

LÄÄNE-VIRUMAA JOOKSUSARI 2023

Võistluse nimi:	24. Viru-Nigula rahvajooks, jooksusarja 6. etapp
Aeg ja koht:	05.08.2022 Viru-Nigula staadionil (Kalvi tee 10)
VÕISTLUSJUHE	
1. Korraldaja	Spordiklubi Running

2. Jooksu distantsid	Jooksu nimetus	Distants	Osalevad vanuseklassid
	Tillujooks	100m (ajavõtuta)	M/N 4
	Minijooks	200m	M/N 6
	Lastejooks	600m	M/N 8 ja M/N 10
	Noortejooks	3,4 km	M/N 12 ja M/N 14
	Põhijooks	7,2 km	M/N 16, M/N, M/N40, M/N 50, M/N 60
	Kõnnidistants	3,4 km või 7,2 km	Kõndijad vabalt valitud distantsil

3. Vanuseklassid	Vanuseklass	Sünniaastad	Jooksu nimetus
	M/N 4	2019 ja hiljem	Tillujooks (ajavõtuta)
	M/N 6	2017-2018	<i>Minijooks</i>
	M/N 8	2015-2016	<i>Lastejooks</i>
	M/N 10	2013-2014	<i>Lastejooks</i>
	M/N 12	2011-2012	Noortejooks (võivad osaleda ka nooremad)
	M/N 14	2009-2010	Noortejooks
	M/N 16	2007-2008	Põhijooks
	M/N	1984-2006	Põhijooks
	M/N 40	1974-1983	Põhijooks
	M/N 50	1964-1973	Põhijooks
	M/N 60	1963 ja varem	Põhijooks

4. Päevakava	laupäev 05.08.2023		
		10:30	Võistluskeskuse avamine
		12:00	Tillujooks 100m (ajavõtuta)
		12:15	Minijooks 200m
		12:30	Lastejooks 600m
		12:50	Noortejooks 3,4 km Kõnd 3,4 ja 7,2 km
		13:00	Põhijooks 7,2 km
		14:30	Parimate autasustamine
	NB! Kohapeal registreerimine ja numbrite väljastamine lõpetatakse 20min enne vastavat starti!		

5. Rada	Põhi- ja noortejooksu rada asub vahelduval maastikul (kruusteed, metsateed ja lõpus asfalt). Noortejooksu rajal on üks tehnilisem laskumine (vihma korral libe) ja kaks tõusu. Põhijooksu rada on üsna vahelduv, suures osas (ca 5 km) kattuv vana jooksutrassiga. Uus on raja algusest 1,8 km lõik ning raja lõpuosas on järjestikku kolm tõusu ja paar tehnilist laskumist.		
	Noortejooks- skeem 1	Põhijooks- skeem 2	Lastejooksud - staadionil

6. Ajavõtt	Ajavõtt toimub rinnanumbri taha kinnitatud kiibiga, kiibi eemaldamine ja kahjustamine on keelatud. Rinnanumber kinnitatakse rinnale või kõhule.
-------------------	---

7. Osavõtutasud	EELREGISTREERUMISE korral / 4.08 kella 16.00ni		VÕISTLUSPÄEVAL KOHAPEAL
	Tillujooks	tasuta	tasuta
Lastejooks	tasuta	tasuta	
Põhijooks	5 EUR	10 EUR	
Noortejooks ja põhijooksu M/N16 klass	3 EUR	5 EUR	
Kõndimine	5 EUR (täiskasvanud) / Lastele kuni 10.a ja pensionäridele tasuta		
7.1 Osavõtutasu maksmine	1-pangaülekandega Spordiklubi Running kontole EE512200221055266241		Võistluspäeval vaid sularahas
	2-kohapeal sularahas		

8. Eelregistreerumine	Aadressil →	https://jooksusari.ee
	Eelregistreerida saab reedel 04.08.2022 kuni kella 16:00ni	

9. Osalejamedal	Iga jooksu lõpetaja saab Lääne-Virumaa jooksusarja 6. etapi osalejamedali. Osalejamedalid kõikidelt jooksusarja etappidelt annavad kokku jooksusarja puse.
------------------------	--

10. Autasustamine	Iga osaleja saab finišis korraldaja poolt joogi. Lastejooksudel toetajate poolt magus amps.
	OSALEJA SAAB <ul style="list-style-type: none"> - stardinumbri ja tulemuse protokollis - Lääne-Virumaa jooksusarja osalejamedali - vett või spordijooki põhijooksu TP-s (4 km) - pesemisvõimalus spordihoones või saunas - alates N/M12 võistlusklassist kolmele parimale karikad.

11. Meditsiin	Võistluskeskuses kohapeal on kutseline med.töötaja, kes osutab vajadusel esmaabi. Iga osaleja vastutab enda tervisliku seisundi eest. Osalemine omal vastutusel.
----------------------	--

12. Lisainfo	Parkimine	Viru-Nigula spordihoone (Kalvi tee 10) parklas
	Pesemine ja WC	Spordihoones (Kalvi tee 10)
	Saun	Kirikaia 2 (Viru-Nigula vana vallamaja)

13. juhendi koostaja	Nimi	e-mail	мобиili nr
	Ainar Sepnik	jooksuklubi@gmail.com	(+372) 53365686