



| | |
|-----------------------|--|
| VÕISTLUSE NIMI | EESTI SEENIORSPORTLASTE 2021. a MEISTRIVÕISTLUSED MURDMAASUUSATAMISES |
| AEG JA KOHT | 20.03.2021, Jõulumäe Tervisespordikeskus |

VÕISTLUSJUHE

| 1. EESMÄRK | Murdmaasuusatamise populaarsuse arendamine, anda igas vanuses suusatajatele võimalus võrrelda oma võimeid eakaaslastega. | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|-------------------------------------|---|---------------------------|--------------|----------------------------|--------------|------------------------|-----------------|-----------------------|----------|---------------------|---------------|------------------|-------------|--------------|---------------|---------------------------|--------------|-------|-------------|--------------|--------------|--------------|--------------|-------|-------------|--------------|--------------|--------------|--------------|-------|-------------|--------------|--------------|--------------|--------------|-------|-------------|--------------|--------------|--------------|--------------|-------|-------------|--------------|--------------|--------------|--------------|-------|-------------|------|--------------|------|--------------|-------|-------------|------|--------------|------|--------------|-------|-------------|------|--------------|------|--------------|-------|-------------|------|--------------|------|--------------|-------|-------------|------|------|------|------|-------|-------|------|------|------|------|
| 2. KORRALDAJAD | Eesti Seeniorispordi ja Spordiveteranide Liit koostöös Eesti Suusaliidu ja Jõulumäe Tervisespordikeskusega. | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 3. KORRALDUSKOMITEE | <table border="1"><thead><tr><th>amet</th><th>nimi</th><th>e-mail</th><th>telefoni nr</th></tr></thead><tbody><tr><td>peakorraldaja</td><td>Andres Häkkinen</td><td>suusatama23@online.ee</td><td>501 7270</td></tr><tr><td>võistluste juhataja</td><td>Eido Tasalain</td><td>info@joulumae.ee</td><td>509 4895</td></tr><tr><td>ajavõtu ülem</td><td>Vahur Leemets</td><td>registreerumine@nelson.ee</td><td>564 95439</td></tr></tbody></table> | amet | nimi | e-mail | telefoni nr | peakorraldaja | Andres Häkkinen | suusatama23@online.ee | 501 7270 | võistluste juhataja | Eido Tasalain | info@joulumae.ee | 509 4895 | ajavõtu ülem | Vahur Leemets | registreerumine@nelson.ee | 564 95439 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| amet | nimi | e-mail | telefoni nr | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| peakorraldaja | Andres Häkkinen | suusatama23@online.ee | 501 7270 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| võistluste juhataja | Eido Tasalain | info@joulumae.ee | 509 4895 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| ajavõtu ülem | Vahur Leemets | registreerumine@nelson.ee | 564 95439 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 4. OSALEJAD | <p>Meistrivõistlustest võivad osa võtta kõik Eesti seniiorisportlased käesolevas juhendis toodud vanuseklassides. Võistleja vanuseklass määratakse sünniaasta järgi (mitte vanuse).