

37. KURESSAARE LINNAJOOKS JUHEND

Linnajooksuga jätkatakse väljakujunenud traditsioone, tähistatakse Kuressaare linna sünnipäeva ja propageeritakse tervislikku liikumist. Linnajooks kuulub Kuressaare linna terviseliikumise sarja **LIKUEDES TERVEMAKS**. Linnajooks on **SELVER EESTI LINNAJOOKSUDE** sarja üks osavõistlus.

I Korraldamine

Kuressaare Linnajooksu korraldab Saaremaa Spordikool koostöös erinevate koostööpartneritega.

II Aeg ja koht

37. Kuressaare Linnajooks toimub laupäeval, 05. mail 2018.a.

Stardid Lossi tänaval ja finiš Raekoja platsil.

Startide ajakava:

10 km jooksjad kell 13.00

5 km jooksjad kell 13.15

5 km matkajad ja kepikõndijad koheselt peale 5km jooksjate starti

ÜLDINE AJAKAVA:

10.00 – 12.00 registreerimine Kuressaare Kultuurikeskuses

10.00 – 11.00 lastejooksu registreerimine Kultuurikeskuses

11.30 lastejooksu soojendus

11.40 lastejooksu stardid

12.00 tõukeratta loos lastejooksudes osalejate vahel

12.45 soojendusvõimlemine stardipaigas

13.00 10 km jooksjate start

13.15 5 km jooksjate ning matkajate ja kepikõndijate start

15.00 autasustamine Raekoja ees

III Distsid

Linnajooksu distantsideks on **5 km, 10 km ja lastejooks 200 m**. Distsidide läbimisviisid on jooksmine, kepikõnd ja matkamine. Põhidistsid on 5km jooks ja matk ning 10 km jooks.

Rajad kulgevad valdavalt asfalt- ja kõvakattega pinnasteel. Lastejooks toimub asfaltkattega tänaval. Rajad on tähistatud, läbimise võimalused on järgmised:

- **Distsid 5 km.** Distsidi läbimine ajale, osaleja number kollane. Jooksurajal on üks joogipunkt + jook finišis.
- **Distsid 10 km.** Distsidi läbimine ajale, osaleja number sinine. Jooksutrassil 2 joogipunkti + jook finišis.
- **Distsid 5 km.** Matkajad ja kepikõndijad. Distsidi läbimine ilma ajavõtuta, osaleja number roheline. Rajal on üks joogipunkt + jook finišis.
- **Distsid 200m lastele.** Marsruut Lossi tänav – Raekoja plats. Jooks ilma ajavõtuta. Kõik osalejad, kes ei osale 5km distantsil, saavad osaleja numbriga 1. Kui osaletakse ka pikemal distantsil, läbitakse lastejooks kollase või rohelise numbriga.

IV Registreerimine

Eelregistreerimine jooksudistantsidele 01.12.2017 - 31.03.2018 Selveri Eesti Linnajooksude sarja kodulehel www.jooks.ee/linnajooksud . Eelduseks osalemine vähemalt kolmel sarja üritusel.

Eelregistreerimine linnajooksu kõikidele distantsidele internetis www.saaremaaspordikool.ee **01. märts - 03.mai**. Internetis registreerimise numbrit väljastamine spordikeskuses ja jooksupäeval sekretariaadis.

Eelregistreerimine linnajooksu kõikidele distantsidele Kuressaare Spordikeskuses **23.aprill - 04.mai kell 10.00 – 21.00**

Jooksupäeva hommikul toimub numbrite väljastamine ja registreerimine linnajooksu sekretariaadis **kell 10.00 - 12.00**, lastejooksule **kell 10.00–11.00**

Linnajooksu sekretariaat asub võistluspäeva hommikul Kuressaare Kultuurikeskuses (Tallinna 6, Kuressaare).

