

VÖRUMAA PIKAMAAJOOKSUDE SARI 2021

# ÜMBER VÄRSKA JÄRVE JOOKS / KÖND

Juhised 2021

## HAIGUSTUNNUSTEGA VÕI REISIDELT SAABUNUNA PÜSI KODUS!

### PUHASTA KÄSI JA IGAL VÕIMALUSEL!

Et meilt enam ei võetaks ära võimalusi spordisündmustel kokku saada, palume südamest, et igasuguste väiksemategi haigustunnuste ilmnmisel jääksite koju ning hoiaksite sellega nii enda kui teiste tervist. Võib piisata vaid ühest viirusekandjast seltskonnas, et jääksime jälle kuudeks nelja seina vahele.

### **Kuigi hindame väga suurt osalushuvi, pole ükski spordiüritus seda riski väärt!**

Ümber Värskaja järve jooks on rahvaspordisündmus, kus pakutakse osalemislusti või võistluslusingutust kõikidele, alates tipp- ja harrastusportlastest tulemusjooksjateni kuni sõrkides või kõndides liikujateni välja.

Igale ühele oma väljakutse!

#### **VÕISTLUSKESKUS:**

Võistluskeskus asub Värskas, [Värskaja staadionil](#).

Sõiduki parkimine staadioni juures ainult vastavalt võistluspäeva liikluskorraldusele.

#### **STARDID:**

Kõikide distantside start on Värskaja staadionilt.

Ühiselt 10 km põhidistantsile **kell 15:00**

Ühisstart 5 km distantsile ja kõnnile **kell 15:30**

## **AJAJOOKSUDE DISTANTSID:**

**Põhidistantsi pikkus MN16+ on 10 km - kaks ringi ümber järve.**

**MN 12 ja MN 14 klasside ning “vaba klassi” distants 5 km - üks ring ümber järve. Minidistants 1,2 km** Värskas tervisekeskuse radadel, osaleda võivad kõik vanematest mudilastest kuni eakateni. EELKÕIGE mudilastele, kellele järve ringi on veidi palju, aga mudilaste 400 m lühike tundub!

10 km distantsil joogipunkt poolel maal, esimese ringi lõpus.

**SOOVITAME VÄGA KAALUDA, KAS EELKOOLIEALISEL VÕI ALGKLASSIDE ALGUSES ÕPPIV MUDILANE IKKA LÄHEB ÜMBER JÄRVE RINGILE, PIGEM SOOVITAME MINIDISTANTSIL OSALEDA!**

**MINIDISTANTS (1,2 km) start on 17:00.**

**MUDILASTE JOOKSU (400 m) start on ca 17:15**

**Kepikõndijatele ja kõndijatele on ühisstart koos 5km jooksjatega kell 15:30** Rada avatud kuni kella 17:30.

**SOOVITAME KÄIMISKEPID KAASA VÕTTA!**

Kõikidele distantsi läbinud kõndijatele on finišis medal **puslemedal diplom** ja veepudel.

Ajavõtt toimub kepikõndijatel oma soovi korral SI-kaardiga, millega saab registreerida ka oma osaluskorra, lisaks soovitame osaluskorra registreerida nutitelefoni QR-koodi pildistades, kellel see võimalus on. Mõlema variandi jaoks on vajalik varustus finišis. Täpsemalt SI- ja NUTI mängudega liitumise ja/või sarja ülevaate kohta [Võrumaa Mängude keskkonnas](#).

**NB!** Korraldajad eeldavad, et kõik, kes registreeruvad kõnnile läbivad raja kõndides. Neile, kes tunnevad, **et vaid kõndimisest jääb väheks**, soovitame võtta vastu väljakutse ning osaleda jooksjate ridades, kasutades vahelduvalt sõrki ja kõndi :) **Valikus on lausa 3 erineva pikkusega jooksudistantsi.**

## **SOOJENDUSVÕIMLEMISED JA SOOJENDUSJOOKS:**

Soojendusvõimlemine **algab võistluskeskuses staadionil kell 14:45,**

**Minidistantsi soojenduse toimub stardiala lähedal kell 17:00**

**Mudilaste jooksu eelsoojendus võistluskeskuse kell 17:15**

**TÄHELEPANU! Kõik soovijad võivad valida osalemiseks 5 km vaba klassi.** Selle valinud vanemad osalejad, vanuses MN16+, saavad samuti aja protokollis, aga punktiarvestust ei peeta, poodiumil autasustamist ei toimu, samas on võimalus koguda osaluskord ja osaleda loosiauhindade loosimises. Kõikidele puzzlemedal ja veepudel.

