

LÄÄNE-VIRUMAA JOOKSU- JA KÖNNISARI 2024

võistluse nimi:	20. Emumäe jooks, jooksusarja 4. etapp		
aeg ja koht:	14.07. 2024 Emumäe vaatetorni platsil		
VÕISTLUSJUHE			
1. korraldajad	Spordiklubi Rakke		
	Emumäe jooksu rajad kulgevad maastikul ja on mõeldud nii lastele kui ka täiskasvanutele – igale vanuseklassile on jõukohane distants.		
2. Jooksu distantsid	Jooksu nimetus	Distants	Osalevad vanuseklassid
	Tillujooks	Ca 100m ajavõtuta	M/N 4
	Minijooks	200m	M/N 6
	Lastejooks	500m	M/N 8 ja M/N 10
	Noortejooks	2,6 km	M/N 12 ja M/N 14
	Põhijooks	6 km	M/N 16, M/N, M/N40, M/N 50, M/N 60
	Kõnnidistants	2,6 km või 6km	Kõndijad vabalt valitud distantsil
3. vanuseklassid	Vanuseklass	Sünniaastad	Distants, märkused
	M ja N 4	2020 ja hiljem	Tillujooks 100m
	M ja N 6	2018-2019	Minijooks 200m
	M ja N 8	2016-2017	Lastejooks 500m
	M ja N 10	2014-2015	Lastejooks 500m
	M ja N 12	2012ja hiljem	Noortejooks 2,6 km
	M ja N 14	2010-2011	Noortejooks 2,6 km
	N ja N 16	2008-2009	Põhijooks 6km
	M ja N	1985-2007	Põhijooks 6km
	M ja N 40	1975-1984	Põhijooks 6km
	M ja N 50	1985-1974	Põhijooks 6km
	M ja N 60	1965 ja varem	Põhijooks 6km
4. päevakava	14.07.2024	10.30	Võistluskeskuse avamine
		10.30-11.30	Registreerimine ja ümberregistreerimine, numbrite väljastamine. Eelregistreerumine ja numbrite väljastamine lõpeb 30 minutit enne vastava distantsi starti.
		10.30-12.30	Numbrite väljastamine eelregistreerunutele
		12:00	Tillujooks (c 100m, ajavõtuta)
		12.10	Minijooks(200m)
		12.20	Lastejooks (500m)
		12.40	Start noortejooksule (2,6 km)
		13.10	Start põhijooksule (6 km) ja kõnnidistantsile

		14.15	Parimate autasustamine
5. rada	Rada kulgeb maastikul ja palju on kitsast jalgradu. Profiililt keskmisest veidi raskem. Põhijooksu rada kahest erinevast ringist (ringide kattuvust on 700m) ümber Emumäe. Noortejooksu rada on esimene ring põhijooksust. Joogipunkt põhijooksul on võistluskeskuses raja 2,6kilomeetril		
6. ajavõtt	Ajavõtt toimub rinnanumbri taha kinnitatud kiibiga, kiibi eemaldamine ja kahjustamine on keelatud. Rinnanumber kinnitatakse rinnale või kõhule.		
7. osavõtutasud			
		Eelregistreerumisega veebis etapi eelse päeva kella 16:00	võistluspäeval kohapeal
	Põhijooks	5 EUR	10 EUR
	Noortejooks ja põhijooksu M/N16 klass	3 EUR	5 EUR
	Täiskasvanud kõndijad	5 EUR Lastele kuni 10a ja pensionäridele tasuta	5 EUR Lastele kuni 10a ja pensionäridele tasuta
	Laste ja tillujooks	tasuta	tasuta
8. eelregistreerumine	Eelregistreerumine www.jooksusari.ee Eelregistreeruda saab kuni 13.07.2024 kella 16:00		
9. osalejamedal	Iga jooksu lõpetaja saab Lääne-Virumaa jooksusarja 4. etapi osalejamedali. Osalejamedalid kõikidelt jooksusarja etappidelt annavad kokku jooksusarja pusle.		
10. lastehoid	Emumäe jooksul on lastehoidu ei ole aga kokkuleppel registratuuris saab lahendusi leida.		
11. lisainfo	Osaleja saab: Stardinumbriga ja tulemuse protokollis. Igale lõpetajale jook ja magus amps.		
12. juhendi koostaja	nimi	e-mail	telefoni nr
	Enno Eilo	ennoeilo@gmail.com	5153228