PEKO ELIIT

UUDISKIRI PEKO ELIIDI TEGEVUSTEST

SISUKORD

1. Sissejuhatus
2. Suusaorienteerujad lumeta talvel
3. Gion Šveitsis
4. Suvesportlaste talvine ettevalmistus
5. Karel ja Reigo Keenias
6. Treeni Setomaal
7. Peko Eliit

Eelmise uudiskirja viktoriini õiged vastused:

1. Härma müürid
2. Piusa liivakarjäär
3. Õrsava sild
4. Kolossova küla
5. Verhulitsa
6. Lõunalaagri polügoni maja Matsuri-Sesniki tee läheduses

Esikolmik:

1. **Kaarel Vesilind** (6/6 õiget koordinaatide täpsusega)
2. **Raul Kudre** (6/6 õiget)
3. **Alar Assor** (5/6 õiget)

Viktoriini võitja Kaarel vastas ise, et kuna ta pole Setomaalt pärit, siis oli õigete vastusteni jõudmine tõsine peamurdmine: „Eriti keerulised olid jalgratturi pilt ja Lõunalaagri pilt. Nende leidmisega sai **peaaegu terve Setomaa Google Streetview ja satelliitpiltidega läbi käidud**. Samuti läks vaja mõnda muud kavalat võtet. Kokku läks aega umbes 3 tundi.“ Küsimusele, kas ta on Peko Eliidi uudiskirja regulaarne lugeja, vastas Kaarel: „Siiani olen kõik ilmunud uudiskirjad läbi lugenud. Väga huvitav on lugeda mida sportlased teinud on ja mis on nende tulevikuplaanid.“

PS! Kellel on huvi kuulda täpsemaid nippe, kuidas Kaarel vastusteni jõudis, siis võtke temaga julgelt ühendust!

Täname kõiki viktoriinis osalejaid!

1. SISSEJUHATUS

PEKO ELIIDI TALVISED TEGEVUSED

Talv on käes, kuid Eestimaal viitab talvele vaid kalender seinal. Peko Eliidi sportlaste treeningud käivad aga täies hoos: suusaorienteerujad timmivad vormi peagi algavateks tiitlivõistlusteks, suvised tegijad „laovad treenides põhja“, et õige pea saabuval suvisel hooajal eesmärke vallutada.

Jõulude ajal kohtus Peko Eliit Värskas, et veeta koos üks arendav ja meeleolukas päev. Päeva sportlikusse osasse kuulus keeruline teatevõistlus Verhulitsas ning „kuiva kaarditrenni“ harjutused. Lisaks arutleti koos 2020. aasta eesmärkide üle, söödi kooki ja jagati Pekopikkude kingitusi.

Käesolev uudiskiri toobki teieni mõtted suusaorienteerujate vormi ajastamisest, jooksuorienteerujate põhja ladumisest ja lisaks sekka põnevad lood otse Šveitsist, Keeniast ja Setomaalt.

2. SUUSAORIENTEERUJAD LUMETA TALVEL

SUUSAORIENTEERUJAD: „VALMIS VÕI MITTE, SIIT ME TULEME“

1. Kuidas on läinud ettevalmistus hooaja tähtsaimateks võistlusteks?

Daisy: Hoolimata Eesti olematust lumest on läinud ettevalmistus **väga hästi** ja tunnen, et olen heas vormis. Tugevaks suusaorienteerujaks saab eelkõige ikkagi hea suvise-sügisese baasettevalmistusega ning õnneks sain talve alguses väga palju välismaal suusatada.

Mattis: Võib öelda, et sõna otseses mõttes **üle kivide ja kändude**, kuna lumi maad ei kata ja treeningud on tulnud musta maa peal läbi viia. Jaanuari jooksul sai ehk viiekümne kilomeetri jagu suusasammu teha, seega pole ka eriti head ülevaadet enda seisust. Õnneks on aga EMini veel üle kuu aja aega ja tulevik paistab lumisem - vähemalt Soomes ja Rootsis, kuhu mitmel korral asja saab olema.

Doris: Positiivne, et veebruari alguse MK kuu lõppu lükati, **jõuan ka mina** arvestavasse **vormi saada**. Kui varasematel aastatel olen enda kiirust arendanud tiheda võistlusprogrammi abil, siis nüüd tunnen, et võistlusi on natuke liiga vähe olnud. Reisida saab palju, talve jooksul olen juba kaks korda Norras ja kaks korda Soomes käinud, viimaseks ettevalmistuseks võtsin 1,5 nädalaks kolmandat korda suuna Soome poole.

Gion: Ettevalmistus on läinud **füüsilisest poolest väga hästi**. Kahjuks sain ma hooaja alguses aru, et vaimne ettevalmistus pole sama hästi läinud. Seega on ilmajumala töö ja MK edasi lükkumise tõttu hea natuke lisaaega saada. Ma kasutan seda aega!

Kevin: Ettevalmistus on läinud **normaalselt**, tervis on olnud hea ja olen treeninud plaanipäraselt.

2. Mis tundeid on sinus tekitanud olukord, kus maa on must ja lund pole?

Daisy: Loomulikult on see ülimalt **kurb ja nõme**, et Eestis suusatada ja suusaorienteeruda ei saa, aga üritan motivatsiooni üles hoida sellega, et teen musta maa treeninguid **võimalikult kvaliteetselt**.

