

FM-SPRINT (WRE), FM-JAKTSTART (WRE) i SKIDORIENTERING SAMT VANTAAN HIIHTORASTIT (Uusimaa:s och FSO-mästerskap) 31.1–1.2.2026

Kompletteringar med rött 1.2.2026

ALLMÄN INFORMATION

Arrangörer: OK77, Pihkaniskat, Rasti-Jyry

Tävlingssida: <https://sm2026.hiihtorastit.fi/fi/>

Tävlingscentrum: Håkansböle idrottspark, Luotikuja 2, 01200 Vanda

Tävlingskansli: I idrottsparkens servicebyggnad. Öppet båda dagarna från kl. 8:00.

Huvudfunktionärer

- **Tävlingsledare (FM):** Reijo Huotari, 044 712 6973
- **Tävlingsledare (Hiihtorastit):** Jorma Helin, 040 507 0870
- **Tävlingskontrollant (FM):** Tapani Koskela, 040 451 0670
- **Bankkontrollant/Tävlingskontrollant (Hiihtorastit):** Ari Enroth, 040 700 9131
- **IOF Event Advisor:** Santeri Aikio, 0400 732 812
- **Banläggningsschef:** Keijo Talja, 041 514 9140
- **Resultatservice:** Risto Niinimäki, 040 334 5066
- **INFO:** Satu Aumo, 040 562 9529
- **Första hjälp:** Antti Terävä, 050 439 9134

Tävlingsjuryn

- **Ordförande:** Jyrki Tuomala, Suunta Jyväskylä
- **Medlem:** Annamari Vierikko, Helsingin Suunnistajat
- **Medlem:** Johan Koskinen, OK Trian

Tävlingsregler

I tävlingarna följs Finlands orienteringsförbunds och Internationella orienteringsförbundets (IOF) grenar- och tävlingsregler, WRE-regler för skidorientering, särskilda anvisningar för FM-tävlingarna 2026 samt arrangörernas egna instruktioner.

Vägvisning

Kör från väg **E18 (Ring III)** via **Håkansböle-avfarten (nr 51)** mot Håkansböle. Kör cirka 2,5 km längs Håkansbölevägen. Följ vägs skyltarna med texten **URHEILUPUISTO**. Sväng från Håkansbölevägen in på **Sottungsbyvägen** och kör cirka 400 meter.

Tävlingscentrum ligger på höger sida.

Till tävlingscentrum kommer man med HRT-buss **570** från flygplatsen, tågstationen i Tikkurila och Mellungsbacka metrostation till Håkansböle köpcentrum, varifrån det är cirka 1,5 km promenad längs Håkansbölevägen.

Buss **717** går från Dickursby och Helsingfors till en hållplats på Sottungsbyvägen, cirka 400 meters promenad från tävlingscentrum.

Tidtabeller och ruttinformation:

<https://www.hsl.fi/>

Parkering

Parkering finns vid tävlingscentrum och på Sottungsby skolas gårdsplan, cirka 200 meter från tävlingscentrum. Ingen parkeringsavgift. Deltagare som anländer med husbil eller andra större fordon ombeds meddela detta i förväg via e-post:

hiihtorastit@pihkaniskat.fi.

Terräng

Tävlingsområdet är Håkansböle friluftsområde med ett omfattande nät av motions- och tävlingsskidspår. För tävlingen har nätet kompletterats med spår dragna med snöskoter. Terrängen består av både flacka åkerområden och mer krävande upp- och nedförsbackar.

De breda spåren markerade med sammanhängande grön linje är i huvudsak i gott skick. På spår markerade med streckad linje kan stenar och rötter förekomma, även om arrangören förbättrat snöförhållandena där snötäcket är tunt.

Eftersom området är ett populärt friluftsområde kan spåren vara påverkade av fotgängare och nya trampade stigar kan förekomma. Det kan även finnas andra motionärer i området under tävlingen – visa hänsyn och iaktta försiktighet.

Karta

Skidorienteringskarta 01/2026.

Skala: **1:5000** för sprint, övriga tävlingar **1:7500 / 1:10000**.

Ekvidians: **5 m**.

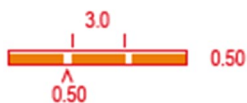
Format: **A4**.

Kartorna följer den nya **IOF ISSkiOM 2019 Revision 3**. Deltagarna uppmanas särskilt att bekanta sig med symbolerna:

- **801.1, 802.2, 803.2:** orange spår som är obligatoriska att följa

- **841:** obligatorisk färdriktning

Följandet av symbolerna övervakas.

