

TÄVLINGSDIREKTIV



FM-stafett i orientering Ingå, söndag 13.9.2026

[Preliminär version 8.9.2026]

OK Raseborg arrangerar FM-tävling i stafettorientering söndagen den 13 september 2026 i Ingå. FM-stafetten är också finaltävling för Viestiliiga.



INGÅ INKOO

Tävlingsregler och direktiv: I tävlingen följs orienteringens grenregler, de särskilda direktiven för FM-tävlingar år 2026 samt arrangörens direktiv.

Rätt att delta: I FM-stafetten får föreningar som är medlemmar av Finlands orienteringsförbund delta. Laget bör vara sammansatt av representationsdugliga orienterare med tävlingslicens och av vilka högst en får vara utlänning (grenreglerna 19.23). En utländsk person som varit fast bosatt i Finland åtminstone sedan början av kalenderåret och representerar en av SSL:s medlemsföreningar jämställs enligt grenreglerna med finsk medborgare (grenreglerna 19.231). Deltagare bör under tävlingsåret fylla minst 14 år (grenreglerna 19.27).

Klasser: H21, H20, H18, H16, D21, D20, D18 och D16. Alla dessa klasser har tre etapper.

H35, H45, H50, H55, H60, H70, H75, H80, D35, D45, D50, D55, D60 och D70. Alla dessa klasser har tre etapper, och lagens åldersstruktur bör följa följande tabell. Den sammansatta åldern räknas enligt födelseår (grenreglerna 19.336).

Klass	Lagets sammanlagda ålder, minst	Lagmedlems ålder, minst
H35	105 år	35 år
H45	130 år	35 år
H50	150 år	40 år
H55	170 år	45 år
H60	190 år	50 år
H70	210 år	60 år
H75	225 år	70 år
H80	240 år	75 år
D35	105 år	35 år
D45	130 år	35 år
D50	150 år	40 år
D55	170 år	45 år
D60	190 år	50 år
D70	210 år	60 år

Banlängder: Enligt Finlands orienteringsförbunds idealtider (hela stafetten 90–105 minuter). Alla klasser och alla etapper är gafflade. Banornas och etappernas längder framgår av [bifogade tabell](#).

Terräng: Brantare och mer utmanad västnyländsk terräng med berg i dagen än i genomsnitt. Den enda tidigare orienteringskartan över tävlingsterrängen är från 1987–1988. FM-stafettens avlysta område finns i [Orienteringsförbundets kartregister](#).

Karta och kontrolldefinitioner: Orienteringskarta ISOM 2017-2 i skalan 1:10 000 (klasserna H/D16–35) eller 1:7500 (klasserna H45–80 och D45–70), ekvidistans 5 meter. Kartering gjord av Arvo Paulin 2024–2026. Kartorna är i förseglade kartfodral. Kontrolldefinitionerna är tryckta på kartan, och kontrollernas koder finns också utmärkta på kartan bredvid kontrollsymbolen. På vissa banor kolliderar strecket mellan kontrollerna med en tidigare kontrollcirkel på samma banor. I de fallen har det gjorts ett tydligt avbrott på strecket. Var noga med kontrollernas ordningsföljd!

Förbjudna områden: I terrängen finns en förbjuden åker, som har kryssats över med violett på kartan och i terrängen avgränsats med plastband för förbjudet område. Där bandet går finns det på kartan ett enhetligt violett kantstreck. Längs åkerkanten för man springa bara på den tillåtna sidan av bandet. Dessutom finns det i terrängen en otydlig tomtgräns, som avgränsats med plastband för förbjudet område för att förhindra intrång på tomten. På kartan finns det här inget violett kantstreck för förbjudet område utan enbart kanten till tomtområdets olivgröna fält.