Mattis: Paneb rohkem pilku välismaa poole pöörama, et see **lumi ikka üles leida**. Õnneks pole seis nii nukker igal pool.

Doris: Jaanuari alguses olin lume osas veel väga optimistlik, ei tahtnud rullide välja võtmisega tujugi rikkuda. Aga **looduse vastu ei saa** ja polegi midagi teha. Lootust on, et äkki olen siis kevadel paremas jooksuvormis kui varem. Ja reisimine on ka veel suuremaks hobiks saanud kui enne, lumeotsingute käigus olen mitmeid uusi keskusi ja kohti külastanud.

Gion: Raske on aktsepteerida, et keskkond ei järgi plaane. See on frustreeriv, kurb ja teeb mind isegi vihaseks. Aga see õpetab olulise õppetunni: kui sa tahad olla edukas, ära lase keskkonnal oma tegevuse eest vastutust võtta. Sest kõige lõpuks on **oluline vaid see, mida sa ise antud keskkonnas ära teha suudad**.

Kevin: Eks ta natuke masendavalt mõjub ning päris tihti peab end enne trenni minekut moosima ja koguma. Ütleme nii, et trennid on **mentaalselt raskemad kui füüsiliselt**.

Suusaorienteerujad Soomes hooaja esimestel võistlustel. Vasakult: Gion, Daisy, Mattis, Doris, Kevin

3. Kui tihti ilmateadet vaatad? 😀

Daisy: Vaatan ilmateadet ikka **mitu korda päevas**, aga üldiselt ei lase sel enam ennast häirida, sest võtsin seisukoha, et saan ka ilma lume tulekuta võistlusteks valmistuda.

Mattis: Ilmselt külastatuim veebilehekülg viimasel ajal.

Doris: Kindlasti harvem kui mõned teised pereliikmed. **Niikuinii valetab**, pole mõtet lootusi üles kruttida ja siis pettuda. Ja pikaajalisi plaane ka teha ei saa, sest ilmateade jõuab selle ajaga 10 korda muutuda.

Gion: Viimase kahe kuu jooksul olen ma kindlasti ilmateadet vaadanud **rohkem kui sotsiaalmeediakanaleid**.

Kevin: Ilmateate suhtes olen ma suhteliselt **alla andnud** tegelikult, vahest õhtul vaatan kas on järgmine päev külmakraade või mitte, aga seda rohkem sellepärast et, kas saab rulli sõita või mitte. 😀 Loodan muidugi kogu aeg, et äkki ikka tuleb see lumi.

4. Milliste treeningutega oled üritanud treenida ja end vormis hoida?

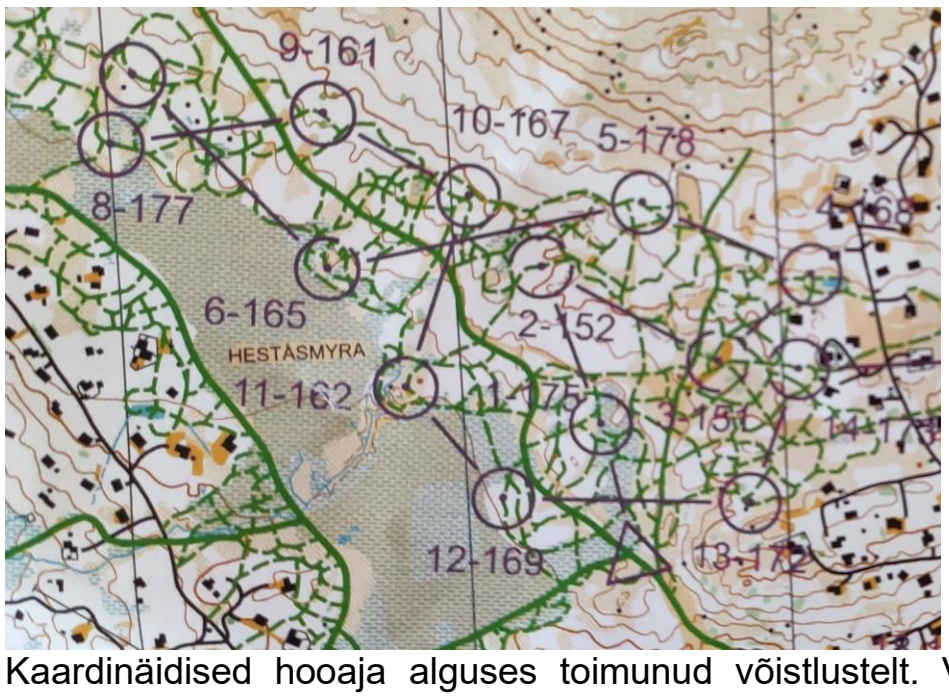
Daisy: Kuna olin novembri lõpust kuni jaanuari keskpaigani peamiselt ainult välismaal (Soomes, Norras, Šveitsis) suusatamas, siis olen **suure osa talvest ikkagi** erialaseid trenne teinud ehk **suusatanud**. Kahjuks pidin talve keskel paar nädalat ka Eestis treenima ja sel ajal pole muud teha kui rullsuusatada, joosta, immi ja jõudu teha. 5 soojakraadiga on rulle sõita täitsa mõnus.

