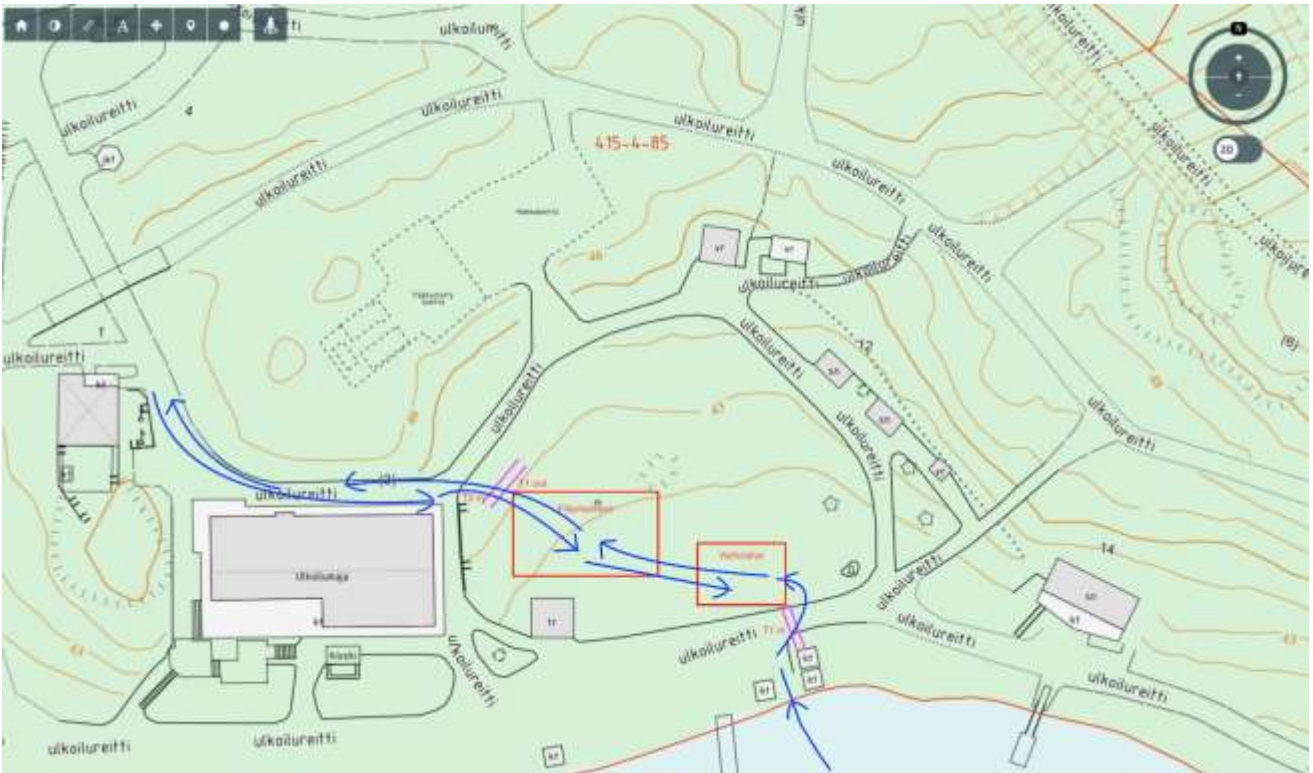


Kuva 1. Aovesiuintireitti

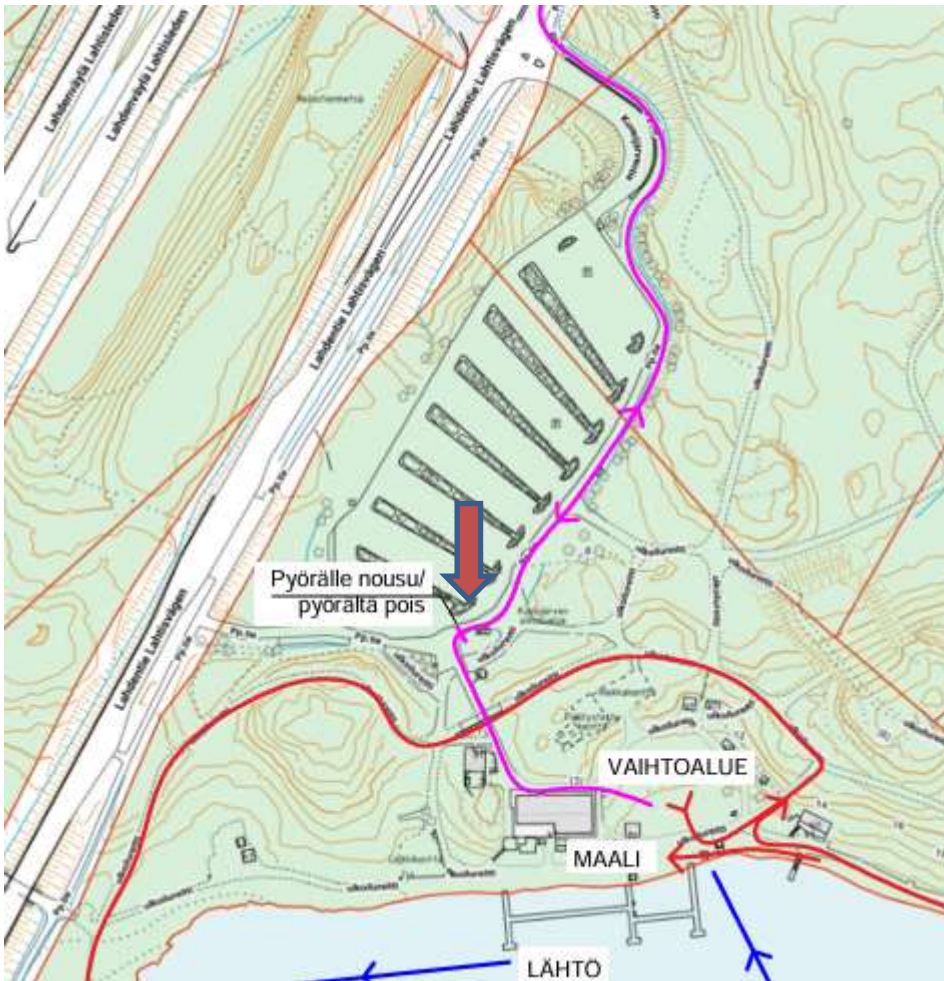
T1 eli "uinti-pyörä" vaihto

Vaihtoalue on nurmialueella rannan läheisyydessä. Kilpailijat ylittävät ajanottopisteen saapuessaan uinnista vaihtoalueelle. Tässä pisteessä kirjataan kilpailijalle väliaika.

Kilpailija työntää pyöränsä hiekkatietä pitkin. **Pyöräilyn saa aloittaa asfaltoidulla alueella parkkialueen luona.** Tämän jälkeen kilpailija siirtyy parkkialueen oikeata reunaa pitkin Lahdentielle Kuusijärven risteyksestä oikealle kääntyen.



Kuva 2. Pyöräilyosuudelle lähtö ja saapuminen



Kuva 3. Pyörälle nousu & pyörältä pois -kohta parkkipaikan tuntumassa

Pyöräily

Pyöräosuus koostuu **Rykäsyssä kahteen (2) kertaan** ajettavasta 10 km mittaisesta lenkistä, joka **kiertää Kuusijärven aluetta myötäpäivään**.

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

Pyöräilyssä on turvallisuussyistä ns. **peesikielto, jota jokainen kilpailija valvoo itse**. Peesikieltoalue on 3 x 10 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 10 m etäisyydelle ohittajasta. Jättäytymisen aikana ajolinjan muuttaminen vasemmalle katsotaan peesaukseksi. **Peesikieltomatka muihin ajoneuvoihin on 35 m**.