V Osavõttasud

Osavõttasud on kehtestatud osalejatele, kes läbivad ajavõituga distantsid (5 km ja 10 km).

Osavõttasud peavad tasuma osalejad, kes on sündinud 1999.a ja varem. Vabastatud on osalejad sünniaastaga 2000 ja hiljem.

Osavõttasud:

Registreerimine ajavahemikus **01.12.17 – 04.05.18**

10 km – 5 eurot

5 km – 3 eurot

Registreerimine võistluspäeval **05.05.18 kohapeal (tasumine sularahas)**

10 km – 10 eurot

5 km – 5 eurot

Osavõttasud ei ole kehtestatud matkajatele ja kepikõndijatele ning jooksjatele, kes on sündinud 2000.a ja hiljem!

Osavõttasud ei ole kehtestatud lastejooksudes osalejatele.

Osaleja loobumisel osavõttasud ei tagastata!

VI Osavõtjad

Osalema on oodatud kõik jooksuhuvilised, samuti kepikõnnihuvilised ja tervisesportlased, kes läbivad 5 km distantsi jalutades või matkates. Osalejate hulgas, kes ei läbi distantsi ajale, paremusjärjestust ei selgitata. Iga jooksust osavõtja vastutab oma tervisliku seisundi eest ise. Jooksudistantsidel saadab osalejaid meditsiinilise teenistuse auto.

Vanuseklassid:

* Lastejooks	P ja T	2011.a. sündinud ja nooremad
* 5 ja 10 km	T	2000.a. sündinud ja nooremad
	P	2000.a. sündinud ja nooremad
	N	1999 - 1984.a. sündinud
	M	1999 - 1979.a. sündinud
	NS	1983.a. sündinud ja vanemad
	MS	1978.a. sündinud ja vanemad

Osavõtja meelespea:

- number tuleb kinnitada rinnale ja number peab olema finišeerides nähtav;
- riided ja kotid saab jätta Kuressaare Kultuurikeskuse garderoobi;
- pesemisvõimalus pärast jooksu Kuressaare Spordikeskuses

VI Autasustamine

Kõiki linnajooksul osalejaid tänatakse medaliga. Kahe distantsi läbimise puhul (lastejooks ja 5km), saab osaleja ühe medali ning see antakse osalejale üle pärast pikema distantsi läbimist

Lastejooksu osalejaid autasustatakse diplomi ja medaliga.

Mõlema jooksudistantsi kolme parimat mees- ja naisjooksjat; kolme parimat poissi ja tüdrukut ning kolme parimat naisseeniort ja meesseeniort autasustatakse eriauhinna, karika ja diplomiga.

Muud eriauhinnad:

- aktiivsem kool (karikas ja Spordikeskuse kinkekaart 60 EUR);
- aktiivsem asutus (karikas ja Spordikeskuse kinkekaart 60 EUR);
- aktiivsem spordiklubi (karikas ja Spordikeskuse kinkekaart 60 EUR);
- vanim osaleja põhidistantsil (5 km või 10 km).

Jooksu parimate autasustamine toimub orienteeruvalt kell 15.00 raekoja esisel platsil

Soovi korral väljastatakse distantsi ajale läbinud osalejale Kuressaare Spordikeskusest osaleja diplom, kuhu on peale kantud osaleja nimi, koht ja aeg. Diplomeid väljastatakse linna sünnipäevanädalal, 07.-13. mai.

Kõigi lastejooksudest osavõtjate vahel loositakse välja tõukeratas.

Kõigi linnajooksu põhidistantsidest osavõtjate vahel loositakse välja jalgratas.

VII Info

Jooksu korraldaja on Saaremaa Spordikool
tel. 4520373 või 5278139, direktor Mati Mäetalu;
tel. 4520370 või 5065161, majandusjuht Kalev Kütt;
eelregistreerimisel tel. 4520375
e-post: spordikool@kuressaare.ee;
www.saaremaaspordikool.ee