Minidistants 1,2 km on samuti “vaba klass”, erisusega, et sellel võivad startida kõik, kes soovivad - vanematest mudilastest kuni kõrge eani. Kui valitakse see distants, siis ei saa startida pikematel ega väikeste mudilaste distantsidel. Kõik saavad aja protokollis, aga punktiarvestust ei peeta, poodiumil autasustamist ei toimu, samas on võimalus koguda osaluskord ja osaleda auhindade loosimises. Kõikidele puslemedal ja veepudel.

**Mudilaste jooksu start** antakse ca 17:15. Enne seda viib treener läbi ka mudilaste soojendusvõimlemise, algus ca kell 17:00. Mudilastega jookseb kaasa jooksu üldvõitja. Rada ca 400 m on tähistatud väikeste lipukestega, lindi ning viitadega ning kulgeb Värskatervisekeskuse radadel. Start ja finiš nagu pikal distantsil.

Mudilastele 400 m distantsil ei võeta aega ja paremusjärjestust ei koostata. Kõikidele jagatakse numbrid ja jälgitakse, et mudilane läbiks raja omal jalal, omas tempos ettenähtud distantsi stardist finišisse. Mudilaste tunnustamine puslemedali ja väikese joogiga vahetult finišis. Sellel distantsil ei saa startida mistahes pikemal ajajooksul osalenud lapsed!

**Soodusregistreerimine** on avatud Võrumaa Spordiliidu veebikeskkonnas „[Registreeri siin!](#)“, portaal sulgub võistluspäevale eelneva päeva südaööl, s.t. 23.06.2021. Eelregistreerimine on osalejatele soodsam. **2 päeva varasem eelregistreerimine on veel soodsam, vaata tabelit allpool!**

Südaööst edasi **VÕISTLUSPÄEVAL** on veebipõhine registreerimine kogu aeg avatud aga võistluskeskuses avatakse registreerimine kell 13.30 - 15.00 aga registreerimisel rakendub kohapealne osavõtt. Mugavama starti jõudmise garanteerib varasem kodus ankeedi täitmine või oma nutikates telefonides/tahvlit. Kuigi püüame soodusregistreerimist hoida lahti võimalikult viimase hetkeni, on eriti oluline varem registreerida just **AJAJOOKSUDEL OSALEJATEL**, et teaksime ette valmistada kiipe ja numbreid.

**Osavõtutasu:** kogu sarjas on osavõtutasud ühtsed ja eelregistreerimine veebis on soodsam kui võistluspäeval, tasumine sularahas kohapeal. **Osavõtutasu:** Kogu sarjas on osavõtutasud ühtsed ja eelregistreerimine veebis on soodsam kui kohapeal.

	eelregistreerumisega veebis kuni 21. juuni südaööni	eelregistreerumisega veebis kuni 23. juuni südaööni	registreerumine veebis võistluspäeval ja kohapeal
täiskasvanud	5 EUR	8 EUR	15 EUR
lapsed ja pensionärid k.a minidistants	3 EUR	5 EUR	10 EUR
kõndijad	2 EUR	3 EUR	5 EUR
mudilased (aega arvestamata)	tasuta	tasuta	tasuta

**Registreerimiskeskus kohapeal** on Värskas staadionil ja on avatud 10 ajavahemikus kella 13.30–14.45, 5 km distantsidele kella 13.30 – 15.15 minidistantsile ja mudilaste jooksule 13.30st nende soojendusvõimlemise alguseni. Veebis eelregistreerunute numbreid väljastatakse võistluskeskuses kuni stardiajani.

**Korraldaja õigused, millega iga registreeruja nõustub:**

1. Korraldaja hoiab talle usaldatud isikuandmeid igasuguse õigustamatu kasutamise eest ega väljasta neid kolmandatele osapooltele.
2. Korraldajal on õigus kasutada võistlusel korraldajate poolt tehtud fotosid ja videosid määramata aja jooksul.