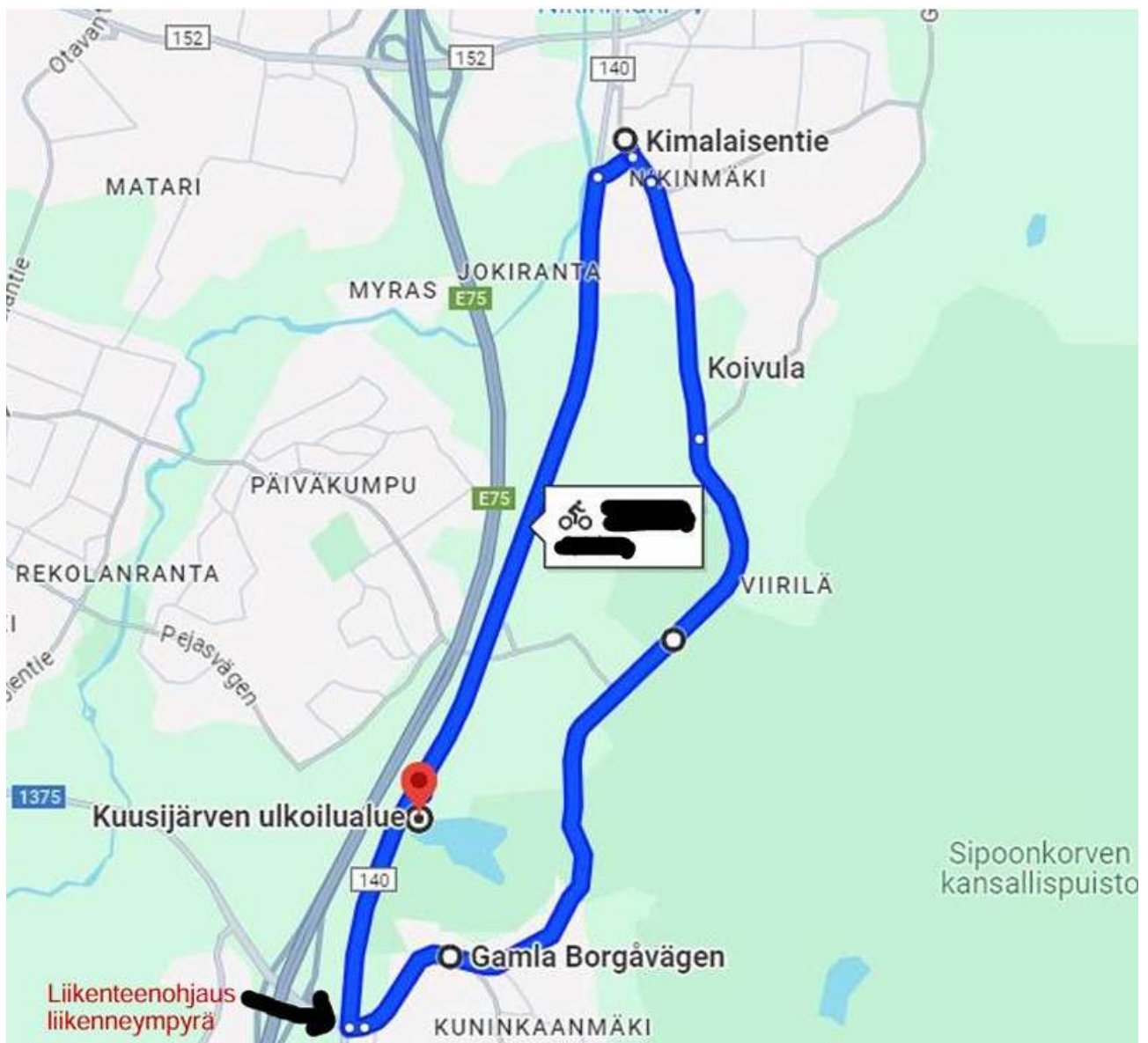
Liikenteenohjaajat sekä tapahtumajohtaja voivat antaa havaitusta peesaamisesta 60 sekunnin aikasakon. Järjestäjä varaa itselleen oikeuden hylätä suoritus, jos peesikieltosääntöä rikotaan.