</p> <p>Meistrivõistlused toimuvad individuaal-võistkondlikena (maakonnad). Kavas on individuaaldistsid klassikalises ja vabas tehnikas.</p> <p>Iga võistleja vastutab ise oma tervisliku seisundi eest.</p> | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 5. DISTANTSID, VANUSEKLASSID | <p>Distantsid (km) ja vanuseklassid:</p> <table border="1"><thead><tr><th rowspan="2">Vanuseklass</th><th rowspan="2">Sünniaasta</th><th colspan="2">Klassikatehnika distantsid</th><th colspan="2">Vabatehnika distantsid</th></tr><tr><th>naised</th><th>mehed</th><th>naised</th><th>mehed</th></tr></thead><tbody><tr><td>M/N30</td><td>1990 – 1986</td><td>6 km (2x3km)</td><td>9 km (3x3km)</td><td>6 km (2x3km)</td><td>9 km (3x3km)</td></tr><tr><td>M/N35</td><td>1985 – 1981</td><td>6 km (2x3km)</td><td>9 km (3x3km)</td><td>6 km (2x3km)</td><td>9 km (3x3km)</td></tr><tr><td>M/N40</td><td>1980 – 1976</td><td>6 km (2x3km)</td><td>9 km (3x3km)</td><td>6 km (2x3km)</td><td>9 km (3x3km)</td></tr><tr><td>M/N45</td><td>1975 – 1971</td><td>6 km (2x3km)</td><td>9 km (3x3km)</td><td>6 km (2x3km)</td><td>9 km (3x3km)</td></tr><tr><td>M/N50</td><td>1970 – 1966</td><td>6 km (2x3km)</td><td>9 km (3x3km)</td><td>6 km (2x3km)</td><td>9 km (3x3km)</td></tr><tr><td>M/N55</td><td>1965 – 1961</td><td>6 km (2x3km)</td><td>9 km (3x3km)</td><td>6 km (2x3km)</td><td>9 km (3x3km)</td></tr><tr><td>M/N60</td><td>1960 – 1956</td><td>3 km</td><td>6 km (2x3km)</td><td>3 km</td><td>6 km (2x3km)</td></tr><tr><td>M/N65</td><td>1955 – 1951</td><td>3 km</td><td>6 km (2x3km)</td><td>3 km</td><td>6 km (2x3km)</td></tr><tr><td>M/N70</td><td>1950 – 1946</td><td>3 km</td><td>6 km (2x3km)</td><td>3 km</td><td>6 km (2x3km)</td></tr><tr><td>M/N75</td><td>1945 – 1941</td><td>3 km</td><td>6 km (2x3km)</td><td>3 km</td><td>6 km (2x3km)</td></tr><tr><td>M/N80</td><td>1940 – 1936</td><td>3 km</td><td>3 km</td><td>3 km</td><td>3 km</td></tr><tr><td>M/N85</td><td>1935></td><td>3 km</td><td>3 km</td><td>3 km</td><td>3 km</td></tr></tbody></table> <p>NB! Distantsid täpsustatakse vastavalt ilmastikule.</p> | Vanuseklass | Sünniaasta | Klassikatehnika distantsid | | Vabatehnika distantsid | | naised | mehed | naised | mehed | M/N30 | 1990 – 1986 | 6 km (2x3km) | 9 km (3x3km) | 6 km (2x3km) | 9 km (3x3km) | M/N35 | 1985 – 1981 | 6 km (2x3km) | 9 km (3x3km) | 6 km (2x3km) | 9 km (3x3km) | M/N40 | 1980 – 1976 | 6 km (2x3km) | 9 km (3x3km) | 6 km (2x3km) | 9 km (3x3km) | M/N45 | 1975 – 1971 | 6 km (2x3km) | 9 km (3x3km) | 6 km (2x3km) | 9 km (3x3km) | M/N50 | 1970 – 1966 | 6 km (2x3km) | 9 km (3x3km) | 6 km (2x3km) | 9 km (3x3km) | M/N55 | 1965 – 1961 | 6 km (2x3km) | 9 km (3x3km) | 6 km (2x3km) | 9 km (3x3km) | M/N60 | 1960 – 1956 | 3 km | 6 km (2x3km) | 3 km | 6 km (2x3km) | M/N65 | 1955 – 1951 | 3 km | 6 km (2x3km) | 3 km | 6 km (2x3km) | M/N70 | 1950 – 1946 | 3 km | 6 km (2x3km) | 3 km | 6 km (2x3km) | M/N75 | 1945 – 1941 | 3 km | 6 km (2x3km) | 3 km | 6 km (2x3km) | M/N80 | 1940 – 1936 | 3 km | 3 km | 3 km | 3 km | M/N85 | 1935> | 3 km | 3 km | 3 km | 3 km |