Võrumaa pikamaajooksude sarja punktiarvestusse kuuluvad alltoodud põhidistantside võistlusklassid:

### **Ühise punktitableliga**

M / N 12 (2009 ja hiljem sünd) (**ei osale mudilaste jooksul, kui osaletakse oma vanuseklassis**)

M / N 14 (sünd. 2007 – 2008)

### **Ühine punktitablel**

M / N 16 (sünd. 2005 – 2006)

M / N 18 (sünd. 2003 – 2004)

M / N 21 (sünd. 1992 – 2002)

M / N 30 (sünd. 1982 – 1991)

M / N 40 (sünd. 1972 – 1981)

M / N 50 (sünd. 1962 – 1971)

M / N 60 (sünd. 1961 ja varem)

**ÜHINE ARVESTUS MN12 ja MN14 vanuseklasside absoluudis lühikestel distantsidel.**

**AJAVÕTT:** toimub kõikidel jooksudel ühekordsete **kiipidega varustatud numbritega**. Kiibid on kleebitud numbri teisele poolele, on kaetud vahuplaadiga.

**Palume tungivalt neid mitte lahti kiskuda ja NUMBRID TULEB KINNITADA KÕHULE VÕI RINNALE, mitte seljale!**

Ületades lõpujoont, palume oma pulsikellade sulgemisega oodata, kuni väljute alast. Kui kella sulgev käsi jääb numbri ja maas oleva kiipi lugeva mati vahele, siis tulemus ei osutu fikseerituks, sest inimese kehaosad hoiavad impulssi ja ei juhi neid. Heal juhul saab tulemus kirja hiljem, aga ei pruugi olla enam lõpetajate õiges järjekorras, sest tulemus saab fikseeritud hetkel, kui kiibil ja matil tekib “silmside”, sama on ka seljale kinnitatud numbriga, mille tulemus fikseerub hiljem.

**Autasustamine poodiumil:** toimub põhidistantsi absoluutparemuse esikolmikutele naiste ja meeste (16-60+) arvestuses ning kõikide põhidistantsi võistlusklasside (MN12-60) esikolmikutele. Parimate autasustamine toimub orienteeruvalt ca 17:45.

**Osalejamedaliga tunnustatakse** kõiki osalejaid alates võistlusklasside 4. kohtadest, kõiki vaba klassi jooksjaid (5 km ja 1,2 km) ning kõndijaid ja mudilasi, medalid riputatakse kaela võistluskeskuses, finišis.

Lisaks loositakse kõikide osalejate vahel loosiauhind, s. h vaba klass, minidistants, mudilased ja kõndijad, loosiauhinna saab kätte numbri ettenäitamisel sekretariaadist.

**HOIATUS!** Rada kulgeb suures ulatuses järve vahetus läheduses ning on seetõttu kohati juurikane ja ebamugavalt kaldu. Märja ilma korral võivad puidust purded ja sillad olla libedad, TASUB **OLLA ETTEVAATLIK!**

Kohati rada kitsas seetõttu **palve** aeglasematele jooksjatele ja kõndijatele, olge esimese ringi teisel poolel valmis andma rada tagant tulevatele kiiretele jooksjatele, kes juba lähenevad enda finišile.

**Parkimine:** võistluste parkla on staadionist 150 m kaugusel ning sinna mahuvad kõik soovijad. Tähistus võistluskeskusesse algab Värskas, Tartu mnt. ja Pika tn. ristmikult. Parklasse suunavad märgid ning parkimise korraldajad. Samuti on lubatud parkida Värskas kõikides avalikes parklates. Keelatud on võistluse tõttu parkimine Silla tänaval.

**Tualetid ja pesemine:** [Värskas Gümnaasiumis](#).

**Kohapeal lasteala, avatud**

**Lasteala** on võimalus jätta lapsed oma jooksuks või kõnniks, lastealal asub staadioni kõrval laste mänguväljakul.

Lisainfot [Võrumaa pikamaajooksude sarja](#) kohta leiab ka Facebookilehel <https://www.facebook.com/vorumaa.jooksusari>

**Korraldavad:** Võrumaa Spordiliit, Orienteerumisklubi Värskas Peko, Setomaa Vald.

**Jooksu toetavad:** Setomaa Vald, AS Värskä Vesi, AS Värskä Sanatorium, Eesti Kultuurkapital, Võrumaa Toidukeskus, Tsenter, Barrus, Eesti Pagar ja veel paljud jooksusarjale õla alla pannud ettevõtted.

**Peakorraldaja:** Rein Zaitsev tel 5345 3331

**Jooksurada:** Rein Zaitsev tel 5345 3331

**Sekretariaat:** Merike Õun tel 5165720