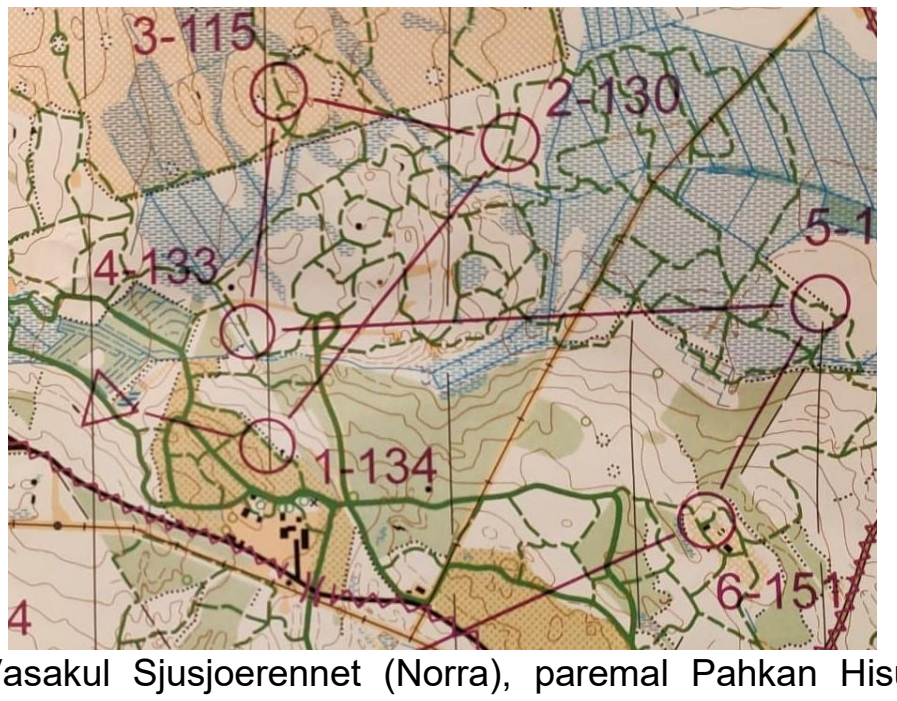
Mattis: Võib nii öelda, et kümnenda järjestikuse „suvekuu“ treeningplaani järgne tegevus käib. Ikka **rull ja jooks** on põhilised tegevused, millega treeningutel parasjagu tegeleda on tulnud. Üksikutel pidupäevadel on saanud ka suusad välja võtta, kui mõneks päevaks piiri taha põigatud või mõni kunstlume lõik üles leitud.

Doris: Olen saanud kõike teha - **jooksu, rulli, suuska, jõudu**. Ratast ei ole ainsana veel suutnud välja ajada, see oleks tõesti next level.

Gion: Olen teinud mis iganes treeninguid, mida **keskkond võimaldab.**

Kevin: Tuleb treenida nii nagu sügisel. Sõidan **rulli, ratast** ja **jooksen**. Ratast enamasti trenažööriga ja olen hakanud rohkem kergejõustikuhallis käima.





Kaardinäidised hooaja alguses toimunud võistlustelt. Vasakul Sjusjoerennet (Norra), paremal Pahkan Hisu (Soome).

5. Kas ja kuidas oled just suusaorienteerumise poolt harjutada saanud?

Daisy: Nii uskumatu kui see ka pole, olen ma jaanuari lõpuks teinud kokku **20 kõrge kvaliteediga suusaorienteerumise** võistlust või kiiret treeningut, mis on tõenäoliselt rohkem kui kunagi varem. Eestis olles teen kuiva kaarditrenni, õpin võistlusanalüüsidest ja kogun vaimset värskust, mis on ka üliioluline.

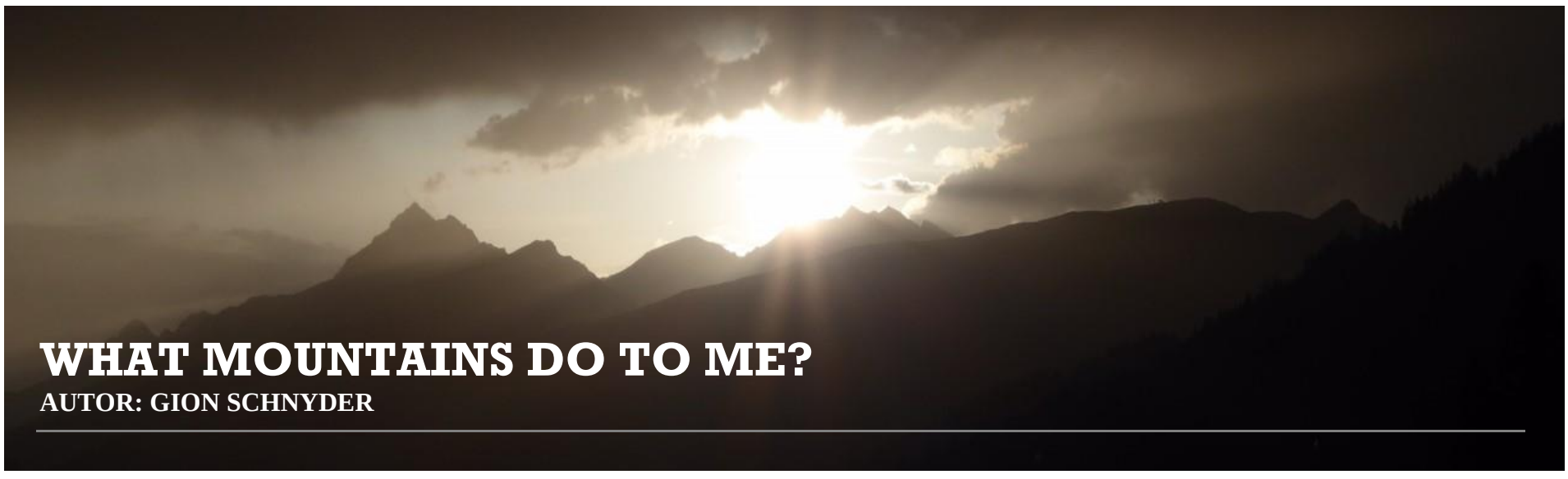
Mattis: Eks on sellega alati nii, et parimad võimalused konkreetselt suusaorienteerumisega tegeleda on pea ainult võistlustel. Need vähesed võistlused, mis põhjanaabrite juures tühistamisest on pääsenud, on aidanud enam-vähem meeles pidada, kuidas see suusaorienteerumine ikka käib. See tähendab, et tuleb rohkem **„kuiva trenni“** teha ja kaarditreeningutele **loovamalt läheneda**.

Doris: Tunnen, et **kaardilugemise pool on** lumepuuduse tõttu kõige rohkem **kannatanud**. Detsembris olid Soomes ja Norras super head olud suusaorienteerumiseks ja sai ka enne-pärast võistlusi korralikult kaarditreeninguid teha. Jaanuaris on seis natuke kehvem olnud ja et ennast üldse kaardilt üles leiaks, olen teinud nt Värska veetehase suures parklas rullidel ja planšett ees “liblikaharjutust”.

Gion: Olen saanud suusaorienteeruda **rohkem kui piisavalt**.

Kevin: Eks kaarditrenne saab teha ikka, aga parim oleks kindlasti suusaga võrgus sõitmine. **GPS-e** ja **kaarte** olen **vaadanud palju** ja vahest ka trenni kaasa võtnud, peab ise harjutusi välja mõtlema ja **asja huvitavana hoidma**.

3. GION ŠVEITSIS



WHAT MOUNTAINS DO TO ME?

AUTOR: GION SCHNYDER

Mountains are big. The sort of big that defies description. Mountains dominate the landscape in which they're situated and influence the surrounding and environment they cover. If you don't live in a mountainous area, imagine walking outside every morning and discovering a 3000m tall penguin in your front garden. As you drive to the grocery store and look in your rearview mirror, there's the penguin.

Turn the corner and the impossibly huge penguin is there looming over you, casting a giant penguin shadow. Every high school is Penguin High. Street names are Penguin Drive and Penguin Street. Every bar and restaurant has a clever penguin-related name.

That's what it's like to live in the mountains.

The mountain's very permanency is a constant in an otherwise very rapidly changing world. Technology, life events, and even language evolve seemingly at the speed of light. Mountains, by contrast, move on mountain time, which is to say, very slowly indeed.
They can let you feel the full range of emotions over fear to love and life.

For me, it is one of the most honest places on earth. A place where you are treated real. Where you can meet life from its roots. Mountains let you do what you are capable of. And therefore, it is important to know who you are and who are you going to face when you are going to date the mountains. Because mountains can turn summer into winter, minutes into hours, even into days; or life into death. This is what a human has to accept in the environment of mountains.

If you agree with these terms of condition, in exchange you can become a free soul and mind out there. Find yourself, shift horizons, even learn to understand how faith moves mountains.

4. SUVESPORTLASTE TALVINE ETTEVALMISTUS

TÄISKÄIGUL 2020. HOOAJA EESMÄRKIDE SUUNAS

1. Kuidas on talvine ettevalmistus alanud?

Reigo: Talvine ettevalmistus on alanud **mahukalt**. Paar laagrit Eestis koondisega, üks koos Kareli ja Mihkliga Jõulumäel ja nüüd Keenias kõrgmäestikus. Lisaks on laagrite vahel kodus kõvasti mahtu kogutud.

Kristel: Üsna **plaanipäraselt.** Motivatsiooni leidmine muutub küll raskemaks iga järjekordse päevaga, mil Eestis on taevas hall ja lund pole. Pikemaid jooksuotsi on ka sombuste ilmadega ikka päris nukker teha. Üldiselt olen aga suutnud treeninguid nautida ja õnneks ei pea raskemaid ja arendavamaid trenne alati üksi tegema.

Kristo: Novembris võtsin korraks hoo maha, kuid järk-järgult sai kehale järjest rohkem koormust antud. Jalad pidasid suurenenud kilomeetritele päris hästi vastu. Tänu lume puudumisele olen saanud **orienteeruda maastikul** rohkem kui esialgu lootsin. Kahjuks jaanuari viimasel nädalavahetusel õnnestus Lätis laagris jalale korralikult liiga teha ja peab mõneks ajaks treeningutega pausi tegema.

Karel-Sander: Sai tuldud teist korda Keeniasse talvise ettevalmistuse ajal, et hõredat õhku nautida ja **lõvide eest ära joosta**.

Emily: Ettevalmistus on alanud **pigem positiivselt.** Olen püsinud tervena ning saanud teha enda treeningud plaanipäraselt. Kuna oli teada, et Eestis lumeoludega nukker seis, siis käisin ka nädal Soomes Vuokattis suusatamas, et saada veidi jooksust vaheldust.

Karel Keenias lõvide eest jooksmas

2. Mis võistlusi pead 2020. aastal kõige olulisemateks?

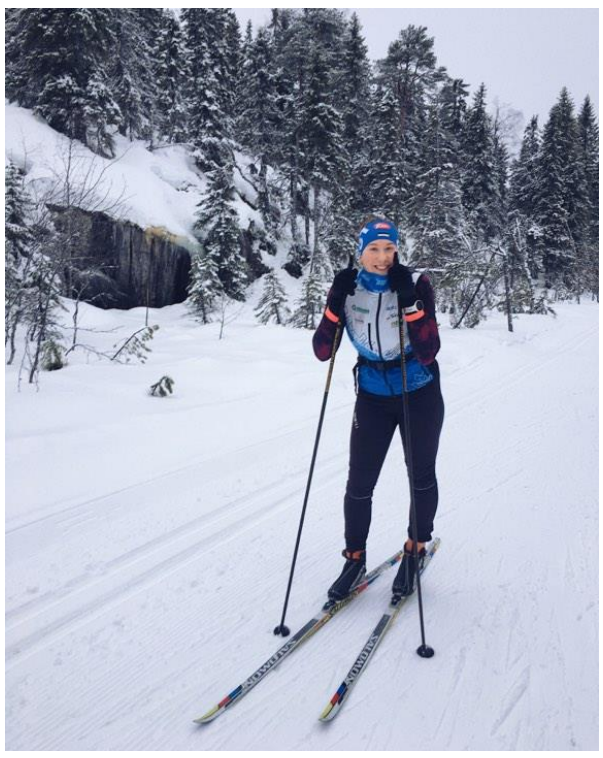
Reigo: Euroopa MV-le üritan pääseda. MK-dest tahaks osa võtta, hetkel ei tea kindlalt millistest. Kindlasti ka EMV-d.

Kristel: Teatevõistlused (Jüriöö, Venla, EMV'd) ja individuaalsed Eesti meistrivõistlused, eriti metsadistantsid.

Kristo: Kohal nr 1 on kodused Euroopa MV-sed augustis. Muidu on soov teha stabiilne hooaeg, kus sooritused ei jää füüsilise nõrkuse taha.

Karel-Sander: Kergejõustiku Eesti meistrivõistlused ja Balti meistrivõistlused. Vaja joosta nii kõvasti, et pääseks Eesti koondist esindama Balti meistrivõistlustele kergejõustikus. Eesti staadionijooksu sari ka kindlasti on üks korralik ettevõtmine ja võiks ju orienteerumise sprindi EMV-l ka mingi rahuldava tulemuse teha.

Emily: Balti MV ja siis kindlasti ka kõik EMV.



Emily Soomes treenimas

3. Mille järgi planeerid oma võistlushooaega?

Reigo: Suuremate võistluste järgi. Vahele planeerin väiksemaid treeningvõistlusi.

Kristel: Esmalt planeerin tähtsamad võistlused, siis saab lisada nö toetavad võistlused. Suve alguseni ja sügisel sõltub võistluskalender ka ülikooli plaanist.

Kristo: Kevad on küllaltki traditsiooniline, sisuliselt igal nädalavahetusel olen joonel. Suve alguses tuleb natuke end treeninglainele sättida, et augustis ja septembris taas tugevalt esineda.

Reigo varahommikune jooksuots

Karel-Sander: Eks ikka olulisemate võistluste järgi, et vajalikud stardid oleks enne olulisemaid starte tehtud ja vormikõver ilus terav.

Emily: Enda jaoks kõige olulisemate võistluste järgi. Eesmärk on nendeks võistlusteks saavutada enda parim vorm.

4. Kas oled hakanud treeningute juures kasutama midagi uut või taasavastanud mõne vana hea toimiva treeningu?

Reigo: Midagi uut otseselt kasutama hakanud ei ole, aga olen rohkem keskendunud **orienteerumise tehnilisele poolele**. Treeningutele lisaks olen hakanud pidevalt harjutusi tegema vigaste kohtade tugevdamiseks ja vigastuste ennetamiseks.

Kristel: Suuri muudatusi pole treeningutes teinud. Pärast pikka pausi oli tore jälle veidi kiiremaid ja intensiivsemaid liigutusi trennis tegema hakata. Kindlasti olen rohkem tähelepanu pööranud **taastumisele.**

Kristo: Pärast eelmist jooksuvaba talve on tore taas ettevalmistushooajal joosta. Hea meel on selle üle, et olen saanud nädala **pikima treeningu teha metsas ja kaardiga**. 2018. aasta ettevalmistuses oli sellel suur roll ettevalmistuses ja usun, et ka nüüd õnnestub sellest kasu lõigata.