| Vanuseklass | Sünniaasta | | | Klassikatehnika distantsid | | Vabatehnika distantsid | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | naised | mehed | naised | mehed | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| M/N30 | 1990 – 1986 | 6 km (2x3km) | 9 km (3x3km) | 6 km (2x3km) | 9 km (3x3km) | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| M/N35 | 1985 – 1981 | 6 km (2x3km) | 9 km (3x3km) | 6 km (2x3km) | 9 km (3x3km) | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| M/N40 | 1980 – 1976 | 6 km (2x3km) | 9 km (3x3km) | 6 km (2x3km) | 9 km (3x3km) | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| M/N45 | 1975 – 1971 | 6 km (2x3km) | 9 km (3x3km) | 6 km (2x3km) | 9 km (3x3km) | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| M/N50 | 1970 – 1966 | 6 km (2x3km) | 9 km (3x3km) | 6 km (2x3km) | 9 km (3x3km) | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| M/N55 | 1965 – 1961 | 6 km (2x3km) | 9 km (3x3km) | 6 km (2x3km) | 9 km (3x3km) | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| M/N60 | 1960 – 1956 | 3 km | 6 km (2x3km) | 3 km | 6 km (2x3km) | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| M/N65 | 1955 – 1951 | 3 km | 6 km (2x3km) | 3 km | 6 km (2x3km) | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| M/N70 | 1950 – 1946 | 3 km | 6 km (2x3km) | 3 km | 6 km (2x3km) | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| M/N75 | 1945 – 1941 | 3 km | 6 km (2x3km) | 3 km | 6 km (2x3km) | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| M/N80 | 1940 – 1936 | 3 km | 3 km | 3 km | 3 km | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| M/N85 | 1935> | 3 km | 3 km | 3 km | 3 km | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 6. REGISTREERIMINE | Võistluste eelregistreerimine lõpeb 18.03.2021 kell 14.00. Registreerimine saata e-postile registreerumine@nelson.ee. 20.03.2021 saab registreerida kohapeal kuni kella 09:00-ni. Registreerimiseks vajalikud andmed: ees- ja perekonnanimi, sugu, sünniaasta, organisatsioon/klubi/maakond (registreerimisvorm lisatud juhendile). | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |

| | |
|--|---|
| 7. VÕISTLUSPAIK ja PROGRAMM | <p>Võistlus toimub 20.03.2021 Jõulumäe Tervisespordikeskuses (Leina küla, Häädemeeste vald, Pärnumaa; e-post info@joulumae.ee; www.joulumae.ee).</p> <p>Võistluse algus kell 10:00 – klassikadistantside eraldistart ja kell 14:00 vabatehnika ühisstandardid vanuserühmade/distantside kaupa.</p> <p>Eelregistreerimise nimekirjad pannakse üles www.suusaliit.ee 19.03.2021 kella 18:00-ks. Täpne ajakava ja stardiprotokollid pannakse üles stardipaiga infotahvlile 45 minutit enne võistluse algust.</p> <p>Sekretariaat asub ja rinnanumbrite väljastamine võistkondade kaupa toimub Jõulumäe Tervisespordikeskuse finišimajas suusastaadionil 20.03.2021 kell 08:00-09:00 ja 12:00-13:00.</p> |
| 8. RADA | <p>Võistlus toimub Jõulumäe Tervisespordikeskuse suusaradadel (ringi pikkus sõltub ilmastikust). Uuele ringile minek toimub suusastaadionil vastavalt märgistusele.</p> <p>Võistlusrada on võistluspäeval soojendus- ja lõdvestussõitudeks avatud. Soojendust tehakse võistlusnumbrita või pahupidi pööratud numbriga.</p> <p>5 minutit enne võistluste starti kuni võistluse lõpuni on suletud suusastaadion ning radadele minek toimub läbi vastavalt tähistatud ala.</p> |
