

Ennakkotietoa Essun järjestelyistä Lukkari-Jukolassa

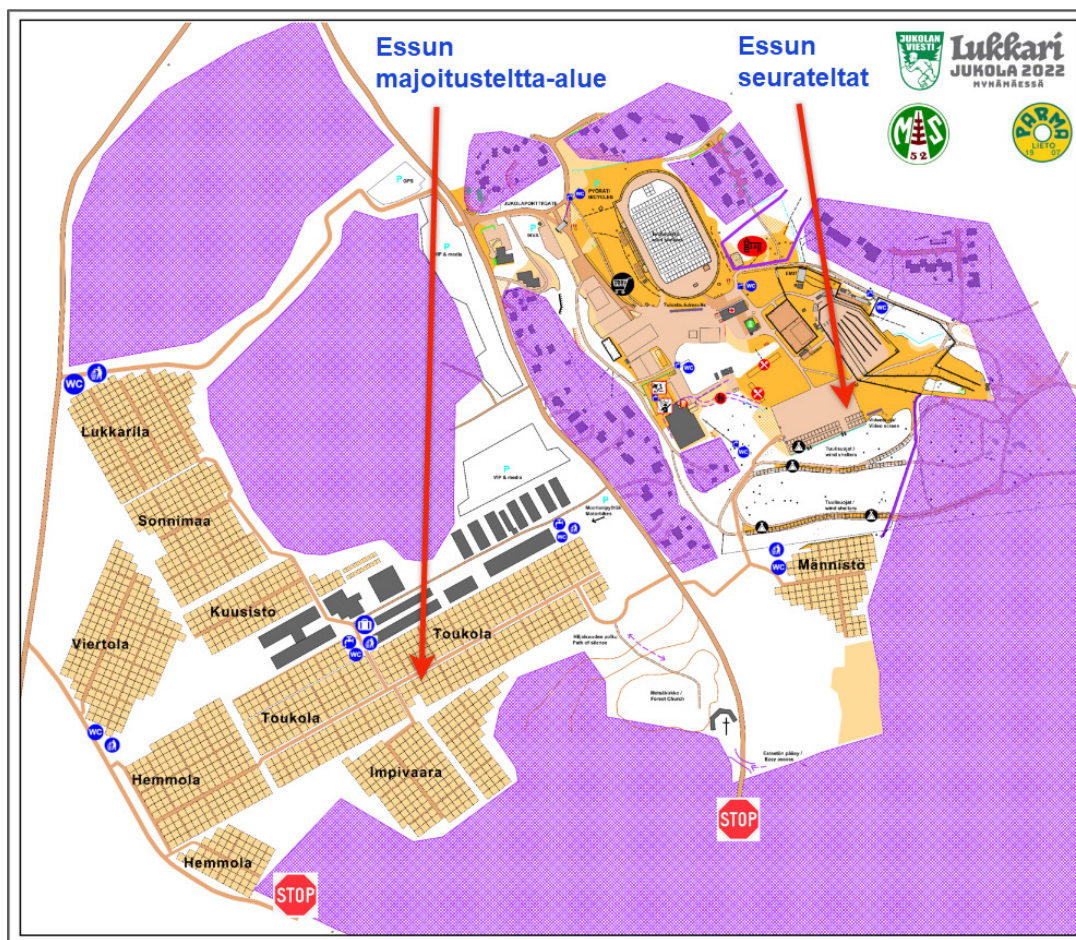
Aikataulu: Venlojen viestin lähtö 18.6. klo 14.00

