



VÕISTLUSE NIMI	EESTI SEENIORSPOORTLASTE 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	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	Meistrivõistlustest võivad osa võtta kõik Eesti seeniorsportlased käesolevas juhendis toodud vanuseklassides. Võistleja vanuseklass määratakse sünniaasta järgi (mitte vanuse). Meistrivõistlused toimuvad individuaal-võistkondlikena (maakonnad). Kavas on individuaaldistsid klassikalises ja vabas tehnikas. Iga võistleja vastutab ise oma tervisliku seisundi eest.					
5. DISTANTSID, VANUSEKLASSID	Distsid (km) ja vanuseklassid:					
	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
	NB! Distsid täpsustatakse vastavalt ilmastikule.					
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	Võistlus toimub 20.03.2021 Jõulumäe Tervisespordikeskuses (Leina küla, Häädemeeste vald, Pärnumaa; e-post info@joulumae.ee; www.joulumae.ee). Võistluse algus kell 10:00 – klassikadistantside eraldistart ja kell 14:00 vabatehnika ühisstardid vanuserühmade/distantside kaupa. Eelregistreerinute 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. Sekretariaat asub ja rannanumbrite väljastamine võistkondade kaupa toimub Jõulumäe Tervisespordikeskuse finišimajas suusastaadionil 20.03.2021 kell 08:00-09:00 ja 12:00-13:00.
8. RADA	Võistlus toimub Jõulumäe Tervisespordikeskuse suusaradadel (ringi pikkus sõltub ilmastikust). Uuele ringile minek toimub suusastaadionil vastavalt märgistusele. Võistlusrada on võistluspäeval soojendus- ja lõdvestussõitudeks avatud. Soojendust tehakse võistlusnumbrita või pahupidi pööratud numbriga. 5 minutit enne võistluste starti kuni võistluse lõpuni on suletud suusastaadion ning radadele minek toimub läbi vastavalt tähistatud ala.
9. PUNKTIARVESTUS	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
10. AUTASUSTAMINE	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.
11. MAJANDAMINE	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. Eelregistreerimata võistlejad tasuvad osavõtumaksu 10 eurot kohapeal sularahas.
12. MÄÄRDERUUMID	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.
13. VÕISTLUSREGLEMENT	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.
14. LISAINFO	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. Majutuse ja toitlustamise tellimine: info1@joulumae.ee
15. KONTAKT	Eesti Seeniorispordi ja Spordiveteranide Liit; www.esvl.ee Andres Häkkinen; e-mail: suusatama23@hotline.ee; tel 501 7270
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.