



KUTSU EM-SYYSKAUDEN 2017 LASER-RUN -MESTARUUSKILPAILUIHIN

Tervetuloa seuramme järjestämiin **1. avoimiin syyskauden Laser-Run -mestaruuskilpailuihin**, jotka pidetään tiistaina **19.12.2017 klo 19.00-21.00** Tuulimäen urheiluhallin miekkailusalilla, Itätuulenkuja 9.

Miekkailusalilla toteutettavassa Laser-Run -kilpailussa on vuorotellen laserpistooliammuntaa ja juoksua 4 kertaa, ja nopein on voittaja.

Kilpailuihin voivat ottaa osaa ikäsarjoittain kaikki 8-70 -vuotiaat, jotka ovat **ennakko-ilmoittautuneet määräaikaan su 17.12.2017 mennessä: www.espoonmiekkailijat.fi/lr**.

EI OSALLISTUMISMAKSUA!

Ilmoittautumisten tarkistus ennen kilpailujen aloitusta miekkailusalilla: klo 18.30-18.45.

SARJAT: 1) U12pt (s. 2006-10) 2) U14pt (s. 2004-05) 3) U16pt (s. 2002-03) 4) U18pt (s. 2000-01) ja 5) aikuiset.

Jos jossain sarjassa osallistujia on alle 3kpl, yhdistetään sarja seuraavan ikäsarjan kanssa. Ikäsarjat ovat sekasarjoja (pojat ja tytöt / miehet ja naiset).

AMMUNTA: Ammuntamatka on 5m kaikissa sarjoissa. Sarjassa **1 (U12pt)** saa halutessaan ampua istualtaan ja/tai tukea käyttäen, muissa sarjoissa ammunta tapahtuu seisten ja yhdellä kädellä. Aseen tulee koskettaa pöytää joka laukauksen välissä. Jokaisella ammutakerralla tulee saada tauluun 5 osumaa, maksimiaika ammutapaikalla 50 sekuntia jonka jälkeen saa jatkaa matkaa vaikka osumia ei olisikaan tullut. Joka sarjassa on yhteensä 4 ammutakertaa.

JUOKSU: Tarkka juoksureitti ilmoitetaan paikan päällä. Jokaiseen sarjaan kuuluu yhteensä neljä juoksuosuutta (jokaisen ammunnan jälkeen).

Kilpailun kulku siis: startti-ammunta-juoksu-ammunta-juoksu-ammunta-juoksu-ammunta-juoksu.

Kilpailuvarustus: Jokaisella osallistujalla olisi hyvä olla juoksemiseen soveltuvat kengät jalassa (viimeksi osa juoksi sukkasillaan, mikä etenkin kilpailutilanteessa altistaa helpommin liukastumisille yms).



**TERVETULO A TUULIMÄEN MIEKKAILUSALILLE
1. LASER-RUN -MESTARUUSKILPAILUIHIN
19.12.2017!**