Löpordningar och förändringar i dessa: Löpordningarna för stafettlagen bör anmälas via Rastilippu-tjänsten senast lördag 12.9.2026 kl. 18.00. Lag som inte anmält sin löpordning i tid får inte starta. Endast på grund av *force majeure* kan denna löpordning ändras senast söndag morgon 13.9.2026 senast kl. 10.30. Ändringen meddelas till tävlingskansliet på särskild blankett. Tävlingsens tekniska sakkunniga kan godkänna eller förkasta ändringen. Lag som springer i annan ordning än den som uppgetts i löpordningen diskvalificeras enligt de särskilda direktiven för FM-stafetten.

Tävlingsmaterial: Tävlingsmaterialet delas ut föreningsvis i tävlingskansliet söndag 13.9.2026 med början kl. 9.00 och under förutsättning att deltagaravgifterna är betalda och löpordningarna korrekt anmälda. Kuverten med tävlingsmaterial innehåller tävlingsnummer (inga säkerhetsnålar) samt Emit-backuplappar och en kartreturkupong. En kontrollpunkt för Emit-brickorna finns på modellkontrollen vid vägvisarpålen.

Tävlingsnummer: Tävlingsnumren baserar sig på resultatet i 2025 års FM-stafett. Alla tävlande använder tävlingsnummer, och streckkoden på tävlingsnumret är nödvändig för inläsningen. Numret får inte vikas. Kontrollera att du använder rätt nummer enligt startlistan. Numren samlas inte in i målet.

Stämplingssystem och hyresbrickor: Stämplingssystemet är Emit. Emit-numret förenas med tävlarern då denna checkar in på start- och växelområdet. Samma Emit-bricka får användas bara en gång i tävlingen. I tävlingskansliet finns en begränsad mängd hyresbrickor till priset 5 euro/bricka. För icke returnerade hyresbrickor faktureras en avgift på 100 euro. Om du behöver en hyresbricka, kontakta tävlingskansliet i så god tid som möjligt.

Bruk av egen GPS-tracker, sparande av rutten samt annan utrustning: Tävlarna måste följa grenreglerna vad beträffar användning av hjälpmedel (grenreglerna 3.54). Det är tillåtet att använda GPS med minne utan kartskärm. Det är förbjudet att använda egna apparater som sänder GPS-data i realtid. Sparad GPS-data får inte användas till fördel för någons tävlingsprestation. Den

sparade ruttdatan får laddas upp på internet eller motsvarande ställen först efter tävlingens slut. Det är tillåtet att använda action-kamera, och kamerorna samlas inte heller in i växlingen. Den data de samlat får man dock inte titta på före omstarten. Av säkerhetsskäl är det tillåtet att ta med egen telefon, men den måste vara stängd på start- och växlingsområdet samt under tävlingsprestationen, och den får användas endast i nödfall.

GPS-uppföljning: I klasserna H/D21 används GPS-uppföljning på alla etapper. Arrangören väljer de lag som har skyldighet att bära GPS-tracker. Lag som vägrar bära tracker utesluts från tävlingen. En [förteckning över de lag som utsetts att bära GPS](#) finns på tävlingens webbsida och på anslagstavlan i tävlingscentrum. Listan kan leva under tävlingen, så följ med eventuella upprop via högtalarna i tävlingscentrum. Arrangörerna hjälper tävlarna att klä på sig trackern och GPS-västen i GPS-punkten före Emit-inläsningen. Trackern och GPS-västen måste bäras ända tills de avlägsnas från tävlaren efter Emit-utläsningen. Det är tillåtet att använda egen väst. Det går att hämta ut GPS-västen från GPS-punkten redan före inläsningen, men trackern placeras i västen först i samband med inläsningen.

Viestiliigas TV-sändning: Enligt orienteringens grenregler får de tävlande inte visa tävlingskartan eller banan åt andra tävlande, tränare eller följeslagare medan tävlingen pågår. Detta gäller också information som man skaffat via TV-sändningen under tävlingen. Det är förbjudet för alla tävlande, följeslagare och publik att följa med TV-sändningen i tävlingscentrum. Det är förbjudet att ta emot eller förmedla information från TV-sändningen till tävlingscentrum och tävlande som ännu inte gått ut i skogen. Brott mot förbudet kan leda till diskvalificering.

