

# LÄÄNE-VIRUMAA JOOKSU- JA KÖNNISARI 2025

|                      |                                                                                                                                       |                   |                                                                                                                                                             |
|----------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| võistluse nimi:      | 21. Emumäe jooks, jooksusarja 4. etapp                                                                                                |                   |                                                                                                                                                             |
| aeg ja koht:         | 12.07. 2025 Emumäe vaatetorni platsil                                                                                                 |                   |                                                                                                                                                             |
| VÕISTLUSJUHEND       |                                                                                                                                       |                   |                                                                                                                                                             |
| 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                                                                                                                          |
|                      | Könnidistants                                                                                                                         | 2,6 km või 6km    | Kõndijad vabalt valitud distantsil                                                                                                                          |
| 3. vanuseklassid     | Vanuseklass                                                                                                                           | Sünniaastad       | Distants, märkused                                                                                                                                          |
|                      | M ja N 4                                                                                                                              | 2021 ja hiljem    | Tillujooks 100m                                                                                                                                             |
|                      | M ja N 6                                                                                                                              | 2019-2020         | Minijooks 200m                                                                                                                                              |
|                      | M ja N 8                                                                                                                              | 2017-2018         | Lastejooks 500m                                                                                                                                             |
|                      | M ja N 10                                                                                                                             | 2015-2016         | Lastejooks 500m                                                                                                                                             |
|                      | M ja N 12                                                                                                                             | 2013ja hiljem     | Noortejooks 2,6 km                                                                                                                                          |
|                      | M ja N 14                                                                                                                             | 2011-2012         | Noortejooks 2,6 km                                                                                                                                          |
|                      | N ja N 16                                                                                                                             | 2009-2010         | Põhijooks 6km                                                                                                                                               |
|                      | M ja N                                                                                                                                | 1986-2008         | Põhijooks 6km                                                                                                                                               |
|                      | M ja N 40                                                                                                                             | 1976-1985         | Põhijooks 6km                                                                                                                                               |
|                      | M ja N 50                                                                                                                             | 1966-1975         | Põhijooks 6km                                                                                                                                               |
|                      | M ja N 60                                                                                                                             | 1965 ja varem     | Põhijooks 6km                                                                                                                                               |
| 4. päevakava         | 12.07.2025                                                                                                                            | 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 könnidistantsile                                                                                                               |

|                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                  |                                                     |
|------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------|
|                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                           | 14.15                                                            | Parimate autasustamine                              |
|                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                  |                                                     |
| <b>5. rada</b>               | 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 |                                                                  |                                                     |
| <b>6. ajavõtt</b>            | Ajavõtt toimub rannanumbri taha kinnitatud kiibiga, kiibi eemaldamine ja kahjustamine on keelatud. Rannanumber kinnitatakse rinnale või kõhule.                                                                                                                                           |                                                                  |                                                     |
|                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                  |                                                     |
| <b>7. osavõtutasud</b>       |                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                  |                                                     |
|                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                           | <b>Eelregistreerumisega veebis etapi eelse päeva kella 16:00</b> | võistluspäeval kohapeal                             |
|                              | Põhijooks                                                                                                                                                                                                                                                                                 | 10 EUR                                                           | 15 EUR                                              |
|                              | Noortejooks ja põhijooksu M/N16 klass                                                                                                                                                                                                                                                     | 5 EUR                                                            | 10 EUR                                              |
|                              | Täiskasvanud kõndijad                                                                                                                                                                                                                                                                     | 5 EUR<br>Lastele kuni 10a ja pensionäridele tasuta               | 10 EUR<br>Lastele kuni 10a ja pensionäridele tasuta |
|                              | Laste ja tillujooks                                                                                                                                                                                                                                                                       | tasuta                                                           | tasuta                                              |
|                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                  |                                                     |
| <b>8. eelregistreerumine</b> | Eelregistreerumine <a href="http://www.jooksusari.ee">www.jooksusari.ee</a> Eelregistreeruda saab kuni 11.07.2025 kella 16:00                                                                                                                                                             |                                                                  |                                                     |
| <b>9. osalejamedal</b>       | Iga jooksu lõpetaja saab Lääne-Virumaa jooksusarja 4. etapi osalejamedali                                                                                                                                                                                                                 |                                                                  |                                                     |
|                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                  |                                                     |
| <b>10. lastehoid</b>         | Emumäe jooksul on lastehoidu ei ole aga kokkuleppel registratuuris saab lahendusi leida.                                                                                                                                                                                                  |                                                                  |                                                     |
| <b>11. lisainfo</b>          | Osaleja saab: Stardinumbri ja tulemuse protokollis. Igale lõpetajale jook ja magus amps.                                                                                                                                                                                                  |                                                                  |                                                     |
|                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                  |                                                     |
| <b>12. juhendi koostaja</b>  | <b>nimi</b>                                                                                                                                                                                                                                                                               | <b>e-mail</b>                                                    | <b>telefoni nr</b>                                  |
|                              | Enno Eilo                                                                                                                                                                                                                                                                                 | ennoeilo@gmail.com                                               | 5153228                                             |