Pyöräilyreitin kuvaus

Reitti kulkee Kuusijärven ulkoilualueelta Lahdentietä pohjoiseen. Pyöräilyssä käytetään ajorataa. 10 km reitti kierretään Rykäsyssä 2 kertaa.

Noin 3 km ajon jälkeen tulee risteys, jossa on viitta oikealle tekstillä "Nikinmäki". Risteyksestä käännytään oikealle Vuokkotielle, ja välittömästi uudestaan oikealle Kimalaistentielle. Tätä tietä ajetaan suoraan etelään. Tien nimi muuttuu Sääskitieksi ja edelleen Vanhaksi Porvoontieksi.

Tie tulee takaisin Lahdentielle kiertoliittymään, jossa liikenteenohjaus. Tästä käännytään ensimmäisestä liittymästä oikealle Lahdentielle kohti pohjoista. Noin 1,5 km jälkeen ohitetaan Kuusijärven risteys, josta jatketaan seuraavalle 10 km kierrokselle tai parkkipaikka-alueelle ja kohti vaihtoaluetta.



Kuva 4. Pyöräilyreitti, n. 10 km maantietä pitkin. Reitti kierretään 2 kertaa. Pyöräily tapahtuu muun liikenteen seassa. Muista noudattaa liikennesääntöjä kilpailun aikana.

T2 eli ”pyörä – juoksu” vaihto

Vaihtoon tullaan pyöräilyn toisen kierroksen loputtua kääntymällä takaisin Kuusijärven parkkipaikalle ja siitä kohti Kuusijärven ranta-aluetta. Ks. kuvat 2. ja 3.

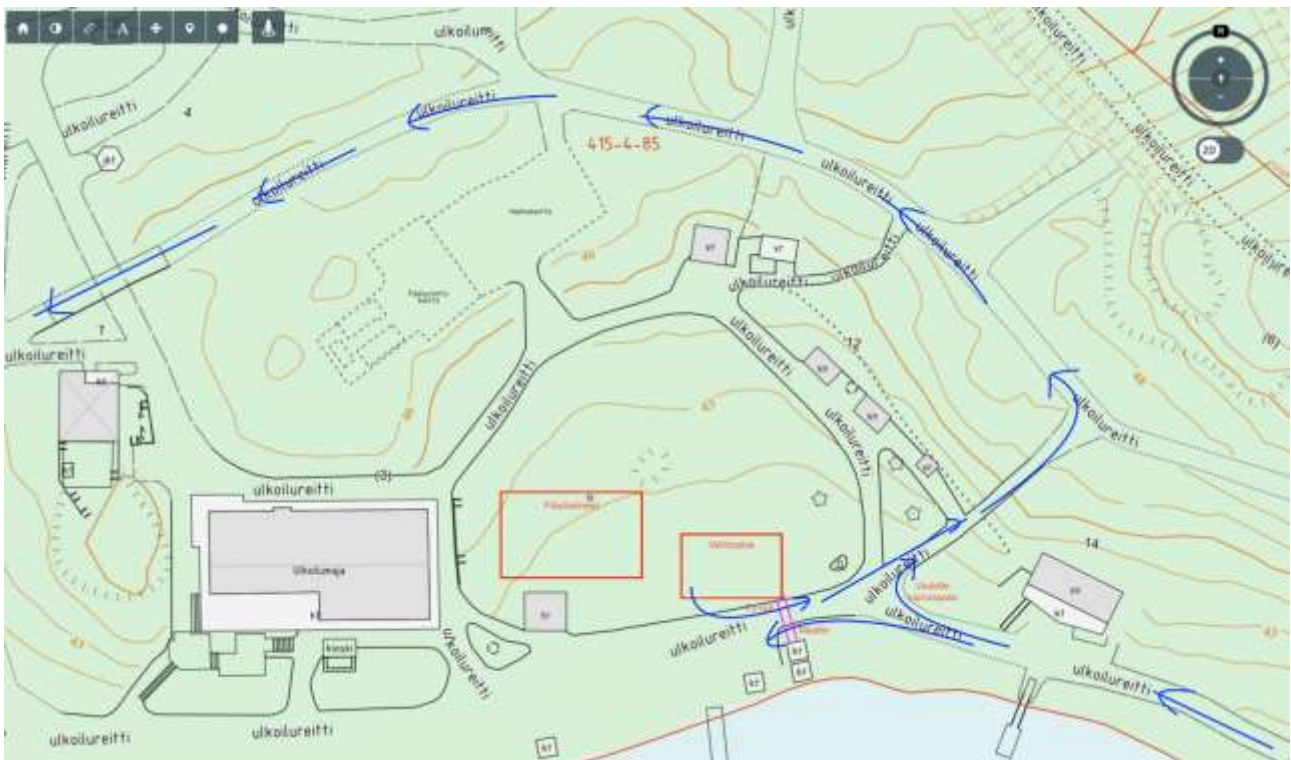
Nouse alas pyörän päältä, kun siirryt asfaltilta hiekkatielle. Hiekkatiellä matka jatkuu **pyörää taluttaen** samaa reittiä vaihtoalueelle kuin pyöräilyreitille lähdetessä. Kilpailijan on **huomioitava muut alueella liikkujat** saapuessaan vaihtoalueelle. Varovaisuus! Turvallisuus!