Karel-Sander: Talvel teen rohkem **jõu ja ÜKE harjutusi**, mõned toredad “killerid” on taas meelde tulnud küll.

Emily: Üldplaanis on treeningud jäänud samaks. Ainukesena olen lisanud võrreldes varasemate aastatega rohkem jõutreeninguid, kuna tunnen, et ei teinud seda varem piisavalt.

Reigo (I koht) ja Kristo (II koht) Rakvere ööjooksu talve eri 5km distantsil võidukad

5. Mida soovid oma konkurentidele?

Reigo: Selget pead ja kiiret jalga. Ära minu konksus jookse.

Kristel: Püsige terved!

Kristo: Tehke trenni, siis on, kellega koos võistelda.

Karel-Sander: Tehke trenni ja sööge Maci.

Emily: Head treenimist ja may the best one win.

HOIA MEILE PÖIALT!

SUUSAORIENTEERUMISE KALENDER

20.–26.veebruar MK etapid, Rootsi (Daisy, Doris, Gion, Kevin, Mattis)

8.–15. märts Euroopa MV, Venemaa (Daisy, Doris, Gion, Kevin, Mattis)

23–27. märts üliõpilaste MM, Soome (Doris, Kevin)

www.orienteering.sport

KERGEJÕUSTIKU KALENDER

15.–16.veebruar U23 talvised Eesti MV kergejõustikus (Karel)

22.–23.veebruar täiskasvanute Eesti talvised MV kergejõustikus (Karel)

http://www.ekjl.ee

5. KAREL JA REIGO KEENIAS

KEENIAS HÕREDAT ÕHKU HINGAMAS

AUTOR: REIGO TEERVALT

Oleme Kareliga tulnud **kuuks ajaks** Keeniasse kõrgmäestiku laagrisse. Elame siin **2400m** kõrgusel. Uudiskirja ilmumise hetkeks oleme laagris olnud kolm nädalat ja olla jääb veel nädal. Siiamaani võime kõigega rahule jääda. Eks meil on ikka mõningaid tervisehädasid olnud, aga see tundub siin olevat täitsa normaalne, et keegi on paar päeva siruli ja siis on kõik jälle korras ja saab trennidega edasi minna.

Oleme täpsemalt **Nyahururu** linna juures väikses külas kus asub "Eesti maja". See on loodud Tiidrek Nurme poolt ja siia saavad huvilised laagrisse tulla (ehkki siin käib ka tavalisi turiste). Laagri jaoks on see väga hea koht, elamine meenutab pigem **vanaema maakodu**, kus on kõik vajalik olemas. Hea asi siinse elu juures on see, et ei ole segavaid faktoreid. Lisaks meeldib mulle, et on võimalus laagerdada koos Eesti tippjooksjatega, sest nii näeme kõrvalt nende tegemisi ja olemist laagris.

Esimestel päevadel, nagu ikka, on kõrgmäestikus treeningutel raske, sest hapnikku ei tule väga peale, kuid nüüd on olukord juba palju parem. Ainult peale kiireid lõike tõmbab natukeseks hapniku kinni ja hingamise raskemaks. **Treeningtingimused on head**, majast välja minnes saab igale poole joosta. Teed, mida mööda siin trenni teeme, on päris erinevad: peamiselt punase liivaga siledamad teed, aga on ka väga kiviseid teid. Kui päeval on vihma sadanud, siis on savistel ja kivistel teedel päris raske ja libe joosta. Sellisel juhul oleme jooksnud suure asfalttee ääres. Tavaline nähtus trennides on väiksed mustad lapsed, kes valgeid nähes karjuvad "Muzungu" (mis tähendab nende keeles valget) või "How are you", kuigi ma pole kindel, kas nad ise ka aru saavad, mida nad küsivad. Siin on vist tavaline asi, mida lastele õpetatakse, et kui valget näed, siis küsi neilt midagi, sest valge on nende jaoks ikkagi rikas inimene. Mõned suuremad lapsed jooksevad vahest isegi tükk maad kaasa.

Päevakava on nagu laagris ikka:
7.30 hommikusöök
10.00 esimene trenn
12.00 käime Nyahururu linnas **lõunat söömas**. Linn asub külast umbes 5km kaugusel ja käime sinna tuk-tukiga, mis maksab umbes 20 eurosenti (kohalikus rahas 20 šillingit). Tavaliseks söögikohaks on Safari café, kus põhiline söök on riis ubadega, mis maksab 80 eurosenti. Pärast lõunasööki sõidame linnast tuk-tukiga tagasi ja läheme voodisse puhkama.
17.00 teine trenn, millele järgneb tavaliselt enamus majarahvale jõutrenn, kergemad kereharjutused, tõkete harjutused (isetehtud puust tõketel) või kõvem venitamisseeria.
19.00 õhtusöök, mis ei alga enne, kui kõik on laua ümber. Kõik on koos tehakse söögilaul ja palve ning siis on aeg süüa.

