

# 38. KURESSAARE LINNAJOOKS JUHEND

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

## 1. KORRALDAMINE

Kuressaare Linnajooksu korraldab Saaremaa Spordikool koostöös erinevate koostööpartneritega.

## 2. AEG JA KOHT

**38. Kuressaare Linnajooks toimub laupäeval, 04. mail 2019.a.**

Stardi- ja finišiala Kuressaare Tervisepargi ja Kuressaare Gümnaasiumi vahelisel alal (Kaevu ja Nooruse tn ristmiku piirkond).

Sekretariaat ja registreerimine Kuressaare Gümnaasiumis (Nooruse 1)

**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 orienteeruv ajakava:**

10.00 – 12.00 registreerimine

10.00 – 11.00 lastejooksu registreerimine

11.40 lastejooksu stardid

12.00 tõukeratta loos lastejooksudes osalejate vahel

12.50 soojendusvõimlemine stardipaigas

13.00 10 km jooksjate start

13.15 5 km jooksjate ning matkajate ja kepikõndijate start

15.00 autasustamine finišipaigas

## 3. DISTANTSID

Linnajooksu distantsideks on **10 km, 5 km ja lastejooks 200 m**.

Distantside läbimisviisid on jooksmine, kepikõnd ja matkamine.

- Põhidistsid on 10 km jooks ning 5 km jooks ja matk.
- Rajad kulgevad valdavalt asfalt- ja kõvakattega pinnasteel.
- Lastejooks toimub asfaltkattega tänaval.
- Põhidistside finiš suletakse **04.05.2018 kl 14.30**

Rajad on tähistatud, osalemisvõimalused on järgmised:

- **Distsid 10 km.** Distsidi läbimine ajale, osaleja number sinine. Jooksutrassil 2 joogipunkti + jook finišis. Matkajaid distantsile ei lubata!
- **Distsid 5 km.** Distsidi läbimine ajale, osaleja number kollane. Jooksurajal on üks joogipunkt + jook finišis.
- **Distsid 5 km.** Matkajad ja kepikõndijad. Distsidi läbimine ilma ajavõtuta, osaleja number roheline. Rajal on üks joogipunkt + jook finišis.
- **Distsid 200m lastele.** 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.

#### 4. REGISTREERIMINE

**01.12.2017 - 31.03.2018** eelregistreerimine jooksudistantsidele Selveri Eesti Linna-  
jooksude sarja kodulehel [www.jooks.ee/linnajooksud](http://www.jooks.ee/linnajooksud) . Eelduseks osalemine vähemalt  
kolmel sarja üritusel.

**15.03. – 02.05.2019** eelregistreerimine linnajooksu kõikidele distantsidele internetis  
[www.saaremaaspordikool.ee](http://www.saaremaaspordikool.ee) Internetis registreerimise numbrite väljastamine  
spordikeskuses 23.04. – 03.05. kl 10.00 – 21.00 ja jooksupäeval sekretariaadis.

**27.04. – 02.05.2018** eelregistreerimine linnajooksu kõikidele distantsidele Kuressaare  
Spordikeskuses 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 Gümnaasiumis  
(Nooruse 1, Kuressaare).

#### 5. OSAVÕTUTASUD

Osavõttu on kehtestatud kõikidele põhidistantsidele - 10 km ja 5 km jooks, 5 km  
matk.

Osavõttu on vabastatud osalejad sünniaastaga 2000 ja hiljem.

##### Osavõttu:

Registreerimine ajavahemikus **01.12.18 – 02.05.19**

**10 km jooks – 8 eurot**

**5 km jooks – 5 eurot**

**5 km matk – 3 eurot**

Registreerimine võistluspäeval **04.05.18 kohapeal (tasumine sularahas)**

**10 km jooks – 15 eurot**

**5 km jooks – 10 eurot**

**5 km matk – 5 eurot**

**Osavõttu ei ole kehtestatud osalejatele, kes on sündinud 2000.a ja hiljem!**

**Osavõttu ei ole kehtestatud lastejooksudes osalejatele.**

**Osaleja loobumisel osavõttu ei tagastata!**

#### 6. VANUSEGRUPID

* Lastejooks	P ja T	2012.a. sündinud ja nooremad
* 5 km	T U10	2010.a. sündinud ja nooremad
	P U10	2010.a. sündinud ja nooremad
	T U14	2006.a. sündinud ja nooremad
	P U14	2006.a. sündinud ja nooremad
	T U19	2001.a. sündinud ja nooremad
	P U19	2001.a. sündinud ja nooremad
	N	2000. - 1985.a. sündinud
	M	2000. - 1980.a. sündinud
	NS	1984.a. sündinud ja vanemad
	MS	1979.a. sündinud ja vanemad
*10 km	T U19	2001.a. sündinud ja nooremad
	P U19	2001.a. sündinud ja nooremad

N	2000. - 1985.a. sündinud
M	2000. - 1980.a. sündinud
NS	1984.a. sündinud ja vanemad
MS	1979.a. sündinud ja vanemad

## 7. 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

Autasustatakse 5 km ja 10 km jooksu kõikide vanusegruppide kolme parimat.

Autasustatakse 5km ja 10 km jooksu üldarvestuse kolme parimat meest ja naist.

Kõiki lastejooksus osalejaid autasustatakse diplomi, maiustuse ja medaliga.

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 stardi- ja finišialas

Soovi korral väljastatakse distantsi ajale läbinud osalejale **diplom**, kuhu on peale kantud osaleja nimi, koht ja aeg. Diplom on võimalik saada alates 06. maist Kuressaare Spordikeskusest või **e-diplomina**, mis saadetakse osaleja e-maili aadressile.

E-diplomi soovi saab märkida registreerimisel või teatades sellest korraldajatele peale jooksu e-maili aadressile [kadri.pulk@kuressaare.ee](mailto:kadri.pulk@kuressaare.ee)

**Kõigi lastejooksudest osavõtjate vahel loositakse välja tõukeratas.**

**Kõigi linnajooksu põhidistantsidest osavõtjate vahel loositakse välja jalgratas.**

## 8. MUUD

- Iga jooksust osavõtja vastutab oma tervisliku seisundi eest ise;
- Jooksudistantsidel saadab osalejaid meditsiinilise teenistuse auto;
- Number tuleb kinnitada rinnale ja number peab olema finišeerides nähtav;
- Riided ja kotid saab jätta Kuressaare Gümnaasiumisse;
- Pesemisvõimalus pärast jooksu Kuressaare Gümnaasiumis või Kuressaare Spordikeskuses;

## 9. 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](mailto:spordikool@kuressaare.ee);  
[www.saaremaaspordikool.ee](http://www.saaremaaspordikool.ee)