Uppvärmning utanför start- och växlingsområdet: Tävlande som vill värma upp innan de checkar in på start- och växlingsområdet får göra det längs tvättplatssnitseln (blå och vit) och Västankvarnvägen väster om tävlingscentrum. Tävlande i FM-stafetten får inte värma upp längs snitseln till motionsorienteringens start (gul och orange), för den går delvis genom tävlingsterrängen. Vägen närmast tävlingscentrum används för evakuering och är huvudsakligen avstängd för de tävlande.

Start: Starterna sker stegvis i tävlingscentrum enligt följande startgrupper:

kl. 11.00	H21
kl. 11.15	H50, D35, D55
kl. 11.30	H55, D45, D70
kl. 11.45	D50, D60, H70
kl. 12.00	D16, H16, H80
kl. 12.15	H45, H60, H75
kl. 12.30	D21
kl. 12.45	H18, D18, H35
kl. 13.00	H20, D20

Alla etappers löpare går till start- och växlingsområdet via inläsningen. I tältet genast efter inläsningsporten förenas Emit-brickans nummer med den tävlande och brickan läses in i resultatsystemet. Därefter nollställer den tävlande sin bricka i Emit-nollningspunkten och får gå till uppvärmningsområdet, därifrån man inte får avlägsna sig efter att Emit-brickan nollställts. Det finns en toalett på uppvärmningsområdet. Vi rekommenderar incheckning först ca 15 minuter före den egna starten.

Den första etappens tävlande grupperar sig på startområdet i nummerordning på de platser som arrangörerna visar, följande arrangörernas och speakers anvisningar. Kontrollera din plats i raden. Raderna är utmärkta med skyltar. Man bör vara på sin egen plats senast fyra minuter före starten. Kartorna delas ut i handen före starten. Då funktionären ger kartan bör den tävlande försäkra sig om att kartans nummer motsvarar tävlingsnumret. Det är på den tävlandes ansvar att få rätt karta i starten och ta rätt karta från kartställningen i växlingen. Man får inte öppna kartan före startsignalen. Startsignalen är en hornsignal. Lag som tjuvstartat eller förorsakat tjuvstart diskvalificeras. Från start och växling går det en enhetlig snitsel till starttriangeln, dit det är ca 200 meter. Försenade lag får sin karta av startfunktionärerna efter startsignalen.

Växling: Från sista kontrollen går det snitsel till växling och mål. De tävlande följer till en början samma snitsel till växling och mål. Snitseln delar sig på slutrakan i en fil för växling och en fil för mål. Kartorna samlas in efter växlings- eller målstämplingen. Växlingen sker så att den inkommande tävlande tar följande etapps karta från kartställningen och ger den till följande löpare i sitt lag vid växelbommen.

De tävlande ansvarar själva för att de tar sitt eget lags karta för följande etapp. Tävlande som väntar vid bommen bör försäkra sig om att de får rätt lags och rätt etapps karta. Om ett lag springer med fel karta diskvalificeras lagets prestation.

Om lagets karta inte finns på kartställningen meddelar den inkommande löparen om detta till en funktionär vid bommen. Funktionären visar den utgående löparen till reservkartpunkten, som ligger nära bommen. Förlorad tid gottgörs inte.

Om en utgående löpare inte går att finnas inom skälig tid vid bommen ges kartan till en funktionär vid bommen. Tävlande som försenat sig till växlingen anmäler sig till funktionärerna vid bommen.

Endast tävlande med tävlingsnummer har tillträde till uppvärmningsområdet via inläsningen. Tävlande som kommit från terrängen till växling eller mål avlägsnar sig från växlingsområdet via Emit-utläsningen. Observera eventuell rusning på start- och växlingsområdet i samband med gemensamma starter.

Växels stängning och omstart: Stafettväxeln stänger kl. 14.45. Omstarten på etapperna 2–3 för de lag som inte kommit till växling före det sker vid kartställningen kl. 15.00. De tävlande förflyttar sig till kartställningen tre minuter före omstarten i enlighet med speakers och funktionärernas anvisningar. Omstarten sker enligt speakers instruktioner. Också den exakta tidtabellen för stängningen av växeln och för omstarten meddelas via högtalarna.