Kilpailija laittaa pyöränsä itse parkkiin vaihtoalueelle ja lähtee sen jälkeen juoksuosuudelle. Pyörä jätetään telineeseen siten, että se ei häiritse muiden kanssakilpailijoiden etenemistä alueella.

Juoksu

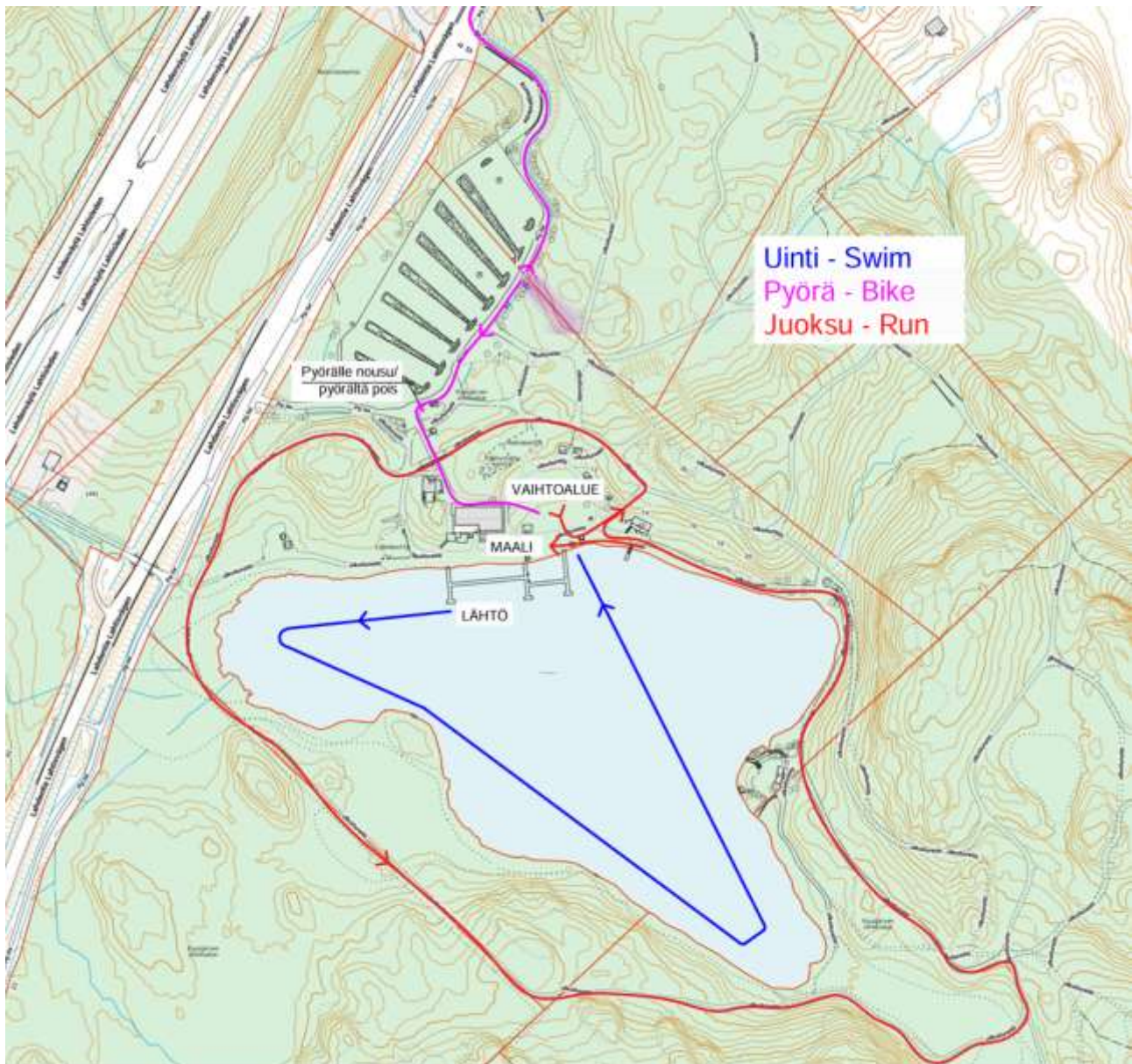
Juoksureitti on **kolmeen (3) kertaan juostava lenkki**, yhteensä +5 km.