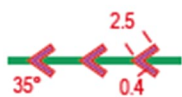
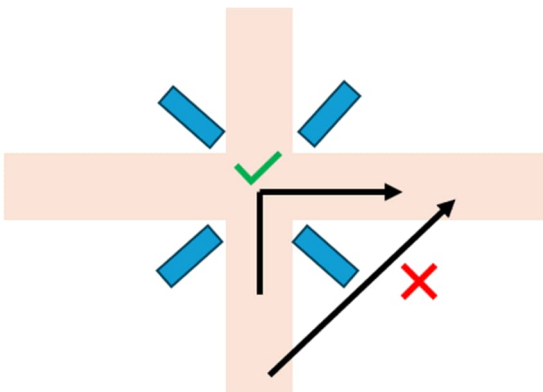


803.2 Track 0.8 - 1.2 m, compulsory to stay on (L)

A good track made by a snow mobile, usually 0.8 - 1.2 m wide. In steep slopes, tracks may be made wider to reduce widening during competition. Forbidden to leave to the side or join from the side. Monitoring required, either by cameras or personnel. Poles at crossings required to prevent corner cutting.

Colour: Orange for Ski-O, white (under lower purple)

Man får inte ansluta sig till spåret och inte heller lämna det mitt på. Det är förbjudet att korsa spåret. I korsningar kan det finnas pinnar, och det är förbjudet att gena utanför pinnarna i korsningarna.



841 One-way compulsory (P)

For use on tracks where it is only allowed to go in one direction. The frequency of chevron arrows depends on the overall length of the track in question. At minimum, there should be one at the start, after each adjoining junction, and at the end.

Colour: purple (upper purple), white (under purple)

Man bör färdas i den riktning som pilen visar. Användningen av spåret övervakas.

Ytterligare anvisningar finns på sidan:

<https://www.suunnistusliitto.fi/2024/12/hiihtosuunnistukseen-uusia-kartta-ja-ratamerkintoja/>

Stämplingsmetod

EmiTag-stämplingssystemet används. Arrangören har reserverat ett EmiTag-hyrkort för de tävlande som inte har angivit ett EmiTag-nummer i Irma-tjänsten.

Hyran är **5 € per dag** och betalas i tävlingscentrums Info när kortet hämtas. Kortet ska lämnas tillbaka till Info efter tävlingen. För ett ej återlämnat hyrkort debiteras **100 €**.

Numret på tävlingskortet kan bytas kostnadsfritt före tävlingen i Info.

Enligt tävlingsreglerna (11.518) ska den tävlande, om hen under sitt lopp har använt ett annat elektroniskt tävlingskort än det som meddelats arrangören, betala en ändringsavgift motsvarande tävlingsavgiften för att få sitt resultat godkänt. I annat fall underkänns prestationen. Avgiften betalas i Info och ska vara betald innan resultaten fastställs.

Modellkontroll

Vid tävlingscentrum finns en modellkontroll med stämplingsutrustning där man kan testa att EmiTag fungerar.

Suunnistajan kauppa

På plats endast **på lördag från kl. 9.**

Enligt Emit-anvisningarna ska alla EmiTag-brickor med nummer **lägre än 4196410** bytas ut före säsongen 2025–2026. Byt brickan i förväg eller senast på lördagen vid tävlingsplatsen.

<https://www.suunnistusliitto.fi/2025/11/hiihtosuunnistuskausi-kaynnistyy-tarkista-emitagin-toimivuus/>

Tävlingsnummer

Tävlingsnumren finns i mappar i anslutning till Info i idrottscentrumet. Tävlingsnumret fästs på **höger lår**. Tag med egna säkerhetsnålar.

Startnumren för jaktstarten baseras på resultaten från FM-sprinten.

Utrustningsservice

Arrangören erbjuder inga serviceutrymmen för vallning av skidor. Skidservice sker utomhus.

Uppvärmningsområde

För uppvärmning och skidtestning finns ett område norr om Sottungsbyvägen. Området är markerat på kartan över tävlingscentrum. Var försiktig vid korsningen av Sottungsbyvägen – det finns ingen trafikdirigering. Vägen måste korsas via övergångsstället.

Fluorkontroll

I tävlingarna genomförs fluorkontroll och utrustningskontroll. Fluortestning utförs omedelbart efter tävlingsprestationen i ett avspärrat område i direkt anslutning till målområdet. Testprotokollet följer Internationella Orienteringsförbundets (IOF) anvisningar samt Finlands Orienteringsförbunds (SSL) riktlinjer för utrustningskontroll. Det finns ingen möjlighet till testning före tävlingen. Mer information om utrustningskontroll och fluorförbud finns på SSL:s webbplats:

<https://www.suunnistusliitto.fi/kilpailu/saannot-ja-ohjeet/hiihtosuunnistuksen-fluorivalvonta/>

Utdrag ur tävlingsreglerna:

14.24 Användning av fluorinnehållande vallor eller andra produkter som används för skötsel av skidor och innehåller fluor är förbjuden i alla SSL-tävlingar, på alla nivåer och i alla klasser. Fluorkontrollen följer procedurerna och tillvägagångssätten enligt IOF:s dokument "*Fluor-Ban Control in Ski Orienteering*" samt SSL:s separata anvisningar.