Mål: Från sista kontrollen går det en snitsel till målet. Till växling och mål springer man i olika filer. Lagens slutliga placering avgörs av den ordning i vilken de överskridit mållinjen. En målkamera filmar denna ordning på mållinjen. På plats finns också en måldomare som slutligen avgör placeringarna. Sluttiden kommer av målstämplingen efter mållinjen. Tävlande som avbrutit bör ta sig genom målet och anmäla att de avbrutit vid utläsningpunkten. Målfunktionärerna bör även informeras om eventuella skadade. Målet stängs kl. 16.45.

Utredningspunkt för felaktigheter: Utredningspunkten ("klagomuren") är belägen invid utläsningen. Eventuella diskvalificeringsförslag behandlas vid behov tillsammans med lagledaren. Det är tillåtet att hämta lagledaren enligt funktionärernas instruktioner. Eventuella anmälningar

om regelbrott samt protester görs i enlighet med grenreglerna till tävlingsledaren under tävlingen, uteslutande skriftligen och på papper, och de kan lämnas in via tävlingskansliet. Den som lämnar en anmälan bör ovillkorligen uppge sina person- och kontaktuppgifter. Det finns formulär i tävlingskansliet.

Resultat: Under tävlingen syns online-resultaten på FM-stafettens resultatsida, till vilken det finns en länk på tävlingens webbsida. De officiella resultaten offentliggörs på webbsidan efter tävlingen.

Första hjälp: I tävlingscentrum finns en förstahjälpunkt i omedelbar närhet av målet. Dessutom finns det i terrängen två evakueringspunkter, till vilka skadade kan söka sig och där orienterare kan meddela om skadade. Punkterna är utmärkta på kartan med förstahjälp-symboler.

Instruktioner för tävlande i fall av sjukdomsattack eller skada:

- *Lämna inte någon skadad ensam i skogen. Ropa på hjälp!*
- *Meddela om skadad till evakueringspunkten eller någon funktionär. Berätta var patienten är (t.ex. nära vilken kontroll) och var redo att visa vägen dit.*
- *Meddela på samma gång säkerhetschefen, tfn 044 2649067; denne förbereder transport och koordinerar övriga åtgärder.*

Vätskepunkter: Det finns inga vätskekontroller eller vätskepunkter i terrängen, men det finns vatten för tävlande i målet.

Följeslagare: Lagledare, tränare eller andra följeslagare får inte gå in på uppvärmnings-, start-, växlings- och målområdet. Det är möjligt att ge kläder eller drycker över gränsen till området.

Prisutdelning: FM-stafettens prisutdelning sker i tävlingscentrum enligt bifogade [preliminära tidtabell](#). I junior- och huvudklasserna premieras med medalj varje medlem i lag som placerat sig på platserna 1–3 samt med plakett varje medlem i lag som placerat sig på platserna 4–10. I veteranklasserna premieras med medalj varje medlem i lag som placerat sig på platserna 1–3. Därtill får medaljörerna i alla klasser produktpris.

Prisutdelningen i Viestiliigas helhetstävling sker vid Viestiliigas egen reklamvägg omedelbart efter att Viestiliigaresultaten blivit klara.

Kartretur: Kartorna returneras föreningsvis i utbyte mot kartreturkupongen efter omstarten med början kl. 15.15 i tävlingskansliet.

Omklädning, tvätt och toalett: Omklädning i terrängförhållanden och föreningstält. Arrangören erbjuder ett omklädningstält med begränsad kapacitet, vilket inte får användas för förvaring. Begränsad möjlighet till tvätt inomhus på gångavstånd från tävlingscentrum, följ den blågula snitslingen. Bajamajor finns i tävlingscentrum och på växlingsområdet.

Café- och restaurangtjänster: I tävlingscentrum finns café och fältrestaurang med egen prislista. Mer information om dessa finns separat på tävlingens webbsida.

