

3. TEHVANDI KROSSIJOOKS 1.10.2023

JUHEND

Aeg ja koht:

1.oktoober (pühapäev), Tehvandi Spordikeskus (suusahüppetorni juures – maastikurattaraja alguses)

Algus:

Startide algus kell 11.00 (täpne startide järjekord ja ajakava selguvad peale eelregistreerimise lõppu)

➤ Korraldaja avaldab esialgse stardinimekirja koos stardiaegadega 30.september kell 21.00 oma kodulehel!

Eelregistreerimine:

<http://www.karupesateam.ee/tehvandi-krossijooks/>

- **Vajalik eelregistreerimine!** (kohapeal registreerimine avatud kuni kell 10.15)
Eelregistreerimine kuni 30.september (reede) kell 18.00!
- **Osalustasu 4€** tasutakse kohapeal sularahas (lastele on osalemine tasuta MN6 – MN16)

Võistlusklassid:

MN6 (sünd. 2017 – hiljem)
MN8 (sünd. 2015 – 2016)
MN10 (sünd. 2013 – 2014)
MN12 (sünd. 2011 – 2012)
MN14 (sünd. 2009 – 2010)
MN16 (sünd. 2007 – 2008)
MN (sünd. 1984 – 2006)
MN40 (sünd. 1974 – 1983)
MN50 (sünd. 1973 ja varem)

Distsantsid:

MN6 – 300m
MN8 – 600m
MN10; MN12 – 1,0km
MN14; MN16; N; N40; MN50 – 1,7km
M; MN40 – 3,4km (2x 1,7km)

Võistlusrada:

Võistlus toimub Tehvandi maastikuratta rajal (ringi pikkus 1,7km). Pöörded on tähistatud. Lisaks on kõik kaheti mõistetavad kohad ringil piiratud piirdelindiga. Ring on väga vahelduval ja nõudlikul maastikul. Kindlasti enne võistluse algust tutvuda võistlusrajaga! **Starditakse eraldistardist 20 sekundiliste intervallidega!**

3. TEHVANDI KROSSIJOOKS 1.10.2023

Osalejad:

Tehvandi krossijooksul võivad osaleda kõik, kelle tervislik seisund ja sportlik ettevalmistus lubab läbida oma vanuseklassi distantssi ja raja. Võistlejad osalevad omal riisikol (alaealiste võistlejate eest kannavad vastutust nende vanemad või volitatud saatjad).

Autasustamine:

Autasustamine toimub 15 minutit peale viimast lõpetajat. Autasustatakse kõikide vanuseklasside kolme kiiremat karikate ja diplomitega. Lisaks on kõikide klasside parimatele ergutusauhinnad toetajatelt ja sponsoritelt.

Meditšiiniline abi:

Korraldaja tagab esmaabi võistluspaigas. Kehva enesetunde või tervisliku seisundiga ei ole soovitatav võistlusel osaleda.

Korraldaja:

MTÜ Karupesa Team

Peakohtunik: Tanel Ojaste +372 5125893 (tanel@ojaste.ee)

Kohtunik: Kalju Ojaste

Sekretär: Riina Lukka ja Mari Lukka

Toetajad:

