



Suomen Suunnistusliitto

Sprintin ratasuunnittelu

Vesa Elovaara 2010

(muokannut Petteri Palmi 2015)



Sprinttiradan suunnittelu (World Cup 2009, Salo)

- Yleisjärjestelyt:

Liikenne

- Liikennejärjestelyt kilpailualueella tulee miettiä etukäteen ja ottaa huomioon niin rata kuin muussakin suunnittelussa. Sääntöjenkin mukaan kilpailijoilla tulee olla etuoikeus alueella liikkumiseen, joten kadut suljetaan tai liikenne muuten pysäytetään tarpeen vaatiessa.
- Salossakin yksi katu suljettiin kokonaan ja useassa paikassa liikennettä pysäytettiin tarpeen mukaan. Lupa-asiat ja liikennemerkkit hoidettiin yhdessä kaupungin virkamiesten kanssa.

”Maanomistajien luvat”

- Ihmisiä informoitiin etukäteen esimerkiksi lehtien välityksellä. Lupia oli mahdotonta kysellä erikseen, mutta esimerkiksi kerrostaluiden kiinteistöjen huoltoyrityksiä informoitiin kilpailuista etukäteen.
- Maaston kuluminen huomioitiin ja karsinnassa (300 osanottojaa) kerrostaluiden piha- ja nurmikkoalueita pyrittiin osittain välttämään.



Kartta

- Päädyttiin 1:5000 mittakaavaan, jotta kartta mahtuisi A4-kokoon. Kartta oli valmiina yli vuosi ennen kisoja ja viimeiset ajantasaistukset tehtiin muutama viikko ennen kisoja.
- Ratamestari/valvoja: Tarkista, että kartta on sprintin kuvausohjeiden mukainen. Oikeat symbolikoot (kartta ja ratatiedostot).
- Tuloste vai offsetpaino ?
 - Tulosteen etuna on se, että mahdolliset muutokset kilpailumaastossa saadaan päivitettyä mukaan viimeisellä viikollakin. Jos käyttää kirjapainoa niin pitää varautua myös tulosteen käyttöön. Tulosteella pystyy myös enemmän säätämään värimäärityksiä ja esim. rastinumerot saa varjostettua peittäväällä valkoisella. (Kts. kuva)
 - Offsetpainon laatu on aina tulostetta parempi. Salossa käytettiin offsetpainettua karttaa (IOF), mutta esimerkiksi SM-kisoissa saa käyttää tulostetta.
 - Kansainvälisten (IOF) kilpailujen tulostekartta on hyväksyttävä IOF:n karttakomissiolla.
- Mittakaava 1:4000 tai 1:5000, kartan koko mielellään A4 (A3 vain tarvittaessa, kilpailijan hankalampi käyttää) (2015 käytetään lähes poikkeuksetta 1:4000 mittakaavaa)





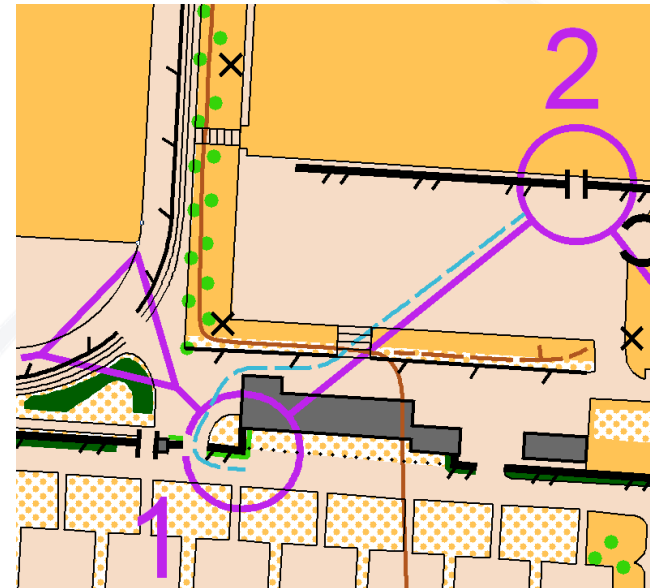
Ratasuunnitelu (World Cup 2009, Salo)