Vägvisning till tävlingscentrum: Vägvisning från stamväg 51 (Helsingfors–Karis) vid Vestavägens korsning, <https://maps.app.goo.gl/6QnEHRbnbmAtwcVK7>, samt från regionalväg 186 (Ingå hamn–Salo) vid Västankvarnvägens korsning, <https://maps.app.goo.gl/AkZyioSCCSfFH5Hu5>. Körtid till

parkeringen 10–15 minuter. Vägvisningen bör ovillkorligen följas. Den finns på plats söndag 13.9.2026 fr.o.m. kl. 7.30.

Parkering: Parkeringen öppnas söndag 13.9.2026 kl. 8.00. Parkering på åker enligt funktionärernas anvisningar. Inkörning från två olika håll. Avstånd från parkeringen till tävlingscentrum 200–1000 meter. Cykelparkering bredvid tävlingscentrum.

För bussar och tyngre fordon har en grusplan reserverats. Bussar, husbilar och husvagnar bör anmälas på förhand senast en vecka före tävlingen. Det är inte tillåtet att övernatta på parkeringen. Vägvisningen är den samma som för personbilar.

Parkeringsavgift på 5 euro/fordon betalas i tävlingskansliet. Biljetten kontrolleras vid utkörning. Samåk gärna.

Modell- och motionsorientering: Modellorientering på egen hand 31.8–12.9.2026 i en närliggande terräng; pris 9 euro/bana, se separata instruktioner på tävlingens webbsida.

På tävlingsdagen 11.00–13.00 finns det möjlighet till individuell motionsorientering på gångavstånd från tävlingscentrum. Förhandsanmälan i Rastilippu och Navisport. På tävlingsdagen sker anmälan samt in- och utläsning i tävlingskansliet, där också motionsorienteringens resultatservice finns. Pris 15 euro/bana, se mer information i motionsorienteringens egna instruktioner på webbsidan.

Tävlingscentrum: Tävlingscentrum ligger på en åker i Västankvarn. Tävlingscentrum öppnas söndag 13.9.2026 kl. 8.00. Före det är det förbjudet att beträda området. I tävlingscentrum finns det utrymme för föreningstält, vindskydd och vimplar. Tävlingskansliets kundbetjäning öppnar kl. 9.00. Ingen barnpassning erbjuds.

Hittegods: Hitegods kan föras till tävlingskansliet. Efter tävlingen kan förfrågningar göras under två veckors tid till adressen sm2026.okraseborg@gmail.com.

Räddningsplan: Tävlingens räddningsplan finns till påseende på anslagstavlan i tävlingscentrum och i tävlingskansliet. Dess sammanfattning finns på tävlingens webbsida.

Centrala funktionärer:

Tävlingsledare	Jan Lång, janove.lang@outlook.com , 040 5087223
Vice tävlingsledare	Björn-Erik Wickholm
Tävlingssekreterare	Charlotta Wolff, sm2026.okraseborg@gmail.com
Informatör	Citha Dahl, dahlcitha@myhome.fi , 040 8442613
Huvudbanläggare	Roy Wickholm
Banläggare Viestiliiga	Daniel Forsell
Kartsekreterare	Jouko Nurmiainen
Tävlingscentrum	Harri Leinikka, harri.leinikka@reptrust.com , 040 5055001
Start, växling, mål	Ville Forsström
Måldomare	Jan Wasström
Resultatchef	Jan Täppinen
Resultatservice	Niko-Petteri Salo, T:mi ResultSalo
Trafik	Jonna Öblom, jonna.oblom@gmail.com

Säkerhetschef

Kristian Forsell, kristian.forsell59@gmail.com, 044 2649067

Kontrollanter:

Teknisk sakkunnig

Bankkontrollant

Johan Uusimäki, Finlands orienteringsförbund

Pekka Vuorinen, OK Trian

Jury:

Ordförande

Medlemmar

Kari Maijala, Epilän Esa

Astra Francke, Espoon Suunta

Sanna Paukkunen, Angelniemen Ankkuri