Jukolan viestin lähtö 18.6.klo 23.00

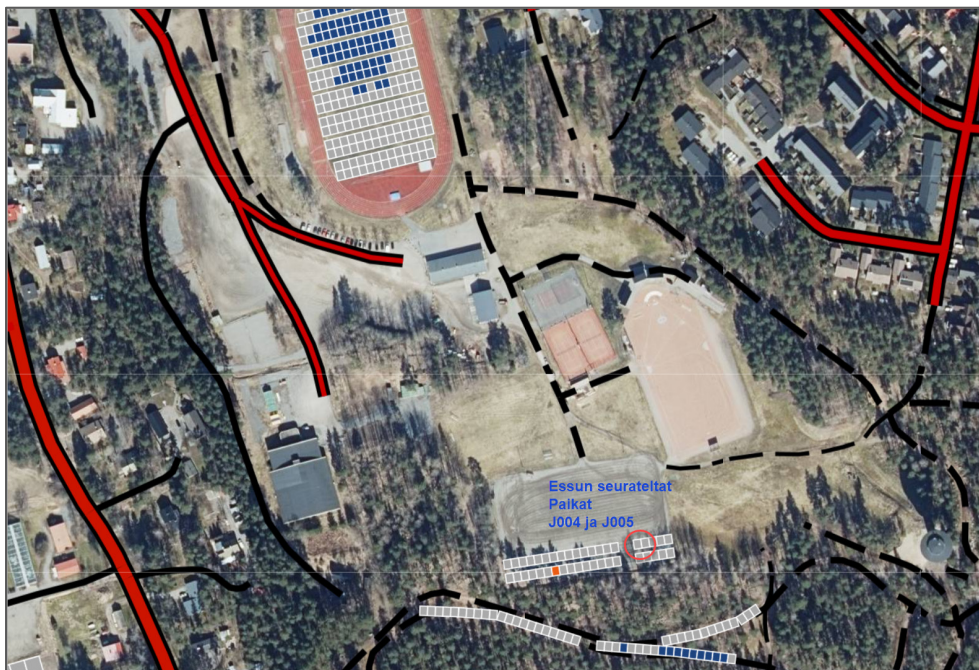
Kilpailukeskus: Mynämäen urheilukeskus

Kisasivut: <https://jukola.com/2022/>

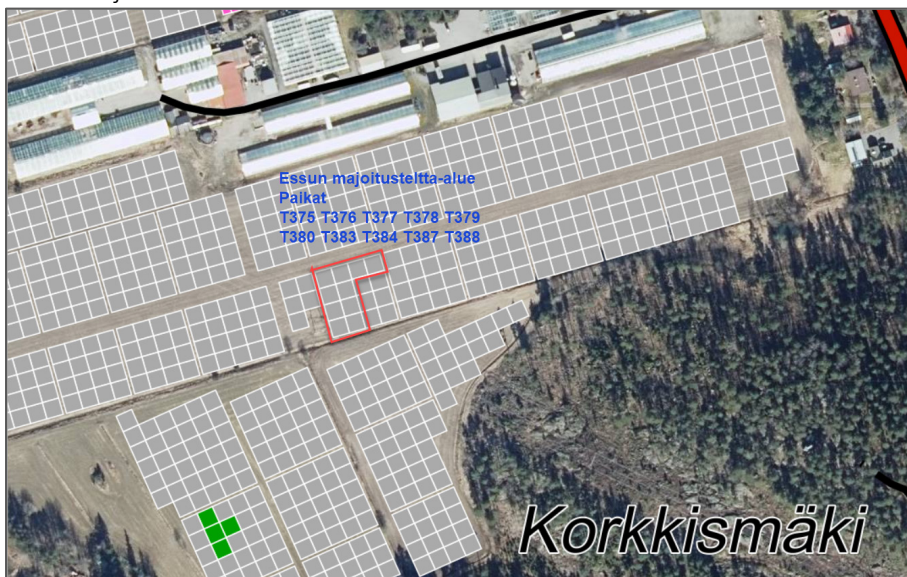
Essun seurateltpaikat:



Essun seuratelmat:



Essun majoitusteltta-alue:



Valmennusjaosto hoitaa seuraavat yleiset ennakkovalmistelut:

- Vie seuratelmat kisapaikalle ja pystyttää ne
- Merkitsee Essun majoitusteltta-alueen rajaushallalla
- Noutaa Essun joukkuemateriaalit ja vie ne **seuratelalle** niin, että ne ovat siellä
 - Venlojen viestiä varten klo 12
 - Jukolan viestiä varten klo 20

Matkustus

- Esimerkiksi Essun bussi, johon ilmoittautuminen MyClubissa

Essulla on kisassa joukkueita seuraavasti:

- Venlat, ennätysmäärä 20 joukkuetta
- Jukola 12 joukkuetta

Essun joukkueiden luettelo avautuu linkistä: <https://suppa.espoonsuunta.fi/s/JtKELWc2MG6W8Q7>

- Joukkueluetteloista löytyy ohjeet myös miten toimitaan mahdollisten sairastumisten sattuessa

Viestien osuudet

Venlat

Osuus	Osuuspituus	Nousu	Aika-arvio	Vaihto
1.	7,3–7,6 km	170 m	45 min	14:45
2.	7,8–7,9 km	180 m	47 min	15:32
3.	5,8–6,0 km	125 m	34 min	16:06
4.	8,8–9,0 km	195 m	51 min	16:57
Yhteensä	30,5 km	670 m	2 h 56 min	