6. TREENI SETOMAAL

PARIM VÕIMALUS SETOMAAL ORIENTEERUMISEKS – PEKO KEVAD

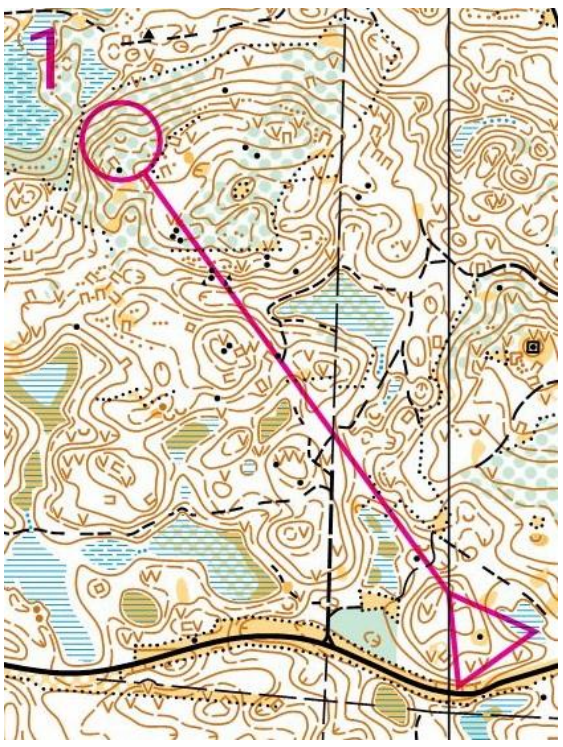
Setomaa on tuntud oma ilusate männimetsade ja kauni looduse poolest. Kindlasti kõik, kes on kord Setomaal orienteerunud, teavad ka kui mõnusad orienteerumismaastikud siin on. Ning kõik, kes on kord Peko Kevadel käinud, teavad kui mõnus on Setomaal enda kevadist orienteerumishooaega käima lükata.

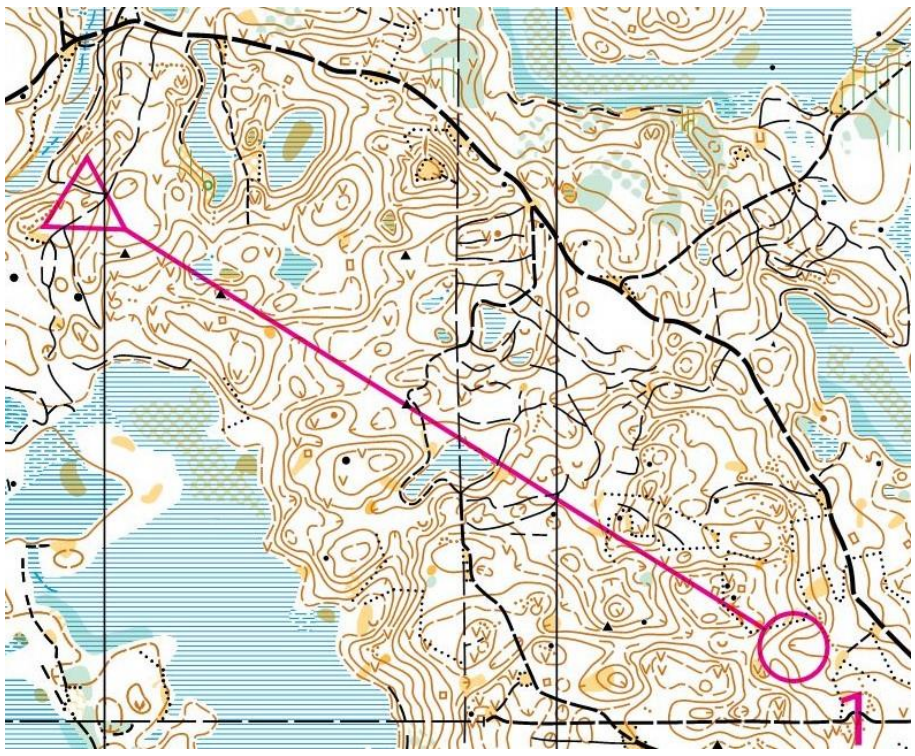
Kui möödunud aastatel on Peko Kevad mööda Setomaad ringi rännanud ja vahel ka naabervaldades toimunud, siis sel aastal jõuab Peko Kevade tee tagasi Värska. Nimelt toimub võistlus Korela maastikul, mis hõlmab ennast kõike, mida üks mõnus Setomaa maastik võikski: ilus männimets, hea joostavus ja põnev reljeef. See on hea maastik nii kõigile orienteerumisproffidele kui ka neile, kes tahavad lihtsalt orienteerumise seltsis mõnusat nädalavahetust veeta.

Seega kutsumegi kõiki uudiskirja lugejaid osalema **XXIX Peko Kevadel**, mis toimub **11.-12. aprillil Värskas!** PS! Seekordne üritus on eriline, sest Värska OK Peko 30. aasta juubeliaasta puhul tahame pakkuda osalejatele lisaks mõnusale orienteerumiselamusele muudki huvitavat. Täpsem info juba õige pea!