| 9. PUNKTIARVESTUS | <p>Võistkondlik paremusarvestus selgitatakse iga võistkonna nii klassika- kui ka vabatehnika 25-e parema tulemuse kohapunktide liitmise teel. Punkte antakse nii klassika- kui ka vabatehnika individuaal distantsil iga vanuseklassi 10-ne parema tulemuse eest järgnevalt: 1. koht 11 p; 2. koht 9 p; 3. koht 8 p jne</p> |
| 10. AUTASUSTAMINE | <p>Iga vanuseklassi I, II ja III koha võitjaid nii klassika- kui ka vabatehnikas autasustatakse Eesti Suusaliidu medaliga. Võitjat võistkonda autasustatakse rändkarika ja diplomiga, II ja III kohta diplomiga. Autasustamine toimub võistluspaigas orienteeruvalt kell 16.00. Autasustamise ajad võivad muutuda sõltuvalt võistluse lõppemisest, millest teatatakse eraldi võistluse informaatori kaudu.</p> |
| 11. MAJANDAMINE | <p>Võistlustel osalemise tasu on 8 eurot ühe võistleja kohta, mille tasub võistleja või lähetav organisatsioon. Stardimaks kantakse üle hiljemalt 18.03.2021 SA Jõulumäe Tervisespordikeskus arveldusarvele EE432200221044823268. Ülekandega tasumisel märkida selgitusse osaleja(te) nimi(nimed) (ind. võistleja korral). Arve soovi korral teavitada ette kuni 15.03.2021 e-postiga aadressil info1@joulumae.ee.</p> <p>Eelregistreerimata võistlejad tasuvad osavõtumaksu 10 eurot kohapeal sularahas.</p> |
| 12. MÄÄRDERUUMID | <p>Jõulumäe suusastaadioni hooldemajas on 14 määrdeboksi (à 11,1 m²) kohttõmbe ja valgustusega. Määrdeboksi hind 15 eurot/võistlus. Ettetellimine e-posti teel info1@joulumae.ee. Hooldemaja vahetus läheduses ette valmistatud kontaktid. Üks elektrit tarbiv välitöökoht 5 eurot/võistlus. Pikendusjuhe peab igal soovijal omal olema. Omavoliline voolutarbimine ei ole lubatud. Autodega staadionile sõitmine on keelatud.</p> |
| 13. VÕISTLUSREGLEMENT | <p>Võistlus toimub vastavalt FIS ja ESL võistlusmäärustele. Protesti esitamise deposiit on 50 eurot, mis protesti rahuldamisel tagastatakse. Juhtumid, mis pole reguleeritud käesoleva juhendi või FIS võistlusmäärustega, lahendab vastavalt pädevusele korralduskomitee või võistluste juhataja koos võistkondade esindajatega.</p> |
| 14. LISAINFO | <p>Keskuses on osalejatele kasutada riietusruumid ja pesemisvõimalus (1 euro / 1 in). Võistluspaigas on tagatud esmaabi. Tõsise terviserikke korral helista hädaabi numbril 112 ja teata võistluskeskus ja võistlus kus sa osaled, et abi jõuaks võimalikult kiiresti.</p> <p>Majutuse ja toitlustamise tellimine: info1@joulumae.ee</p> |
| 15. KONTAKT | <p>Eesti Seeniorispordi ja Spordiveteranide Liit; www.esvl.ee Andres Häkkinen; e-mail: suusatama23@hotline.ee; tel 501 7270</p> |
| <p>Võistlusel osalejad on kohustatud järgima COVID-19 leviku tõkestamiseks kehtestatud Vabariigi Valitsuse korraldusi (kriis.ee), Terviseameti soovitusi (terviseamet.ee) ning ürituse korraldaja juhiseid. Soovituslik on telefoni laadida mobiilirakendus HOIA (hoia.ee). Haigusnähtude ilmnemisel või lähedasel kontaktil nakkuskahtlase inimesega tuleb üritusel osalemisest loobuda.</p> | |