- Valvojan (Tauno Haapasaari) kanssa yhteistyössä käytiin kymmeniä eri ratasuunnitelmia lävitse, jotta päästiin parhaaseen mahdolliseen lopputulokseen. Tauno antoi koko ajan palautetta radoista ja ”ulkopuolinen” näkökulma oli hyväksi, koska itse tulee helposti sokeaksi omalle tekemiselleen. Ensimmäiset ratasuunnitelmat olivat valmiina jo yli vuosi ennen kisoja.
- Koejuoksuja tehtiin tarpeen mukaan, jotta eri reitinvalintavaihtoehdot saatiin paremmin arvioitua. Näiden perusteella päätettiin lopulliset rastivälit ja rastipisteet.



Omia näkemyksiä hyvästä sprinttiradasta 1/3

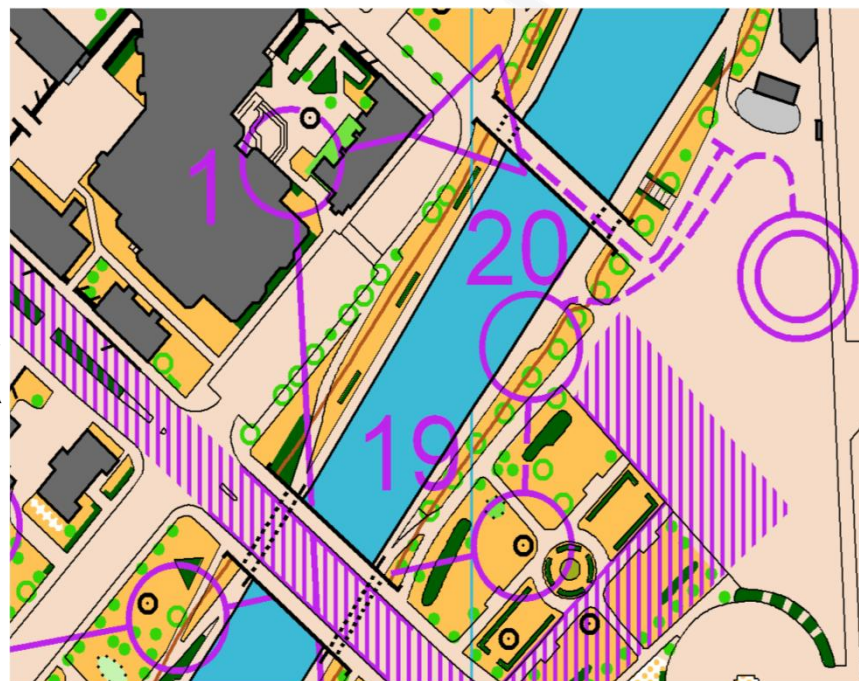
- Meillä Suomessa sprintti ”maastot” eivät ole samantyyppisiä mitä Keski-Euroopassa on tarjolla, mutta Suomestakin löytyy hyviä sprinttimaastoja. Suunnistustehtäviä on mahdollisuus lisätä esimerkiksi käyttämällä lisättyjä aitoja maastossa (aidat voidaan sijoittaa viisaasti hyötykäyttöön eikä vain suunnistustehtävien vuoksi)
- Millaisia suunnistustehtäviä ratamestari voi tarjota sprintissä?
 - Reitinvalintaa, jossa kovassa vauhdissa pitää tehdä nopea päätös oikeasta reitistä. Nopein reitti laadittava mielellään siten, että se on vaikeimmin kartalta löydettävissä.
 - Suunnanvaihtoja, optimireitin lähtö on samaan suuntaan josta tultiin rastille (kuva).
 - Rastipisteillä ei ole sprintissä suurtakaan merkitystä vaan rasti tulee sijoittaa siten että se palvelee parhaiten seuraavaa väliä.
 - Rastien lukumäärällä voi vaikuttaa suunnistuksellisuuteen. Mielellään lähempänä 20 rastia kuin jossain 10-15 välillä.