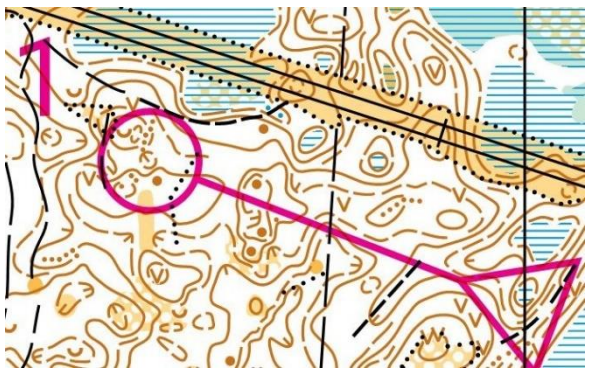
Kõigile neile, kes soovivad Peko Kevadele tulla head tulemust tegema, anname aga omapoolse soovituse: **hakake juba nüüd harjutama**. Peko Eliidis oleme me igatahes arvamusel, et kuiv kaarditrenn aitab saada paremaks orienteerujaks. Selleks oleme ka meie lugejatele ette valmistanud paar kaardiharjutust, mida saate kodus laua taga lahendada.

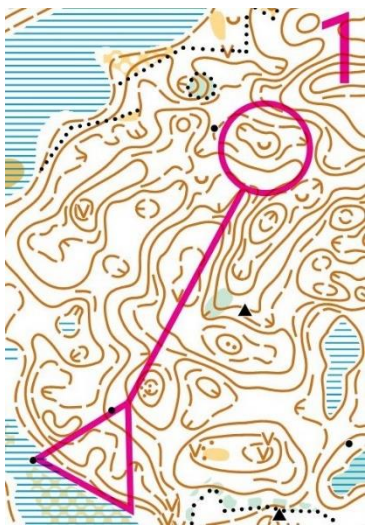
Harjutus nr 1. Teie ees on kaks pikemat etappi. Kuna kaardilt kogu info lugemine võtab kiirust alla ning kaardilt mitte millegi lugemine ei vii kohale, on nende kahe etapi puhul ülesandeks **teha teevalik ning leida enda jaoks üles need pidepunktid, mida soovikiste nii kaardil kui maastikul näha.**





Harjutus nr 2. Teie ees on kaks lühikest etappi. Harjutuse tegemise jaoks võtke palun valge paber ja pliiats. Vaadake kaardifragmenti mõned sekundid ning joonistage seejärel valgele paberile täpselt nii palju infot, et ilma eksimusteta punkti jõuda.
Head harjutamist ja kohtume Peko Kevadel!





7. PEKO ELIIT

PEKO ELIIT – 2019. AASTAL LOODUD ELIITSPORDITIIM

Peko Eliit on 2019. aastal loodud eliitsporditiim. Tiimi kuuluvad Värska OK Peko liikmed, kes pürgivad orienteerumise või sarnase ala* põhiklassi rahvuskoondisesse, eesmärgiga võistelda edukalt tiitlivõistlustel.

*orienteerumisjooks, suusaorienteerumine, rattaorienteerumine, rogain, kergejõustik.

Tiimi **missiooniks** on:

1. suurendada ühistegevuse käigus Peko eliitsportlaste tiimitunnet ning luua paremaid tingimusi eliitspordiga tegelemiseks;
2. olla eeskujuks ja motivatsiooniks Peko noorsportlastele ning kasvata Värska OK Peko tuntust ja positiivset kuvandit Eestis ja välismaal.

Daisy Kudre
suusaorienteerumine

Doris Kudre
suusaorienteerumine

Emily Raudkepp
rogain, orienteerumine

Gion Schnyder
suusaorienteerumine

Karel-Sander Kljuzin
kergejõustik, orienteerumine

Kevin Hallop
suusaorienteerumine

Kristel Kõivo
orienteerumine

Kristo Heinmann
orienteerumine

Tiimi sportlikeks eesmärkideks on aidata Pekol olla orienteerumisalade põhiklassis kõige rohkem Eesti MV medaleid võitnud klubi, olla Eesti MV teatevõistlustel esikolmikus ning võita rahvusvahelisel tasandil medaleid.

Mattis Jaama
suusaorienteerumine

Reigo Teervalt
orienteerumine

TOETAJAD

VÄRSKA ORIENTEERUMISKLUBI

Põlva

Setomaa Kimmäs kotus

XT sport
www.xtsport.ee

Fotod: Reigo Teervalt

PEKO ELIIT PAKUB ORIENTEERUMISELAMUSI

Korraldame ettevõtetele ja gruppidele orienteerumisüritusi ja seikluslikke matkasid.

Kui soovite veeta põnevat päeva Setomaa kaunis looduses, siis võtke meiega julgelt ühendust:

pekoeliit@gmail.com

+372 5391 7998

www.peko.ee

VÄRSKA ORIENTEERUMISKLUBI

Peko Eliit on 2019. aastal loodud Värska OK Peko eliitsportlasi ühendav tiim.

Hoidke meie tegevustel silma peal Instagramis: **@pekoeliit**

Värska OK Peko on ligi 30 tegutsemisaasta jooksul korraldanud arvukalt üle-eestilisi ja rahvusvahelisi orienteerumisvõistlusi. Lisaks korraldame kohalikul tasandil ka jooksu-, suusa- ja rattavõistlusi.

HOIDKE MEIE TEGEVUSEL SILMA PEAL

Koduleht: http://avaleht.peko.ee/et/peko-eliit

Instagram: @pekoeliit

Facebook: Värska OK Peko