

## FRH Challenge 2018

### Kilpailujen säännöt, aikataulu ja muut tiedot

- Kilpailupäivä:** 09.12.2018 (sunnuntai)
- Paikka:** Sveitsin Lukio. Osoite: Teerimäenkatu 2-4, HYVINKÄÄ. Sisäänkäynti tapahtuu sivuovesta. Alakerrassa on erilliset pukuhuoneet tytöille ja pojille ja kilpailupaikka sijaitsee yläkerrassa (portaat sisäänkäynnin jälkeen oikealle).
- Aikataulu:** Klo 08:00-10:00 Radan esittely ja harjoittelu  
Klo 10:00-15:00 Kilpailuaika
- Kilpailurata:** Jotta mahdollisimman moni temppuilla harrastava voisi huoletta osallistua kilpailuihin ja saisi arvokasta kilpailukokemusta on rata pyritty rakentamaan mahdollisimman turvalliseksi. Rata onkin nk. pehmeä rata joka sisältää mm. trampoliineja, airtrackeja, styrox-/ilmatäytteisiä esteitä, alastulopatjoja ja permantomattoja.
- Vakuutus:** Kilpailijoita ei ole vakuutettu järjestäjän puolesta. Kilpailujen järjestäjät eivät ole vastuussa mahdollisesta loukkaantumisesta. Suosittelemme tarkistamaan, että osallistujalla on voimassa oleva tapaturmavakuutus.
- Musiikki:** Kilpailujen järjestäjä vastaa tapahtumapaikan musiikista. Jos kilpailija haluaa käyttää haluamaansa musiikkia oman suorituksensa aikana, tulee musiikki toimittaa muistitikulla mp3-muodossa kilpailujen järjestäjälle ennen kilpailujen alkamista.
- Alle 18v kilpailija:** Alle 18v kilpailijalla tulee olla vanhemman/huoltajan suostumus ilmoittautumiseen (tämä kysytään ilmoittautumislomakkeella).
- Ilmoittautuminen:** Kilpailijan ilmoittautuminen tulee tehdä 30.11.2018 mennessä seuran ilmoittautumisjärjestelmän kautta osoitteessa: <http://membisnet.freerunning.fi>
- Palkinnot:** Jokaisen sarjan kolme parasta palkitaan pokaalein. Palkintojenjako suoritetaan jokaisen sarjan päätyttyä.
- Osallistumismaksu:** Osallistumismaksu on 10 eur per kilpailusarja joka tulee olla maksettuna seuran tilille ennen kilpailupäivää.
- Katsojat:** Kilpailupaikalle järjestetään istumapaikat katsojille. Katsojien sisäänpääsymaksu on 10 eur.

## Nopeuskilpailu:

FRH Free Running ry suunnittelee radan joka kilpailijan tulee suorittaa mahdollisimman nopeasti edeten määriteltyä reittiä.

Jokaisella osallistujalla on yksi mahdollisuus suorittaa rata.

Halutessaan radalla voi ohittaa yhden esteen mutta tästä tulee 10 sekuntin aikasakko. Radalla oikominen tai useamman kuin yhden esteen ohittaminen johtaa hylkäykseen. Saat myös palata takaisin ja suorittaa radan oikein, mutta ajanotto ei pysähdy.

Nopeuskilpailun aikataulu:

Tytöt 2008-2011	klo 10:00-10:30
Tytöt 2004-2007	klo 10:30-11:00
Tytöt 2003-	klo 11:00-11:30
Pojat 2008-2011	klo 11:30-12:00
Pojat 2004-2007	klo 12:00-12:30
Pojat 2003-	klo 12:30-13:00

---

## Taitokilpailu:

Taitokilpailussa arvostellaan neljää eri osa-aluetta:

**Flow:** Sulavasti yhdisteltyjä tempusarjoja.

**Temppujen vaikeus:** Hankalista ja omaperäisistä tempuista saa enemmän pisteitä.

**Turvallisuus:** Temput pitää laskeutua turvallisesti ja hallitusti. Huonoista alastuloista menettää paljon pisteitä.

**Kokonaisvaltainen radankäyttö:** Käytä suorituksessasi monipuolisesti koko rataa.

Taitokilpailun suoritus aika on 30-60 sekuntia.

Taitokilpailun aikataulu:

Kaikki tytöt	klo 13:00-13:30
Pojat 2008-2011	klo 13:30-14:00
Pojat 2004-2007	klo 14:00-14:30
Pojat 2003-	klo 14:30-15:00