Reitti lähtee vaihtoalueelta ylämäkeen ulkoilureitille, joka kiertää vaihtoalueen. Reitillä ylitetään puinen kävelysilta. Huomio! Sillan puurakenteet voivat olla liukkaat etenkin sadesäällä. Silta päättyy jyrkkään alamäkeen. Juokse tässä kohdassa varovasti. Tämän jälkeen kierretään Kuusijärvi merkattua ulkoilureittiä pitkin. Uudelle kierrokselle lähdetään ”vaihtoalueen takaa” kääntyen jyrkästi oikealle ylämäkeen. Toisen juoksukierroksen jälkeen ylitetään maaliviiva.



Kuva 4. Juoksuosuudelle lähtö tapahtuu ajanottoalueen kautta.

Maaliin tullessa kilpailija palauttaa numeroliivin, vaihtopussukat ja ajanottochipin sekä rannekkeen toimitsijoille.



Kuva 5. Juoksureitti kulkee Kuusijärven ympäri. Juoksureitti on merkitty karttaan punaisella.

Maaliintulon jälkeen

- saa nauttia onnistuneesta kisasuorituksesta – mukana oleminen on tärkeämpää kuin voitto
- **palauttaa kilpailuliivin ja chipin & rannekkeen kilpailujärjestäjille** (palauttamattomasta liivistä tai chipistä veloitetaan 40€/70 €)
- **palauttaa kilpailussa käytetyt Helsinki Triathlonin vaihtopussukat**
- huolehtii alueen yleisistä järjestysäänneistä myös kotiin lähtiessä
- antaa mahdollista palautetta (ruusut ja risut) toimitsijoille jo kisapaikalla
- kilpailijan toivotaan jäävän paikalle kannustamaan seuraavia kilpailijoita
- kilpailija muistaa huolehtia omista varusteistaan ja huolehtii omista roskistaan
- voi halutessaan varmistaa toimitsijoilta maaliintulonsa ajan
- on suositeltavaa, että kilpailija käy kahvilassa ja tukee kahvilayrittäjän liiketoimintaa

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/>