Omia näkemyksiä hyvästä sprinttiradasta 2/3

- Jos radoissa on kohtia, joissa sprintin sääntöjä rikkomalla saa selkeän ajallisen hyödyn, niin tällaista kohtaa pitää valvoa järjestäjien toimesta.
- Tällöin toimitsija kirjaa ylös kilpailija numeron ja tapahtuma-ajan jälkikäsitteilyä varten. Myös valokuvaaminen on suotavaa.
- Tarkista, että jos kilpailualueella on portteja että ne pysyvät auki tai kiinni VARMASTI kisan aikana.
- Salossa osa kukkaistutuksista (tumman vihreä rasteri) rajattiin valkoisella leveällä nauhalla, jotta ne olisivat hyvin havaittavissa ja välttyttiin turhilta hylkäämisiltä. Osa kukista oli vasta istutettu muutama viikko ennen kisoja ja vaikeasti havaittavissa.





Omia näkemyksiä hyvästä sprinttiradasta 3/3

- Lyhyelläkin välillä voi olla useita eri valintoja (erot 0-5 sek):



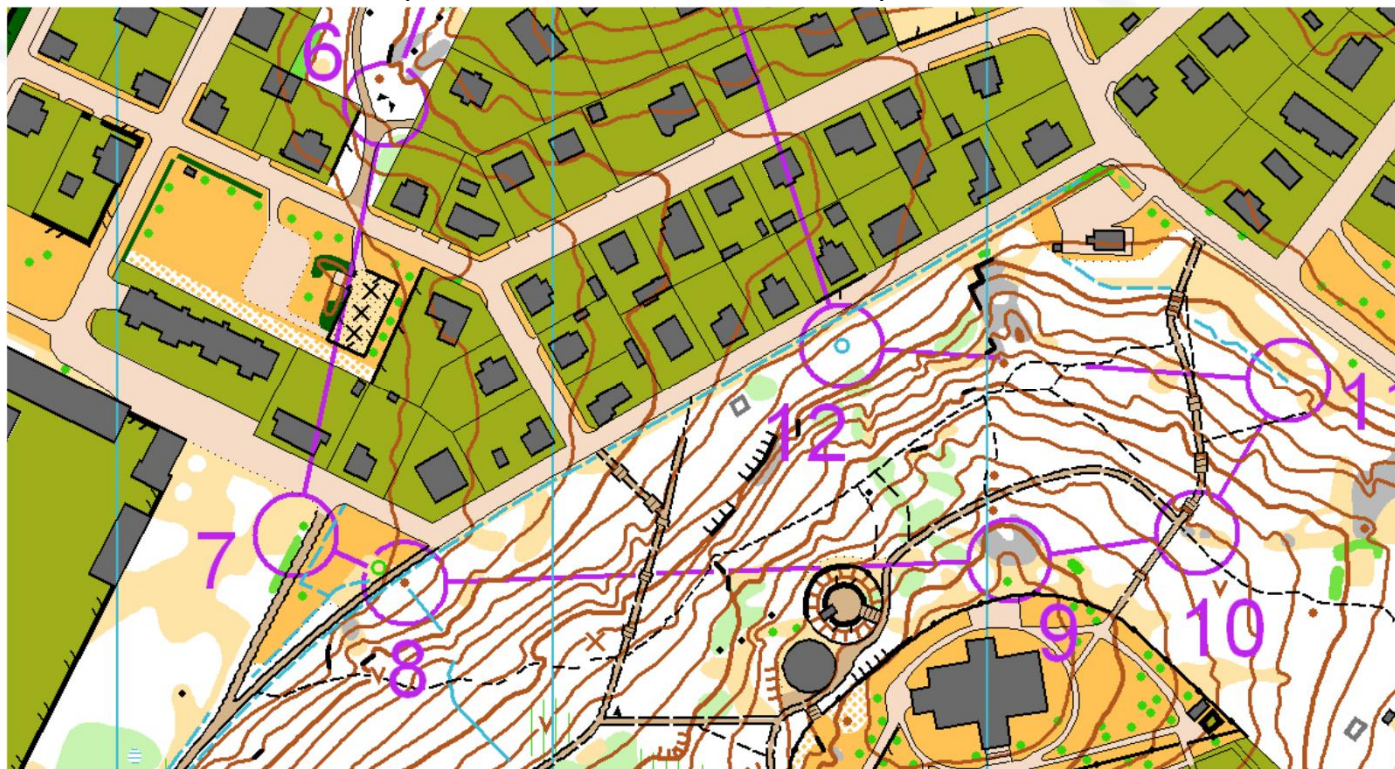
- Pitkien siirtymäväliden (>500m) heikkoutena on, että näillä väleillä ehtii lukemaan etukäteen teknisiä/lyhyitä välejä valmiiksi. Kuvassa oikealla eri valintoja (erot 0-20sek).
- Alussa pitää mielestäni olla mahdollisimman paljon "tehtävää", jotta ei ehdi liikaa tutustumaan koko rataan etukäteen. Jätä vaativin alue loppuun.





