

### **Kaikkein tärkein tiivistettynä:**

1. Tule ajoissa paikalle
2. Tarkista Emit-numerosi ennen lähtöä
3. Tapahtumassa ei ole kilpailunumeroa
4. Lähdön aikataulu:
  1. Tapahtumakeskuksessa klo 10.30 alkaa osallistujien rekisteröinti ja emit-korttien nollaus
  2. Siirtyminen lähtöalueelle
  3. 10.50 osallistujien järjestäminen lähtöriveihin
  4. 10.55 karttojen jako käteen
  5. 10.58 reittiä voi alkaa suunnittelemaan
  6. 11.00 HCO 2026 yhteislähtö
5. Nauti suunnistuksesta ja noudata liikennesääntöjä

### **ILMOITTAUTUMINEN**

#### **Ikäraja**

Helsinki City-O:lle ei ole ala- eikä yläikärajaa. Huomioitahan lapsia ilmoittaessa liikenteen sekä eksymisriskin reitillä. Alaikäisten osallistuminen huoltajan vastuulla.

#### **Sarjat ja hinnat**

aikuiset 25€, valittavana kolme matkaa 5km, 10km tai 15km.

16v. tai alle 15€, matka 5km.

Jälki-ilmoittautuminen paikanpäällä 35€ tai nuoret 20€, niin kauan kuin karttoja riittää.

#### **Osallistumismaksu sisältää:**

- osallistumisoikeus Suomen suurimpaan kaupunkisuunnistukseen
- ajanotto ja kansainvälisen tason tulospalvelu
- ensiapu tarvittaessa maalissa
- tapahtumavalokuvien käyttö sosiaalisessa mediassa

- arvontapalkinnot
- maalihuolto
- A2 kokoinen laadukas kartta
- unohtumaton suunnistuselämys ja monipuolinen sekä haastava rata

### **Jälki-ilmoittautuminen**

Tapahtumaan on mahdollista jälki-ilmoittautua myös paikanpäällä infossa. Jälki-ilmoittautuminen viimeistään klo 10.40 mennessä. Maksu kortilla, käteisellä tai liikuntaseteleillä. Maksu paikan päällä 35€ tai nuoret 20€, niin kauan kuin kartoja riittää.

### **Yritysilmoittautuminen**

Onko yrityksessäsi juoksusta, suunnistuksesta tai ylipäätään kuntoilusta innostunutta henkilöstöä, tai haluatko motivoida työntekijöitä kohentamaan kuntoaan?

Helsinki City-O tapahtumaan on mahdollista saada yritys- ja ryhmäalennuksia. Lisätietoa yritysilmoittautumisesta sähköpostilla [info@helsinkicityo.fi](mailto:info@helsinkicityo.fi).

## **KILPAILUINFO**

### **Ajanotto**

Ajanotto tapahtuu elektronisella EMIT-leimausjärjestelmällä. Emitkortteja on mahdollista vuokrata 5e/kortti. Emit-kortit voi noutaa tapahtuman infosta, joka sijaitsee sisätiloissa tapahtumapaikalla. Maksu infossa käteisellä EMIT-korttia noudettaessa.

Jos kilpailijalla jää jokin rasti käymättä, kilpailija saa aikasakon 10min/rasti. Aikasakko lisätään loppu-aikaan maaliin tullessa. Aikasakkojen välttämiseksi on hyvä ottaa kynä mukaan, jolla merkkää reitin / käydyt rastit karttaan.

### **Kilpailuformaatti**

Lue tarkemmin mistä on kyse tapahtuman etusivulta

### **Kilpailun kesto**

Kilpailun kokonaiskesto on 3 tuntia. Kilpailu päättyy ja maali suljetaan klo 14.00.

### **Kartta**

Kilpailussa käytetään kansainvälisten kuvausohjeiden mukaista sprinttisuunnistuskarttaa vuodelta 2025, jonka mittakaava on 1:5000 ja käyräväli 2m. Kartat ovat säänkestäviä tai muovikotelossa. Kartan koko on A2.

Lisätietoa sprinttisuunnistuskartan kuvausohjeista ja karttamerkeistä löytyy Suomen suunnistusliiton sivuilta.

## **Maasto**

Tapahtuma käydään Helsingin Arabian, Vanhankaupunginkosken, Kumpulan sekä Käpylän kaupunginosien alueella kauniissa ja monipuolisessa kaupunkimiljöössä. Alueella on puistoja, hienoa ja monimuotoista kaupunkimiljöötä, mäkiä, kuuluisia nähtävyyksiä ja vaikka mitä muuta.

## **Matkat ja sarjat**

Kilpailussa on kolme eri matkaa 5km, 10km, 15km. Juniorit, naiset sekä miehet ovat samassa sarjassa, sillä kyse on kuntotapahtumasta. Toki aikaa otetaan ja kisata saa ja kannattaa.

Matkat ovat suuntaa antavia. Kaupunkiympäristön ja rastien vapaan kiertojärjestyksen vuoksi matka saattaa poiketa ilmoitetusta. Lopullinen matka määräytyy osanottajan rastienhakujärjestyksestä.

15km

10km

5km

## **Säännöt**

Kaikki tapahtumaan osallistuvat sitoutuvat ilmoittautuessaan noudattamaan Helsinki City-O - tapahtuman sääntöjä. Tapahtuman vastuullisena järjestäjänä toimii Helsingin Jyry ry (Rasti Jyry) sekä Liikup Oy.