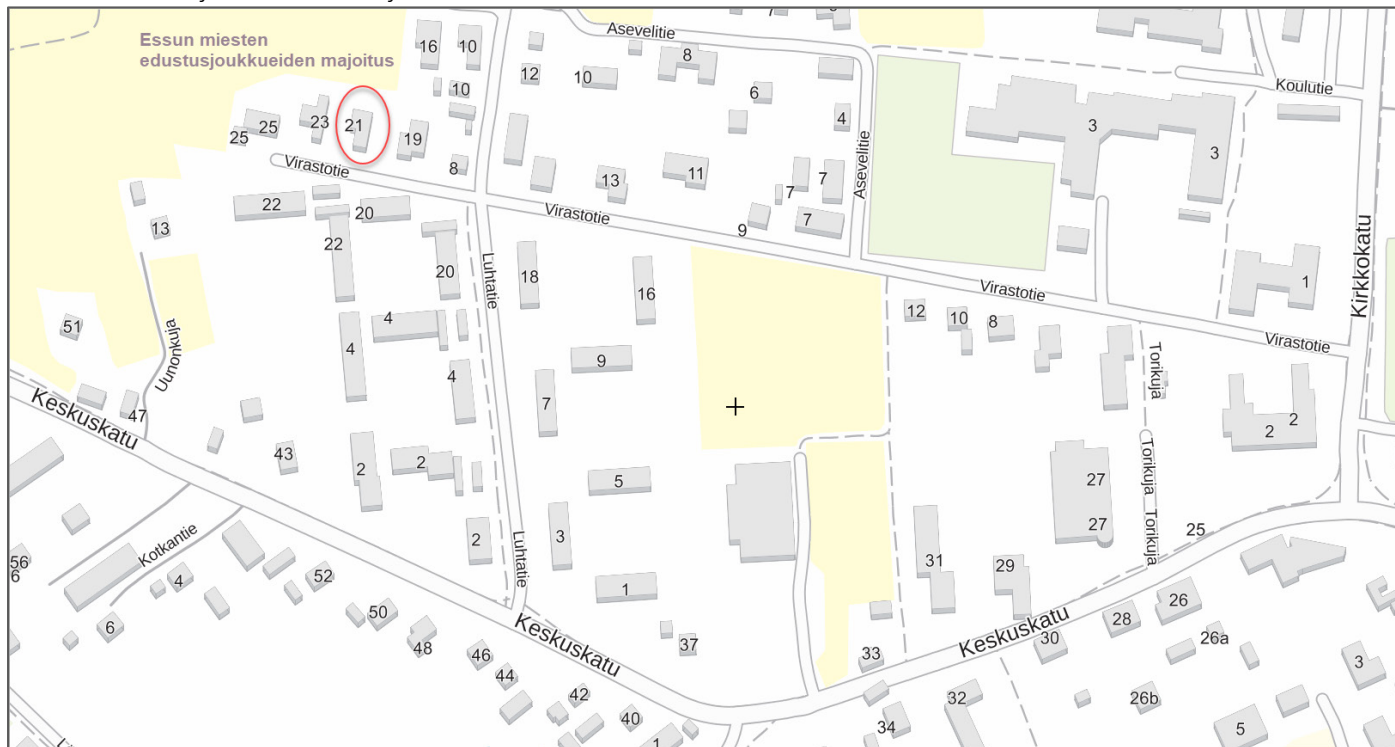
Jukola

Osuus	Osuuspituus	Valoisuus	Nousu	Aika	Vaihto
1.	13,8 – 14,0 km	hämärä/pimeä	320 m	73 min	00:13
2.	11,6 – 11,7 km	pimeä	260 m	62 min	01:15
3.	14,9 – 15,0 km	pimeä/hämärä	340 m	79 min	02:34
4.	8,6 – 8,7 km	hämärä/valoisa	190 m	46 min	03:20
5.	9,2 – 9,3 km	valoisa	210 m	49 min	04:09
6.	14,4 km	valoisa	330 m	75 min	05:24
7.	16,7 – 16,8 km	valoisa	390 m	87 min	06:51
Yhteensä	89,7 km		2040 m	7h 51 min	

Edustusjoukkueiden järjestelyt

Essun edustusjoukkueille on (Venlat Essu 1-3 ja Jukola Essu 1-2) on varattu sisämajoitukset.

Miesten edustusjoukkueiden majoitus:



Ykkösjoukkueiden majoitus on käytettävissä pe klo 13.00 – su klo 16.00

Essun Venlojen edustusjoukkueiden majoitus:

- rivitalo kilpailukeskuksen läheisyydessä