Omklädning och dusch

I idrottscentrums servicebyggnad finns två omklädningsrum med dusch, separat för damer och herrar. I Sottungsby skola finns två omklädningsrum med dusch, ett för damer och ett för herrar. De omklädningsrum som är reserverade för orienterare är markerade med skyltar. Ett tredje omklädningsrum är reserverat för gymnastiksalens användare. I Sottungsby skola finns gott om uppvärmda utrymmen i skolans aula och auditorium.

Toaletter

I idrottscentrumets omklädningsrum finns toaletter. I Info-utrymmet finns två toaletter för män, två för kvinnor samt en inva-toalett. Toaletter finns dessutom i Sottungsby skolas aula och omklädningsrum. Det finns **inga toaletter vid startplatserna**.

Servering

I Sottungsby skola serveras kaffe, te, andra drycker samt salt och sött smält tilltugg. Ingen varm mat.

I idrottscentrumets servicebyggnad finns ett popup-kafé i Info-utrymmet med kaffe, te, juice och bullar.

Första hjälp

Första hjälpen finns i idrottscentrums servicebyggnad nära målområdet. I tävlingscentrum finns en snöskoter med pulka och förare redo för uttryckning. Det finns dessutom en första hjälpen-punkt i terrängen utrustad med snöskoter.

Mål

Från sista kontrollen till målet får man inte lämna spåret. På upploppet finns tre banor. En tävlande som kommer bakifrån får byta bana om den är fri. Den som är framför får inte byta bana på upploppet.

Det finns ingen målstämpling – tävlingstiden registreras när den tävlande korsar mållinjen. Därefter fortsätter tävlande till stämplingskontrollen. Om tävlande använder två EmitTag-brickor ska reservbrickan hållas bakom ryggen vid stämplingskontrollen. Endast det nummer som anges i startlistan läses, om det inte saknas stämplingar.

På lördagen lämnar tävlande in sin karta i en påse märkt med föreningens namn efter stämplingskontrollen. Kartorna returneras på söndagen vid tidpunkt som meddelas separat. Kartan kan också beställas hem per post mot en avgift på 5 €. Postadress meddelas och avgiften betalas i Info.

Efter söndagens tävling samlas kartorna **inte** in. Den tävlande får inte visa sin karta för någon som ännu väntar på sin start.

Målområdet stänger **lördag kl. 14:00** och **söndag kl. 16:30**.

Diskvalifikationsförslag

Förslag om diskvalifikation behandlas i målområdet direkt efter stämpplingskontrollen.

Avbrutna

Även de som avbryter ska komma via målområdet och meddela avbrottet vid stämpplingskontrollen. Om tävlande inte kan skida genom målet ska avbrottet meddelas till målområdet eller Info.

Priser

Priser delas ut båda tävlingsdagarna direkt när resultaten har fastställts.

Antalet pristagare i FM-klasser följer SSL:s FM-regler. Tävlande prisbelönas i den klass de är anmälda till i Irma.

Vantaan Hiihtorastit har utlottade priser som kan hämtas i Info på söndagen. Vinnarna publiceras på tävlingens webbplats.

I klasserna H/D11 och H/D13 prisbelönas alla tävlande vid en separat prisceremoni båda dagarna. Samtidigt delas Uusimaa:s och FSO:s distriktsmästerskapsmedaljer ut på söndagen. Övriga klasser kan hämta medaljer i Info.

Hittegods

Upphittade föremål ska lämnas in till Info. Efter tävlingen kan hittegods efterlysas på nummer **040 562 9529**.

Då tävlingscentrumet är ett livligt friluftsområde finns många andra besökare. Håll uppsikt över era tillhörigheter – arrangören ansvarar inte för borttappade saker.

FM-sprint (WRE) lördagen den 31.1.2026

Det finns ingen kvältävling, utan tävlingen genomförs direkt som final. Tävlingen utgör samtidigt den första delen av FM- och WRE-jaktstarten.

Tidtabell: De första starterna är kl. **11.00**.

Start 1: Klasserna H/D15–H/D45. Avstånd till start: **1,2 km**.

Start 3: Klasserna H/D11, H/D13, H/D50–H/D85. Avstånd till start: **200 meter**.

Snitsling till starterna börjar vid informationstavlan.

Startlistor

Startlistorna publiceras på tävlingens webbplats senast **torsdagen den 29.1.2026**.