## **EDELTVÄNÄ PÄIVÄNÄ**

### **Stadisprintti 11.4.**

Stadisprintti on kuntosuunnistus, jossa on kaksi eri ratavaihtoehtoa lyhyt ja pitkä sprintti. Molemmissa on tarjolla Arabian ja Vanhankaupunginkosken hienoa miljöötä sekä miellyttävää suunnistusta. Kannattaa ehdottomasti hioa kunto ja taito kuntoon ennen päätapahtumaa.

## **KILPAILUPÄIVÄNÄ**

### **Tapahtumakeskus**

Helsinki City-O kilpailukeskus sijaitsee Vanhalla Verkatehtaalla osoitteessa Hämeentie 161, Helsinki. Paikalle pääsee helposti julkisilla liikennevälineillä. Oman auton voi jättää kadunvarsille tai lähialueiden parkkihalleihin. Tapahtumakeskuksessa on sisätilat, mutta ei suihkuja. WC-tiloja löytyy tapahtumakeskuksen sisätiloista.

## **Lähtö**

HCO:n lähtö tapahtuu yhteislähtönä klo 11. Kaikki sarjat lähtevät yhtä aikaa. Juoksijat jaetaan lähtöviivoille eri sarjojen mukaan. Lähtöalueelle kutsutaan 10min ennen lähtöä. Karttojen jako

kilpailijoille aloitetaan noin 5min ennen lähtöä. Kartat jaetaan kilpailijoiden käteen väärin päin. Kartan saa kääntää 2min ennen lähtöä. Kaikki lähdön vaiheet ohjeistetaan lähtöpaikalla. Järjestäjän antamasta lähtömerkistä saa lähteä omille reiteilleen. K-piste eli suunnistuksen alku on samassa paikassa kuin lähtö, mistä alkaa vapaa suunnistusosuus. Alussa ei siis ole viitoitettuja reittejä vaan heti lähtömerkin jälkeen reitti on vapaa. Lähdössä malttia, sillä osallistujia on paljon.

Lähtöön sisäänkirjautuminen alkaa kello 10.30 kisajärjestäjien opastuksella. Ole ajoissa.

### **Lähdön aikataulu**

1. Tapahtumakeskuksessa klo 10.30 alkaa osallistujien rekisteröinti ja emit-korttien nollaus
2. Siirtyminen lähtöalueelle
3. 10.50 osallistujien järjestäminen lähtöriveihin
4. 10.55 karttojen jako käteen
5. 10.58 reittiä voi alkaa suunnittelemaan
6. 11.00 HCO 2026 yhteislähtö

### **Aikataulu**

Kilpailupäivä on **12.4.2026**

Yhteislähtö tapahtuu **klo 11.00**

Maali sulkeutuu **klo 14.00**

### **Ensiapu**

Löytyy kilpailukeskuksesta.

### **Keskeyttäminen**

Mikäli joudut keskeyttämään, ilmoita siitä järjestäjille maalissa.

Kilpailu päättyy 3 tunnin päästä viimeisen lähtöryhmän lähtölaukauksesta. Osanottaja katsotaan keskeyttäneeksi, jos hän ei ole saapunut maaliin määräajassa.

### **Kilpailunumero**

Kilpailussa ei käytetä kilpailunumeroita.

### **Liikenneturvallisuus**

Kilpailussa tulee noudattaa yleisiä liikennesääntöjä. Jokainen kilpailija kilpailee omalla vastuulla. Teiden ylityksissä, suojateillä ja risteyksissä tulee noudattaa erityistä varovaisuutta.

### **Varustesäilytys tapahtumakeskuksessa**

Omat tavarat voi jättää omalla vastuulla juoksun ajaksi tapahtumakeskuksen sisätiloihin.

Huom! Järjestäjät eivät vastaa varustesäilytykseen jätetyistä arvotavaroista.

### **WC**

Tapahtumakeskuksessa on WC:t sisätiloissa.

**KILPAILUN JÄLKEEN**

## **Palkinnot**

Arvontapalkinnot.

## **Löytötavarat**

Löytötavaroita voi kysellä kilpailun aikana kisatoimiston Info-pisteestä. Kilpailun jälkeen löytötavaroita voi kysellä Helsinki City-O tapahtuman järjestäjiltä sähköpostilla [info@helsinkicityo.fi](mailto:info@helsinkicityo.fi).

2 kuukautta tapahtuman jälkeen jäljelle jääneet löytötavarat kuten avaimet, lompakot ja muut arvoesineet (ei vaatteet) toimitetaan Helsingin poliisilaitokselle, jossa niitä säilytetään 3kk.

Lisätietoja poliisin nettisivuilta.

## **Tapahtuman valokuvaus**

Tapahtumassa on valokuvaus ja videokuvaus, ja materiaalit tulevat nähtäville kilpailun jälkeen. Valokuvia saa käyttää sosiaalisessa mediassa käyttämällä hastagia #helsinkicityo ja tunnustetta @liikup.

## **Tulokset**

Tulokset julkaistaan tapahtuman internet-sivulla [www.liikup.com](http://www.liikup.com)

Tapahtuman väliajat ja lopulliset tulokset päivittyvät tapahtuman nettisivulle reaaliajassa tapahtuman aikana.

Optimireitit ja järjestäjien näkemyksen mukaan paras rastien kiertojärjestys julkaistaan tapahtuman jälkeen.

JOS ET PÄÄSE PAIKALLE

## **Osanoton peruminen**

Helsingin City-O ei palauta juoksijan osanottomaksua. Peruutuksia ei tarvitse erikseen ilmoittaa järjestäjäorganisaatiolle.

## **Osanoton siirto toiselle juoksijalle**

Ilmoittautuminen Helsinki City-O:lle on henkilökohtainen, eikä sitä voi siirtää toisen henkilön nimiin.