Rastit

- Maastossa olevat ns. metsärastit pyrittiin valitsemaan siten, että ne ovat kovassakin vauhdissa helposti löydettävissä. Mielestäni sprintin luonteelle ei sovi, että metsärastit ovat liian vaativia ja jotenkin ratkaisevassa roolissa.
- Esimerkki finaalista (M21, 9-10 TV rastiväli):





Rastipukit

- Mielellään kevyt siirrettävät rakennelmat, jotka voidaan tuoda paikalle mahdollisimman myöhäisessä vaiheessa (kilpailuaamuna). Pukit kiinnitetty maahan puutapeilla. Salon kisassa tapit olivat viety rastipisteeseen etukäteen, jolla varmistuttiin, että pukki laitettiin varmasti oikeaan paikkaan.
- Metsärasteilla voidaan käyttää perinteisiä rastipukkeja.
- Ratamestarin "prikat" eivät säily kaupunkialueella. Itse käytin punaista spray-maalia pukin paikan merkkaukseen.
- Salossa kaikki rastit vietiin paikoilleen aamulla ennen karsintaa. Karsinnan rastit siirrettiin karsinnan jälkeen finaali- maastoon. Rastit olivat paikoillaan 1.5 tuntia ennen ensimmäistä lähtöä koejuoksuja varten.
- Rastiliput voi laittaa sprintissä hieman normaalia metsäsuunnistusta matalammalle, minimikorkeuttahan ei säännöissä määritellä. Tarkoitus ei ole kuitenkaan rasteja piilotella.



Kuva: Jorma Ake, PM-katsastus 2007



Tavoiteajan määrittäminen

- Mittaa juostava matka OCAD:lla optimireittiä pitkin (Salossa optimireitti oli 1.3-1.4 kertaa ilmoitettua matkaa pidempi)
- Määrittele km-vauhti eri sarjoille. Tällä tavalla pääsee parhaiten lähellä lopullista voittoaika. Km-vauhdin määrittelyssä kannattaa käyttää apuna myös aikaisempien vuosien sprinttiratoja parhaan aika-arvion saavuttamiseksi. (Liite Excel)



Microsoft Office
cel 97-2003 Worksh

Esimerkki Salon kisasta:

– M21: Matka 3020m, nousua 85m (optimireittiä 3950m)

- Kova alusta (sora, asfaltti, nurmikko) 3170m 3:30 min/km (3:25)
- Metsämaasto 600m 5:00 min/km (5:30)
- Viitoitus 310m 3:15min/km
- Arvioitu voittoaika: 14:41 min (14:24 min)

– Naisissa:

- Kova alusta 3:50 min/km (3:55)
- maasto 5:30 min/km (7:00)
- Loppuaika: 14:42 (15:38 min)

- Toteutuneet ajat punaisella ja suluissa
- Metsämaasto (50m nousu) hidasti oleellisesti enemmän naisten vauhtia