Utskrivna versioner finns även till påseende i tävlingscentrum.

Startprocedur

Tävlingsdeltagaren kallas in till starten **4 minuter** före starttid.

EmiTag-nollning sker **3 minuter** före start.

Modellkartor granskas **2 minuter** före start. OBS! Modellkartorna visas endast för klasserna H/D11 och H/D13.

I **Start 1** finns både kartställ (klasserna M21E, W21E, H20, D20 + andra i mån av plats) och kartämbär.

I **Start 3** finns endast kartämbär.

Till kartämbär och kartställ går man **1 minut** före start.

I kartstället är kartorna sorterade enligt startnummer – ta rätt karta!

Kartorna får tas **15 sekunder före start** på kommandot *“kartat”*.

Klasserna H/D11 och H/D13 får ta kartan **1 minut före start**.

Starten sker från den egna klassens ämbär eller kartställ enligt startkommandot.

Tävlingsdeltagaren ansvarar själv för att ta rätt karta. Sen anlända tävlande ska anmäla sig till startfunktionären.

FM-jaktstart (WRE) söndagen den 1.2.2026

Endast tävlande som deltagit i lördagens FM-sprint får delta i jaktstarten.

Tidtabell: De första starterna är kl. **11.00**.

Startplats: skidarstadion i tävlingscentrum.

Startlistor

Startlistorna baseras på resultaten från FM-sprinten och publiceras så snart resultaten är klara på tävlingens webbplats.

För klasserna M21E och H20 samt W21E och D20 görs gemensamma WRE-startlistor för M21E respektive W21E baserat på sluttiderna i FM-sprinten.

Startprocedur

Starten sker i tävlingscentrum. Tävlande startar i grupper så att den bästa från FM-sprinten startar först i varje grupp. Starten sker från tre startkorridorer. Startklocka är synlig för tävlande, som själva ansvarar för att starta i rätt tid. Falsk start leder till diskvalifikation.

En detaljerad startprocedur publiceras senast i samband med startlistorna lördagen den 31.1.2026.

Efter start skidar tävlande till kartstället och tar sin *första* karta enligt startnumret. Den första kartan finns ovanför numret, den andra under. **Tävlingsnumret är också fastsatt i kartans hörn så att det kan läsas när man närmar sig karthållaren.**

Om karta saknas ska tävlande meddela funktionär och få en reservkarta.

Kartvändning

I klasserna M21E/H20 och W21E/D20 ska kartan vändas på den första kartan i jaktstarten. Den första halvan finns på insidan av den rullade kartan på kartväggen, och den andra halvan på utsidan

Kartbyte

Alla klasser har kartbyte. Tävlande lämnar in den gamla kartan till funktionär och tar en ny från kartstället med sitt startnummer. Om karta saknas fås en reservkarta av funktionär.

GPS-uppföljning

GPS-uppföljning används i klasserna **M21E/H20** och **W21E/D20**. Enheter hämtas vid starten minst **15 minuter** innan gruppvis uppställning. Enheterna samlas in efter målgång.

Tävlande får inte följa tidigare startandes GPS-spår innan de själva startat.

Valda tävlande publiceras på webbplatsen och som utskrift i Info. GPS-enhet är obligatorisk – man kan inte avböja den.

Vinnare

Vinnaren är den vars främre skidspets korsar mållinjen först. Målkamera används och måldomare fastställer placeringarna.

Reservutrustning

Tävlande får byta endast skadad utrustning (skida, bindning, stav, pjäxa eller t.ex. kartställ). Bytesplatsen finns nära kartstället och är markerad på kartan. Reservutrustning får föras till platsen före tävlingen.

Vantaan Hiihtorastit (Uusimaa:s och FSO:s distriktsmästerskap) söndagen den 1.2.2026

Tidtabell: De första starterna är kl. **13.30**.

Start 2: Avstånd till startplats: **350 meter**.

Vägvisning till starterna börjar vid informationstavlan.

Startlistor

Publiceras på tävlingens webbplats senast **torsdagen den 29.1.2026**. Utskrifter finns i tävlingscentrum.

Startprocedur

Tävlingsdeltagaren kallas in till starten **4 minuter** före start.

EmiTag-nollning sker **3 minuter** före start.

Modellkartor granskas **2 minuter** före start. OBS! Modellkartorna visas endast för klasserna H/D11 och H/D13.

Till kartämbarna går man **1 minut** före start.

Kartorna får tas **15 sekunder** före start på kommandot "*kartat*".

Klasserna H/D11 och H/D13 får ta kartan **1 minut före start**.

Starten sker från den egna klassens ämbar. Tävlingsdeltagaren ansvarar själv för att ta rätt karta. Sen anlända tävlande ska anmäla sig till startfunktionären.