



VÕISTLUSE NIMI	EESTI SEENIORSPORTLASTE 2022. a MEISTRIVÕISTLUSED MURDMAASUUSATAMISES
AEG JA KOHT	19.03.2022, 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 7207																																																						
	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 individuaaldistsidid klassikalises tehnikas Iga võistleja vastutab ise oma tervisliku seisundi eest.																																																									
5. DISTANTSID, VANUSEKLASSID	Distsidid (km) ja vanuseklassid: <table><tr><th rowspan="2">Vanuseklass</th><th rowspan="2">Sünniaasta</th><th colspan="2">Klassikatehnika distantsid</th></tr><tr><th>naised</th><th>mehed</th></tr><tr><td>M/N30-34</td><td>1991 – 1987</td><td>6 km (2x3km)</td><td>9 km (3x3km)</td></tr><tr><td>M/N35-39</td><td>1986 – 1982</td><td>6 km (2x3km)</td><td>9 km (3x3km)</td></tr><tr><td>M/N40-44</td><td>1981 – 1977</td><td>6 km (2x3km)</td><td>9 km (3x3km)</td></tr><tr><td>M/N45-49</td><td>1976 – 1972</td><td>6 km (2x3km)</td><td>9 km (3x3km)</td></tr><tr><td>M/N50-54</td><td>1971 – 1967</td><td>6 km (2x3km)</td><td>9 km (3x3km)</td></tr><tr><td>M/N55-59</td><td>1966 – 1962</td><td>6 km (2x3km)</td><td>9 km (3x3km)</td></tr><tr><td>M/N60-64</td><td>1961 – 1957</td><td>3 km</td><td>6 km (2x3km)</td></tr><tr><td>M/N65-69</td><td>1956 – 1952</td><td>3 km</td><td>6 km (2x3km)</td></tr><tr><td>M/N70-74</td><td>1951 – 1947</td><td>3 km</td><td>6 km (2x3km)</td></tr><tr><td>M/N75-79</td><td>1946 – 1942</td><td>3 km</td><td>3 km</td></tr><tr><td>M/N80-84</td><td>1941 – 1937</td><td>3 km</td><td>3 km</td></tr><tr><td></td><td></td><td></td><td></td></tr></table> NB! Distsidid täpsustatakse vastavalt ilmastikule.				Vanuseklass	Sünniaasta	Klassikatehnika distantsid		naised	mehed	M/N30-34	1991 – 1987	6 km (2x3km)	9 km (3x3km)	M/N35-39	1986 – 1982	6 km (2x3km)	9 km (3x3km)	M/N40-44	1981 – 1977	6 km (2x3km)	9 km (3x3km)	M/N45-49	1976 – 1972	6 km (2x3km)	9 km (3x3km)	M/N50-54	1971 – 1967	6 km (2x3km)	9 km (3x3km)	M/N55-59	1966 – 1962	6 km (2x3km)	9 km (3x3km)	M/N60-64	1961 – 1957	3 km	6 km (2x3km)	M/N65-69	1956 – 1952	3 km	6 km (2x3km)	M/N70-74	1951 – 1947	3 km	6 km (2x3km)	M/N75-79	1946 – 1942	3 km	3 km	M/N80-84	1941 – 1937	3 km	3 km				
Vanuseklass	Sünniaasta	Klassikatehnika distantsid																																																								
		naised	mehed																																																							
M/N30-34	1991 – 1987	6 km (2x3km)	9 km (3x3km)																																																							
M/N35-39	1986 – 1982	6 km (2x3km)	9 km (3x3km)																																																							
M/N40-44	1981 – 1977	6 km (2x3km)	9 km (3x3km)																																																							
M/N45-49	1976 – 1972	6 km (2x3km)	9 km (3x3km)																																																							
M/N50-54	1971 – 1967	6 km (2x3km)	9 km (3x3km)																																																							
M/N55-59	1966 – 1962	6 km (2x3km)	9 km (3x3km)																																																							
M/N60-64	1961 – 1957	3 km	6 km (2x3km)																																																							
M/N65-69	1956 – 1952	3 km	6 km (2x3km)																																																							
M/N70-74	1951 – 1947	3 km	6 km (2x3km)																																																							
M/N75-79	1946 – 1942	3 km	3 km																																																							
M/N80-84	1941 – 1937	3 km	3 km																																																							
6. REGISTREERIMINE	Võistluste eelregistreerimine lõpeb 17.03.2022 kell 14.00. Registreerimine saata e-postile registreerumine@nelson.ee. 19.03.2022 saab registreerida kohapeal kuni kella 12:00-ni. Registreerimiseks vajalikud andmed: ees- ja perekonnanimi, sugu, sünniaasta, organisatsioon/klubi/maakond (registreerimisvorm lisatud juhendile).																																																									

7. VÕISTLUSPAIK ja PROGRAMM	Võistlus toimub 19.03.2022 Jõulumäe Tervisespordikeskuses (Leina küla, Häädemeeste vald, Pärnumaa; e-post info@joulumae.ee; www.joulumae.ee). Võistluse algus kell 14:00 - klassikadistantside ühisstart vanusegruppide kaupa Eelregistreerinute nimekirjad pannakse üles www.suusaliit.ee 18.03.2022 kella 18:00-ks. Täpne ajakava ja stardiprotokollid pannakse üles stardipaiga infotahvlile 45 minutit enne võistluse algust. Sekretariaat asub ja rinnanumbrite väljastamine toimub Jõulumäe Tervisespordikeskuse finišimajas suusastaadionil 19.03.2022 kell 11:00-13:00.
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 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 25 parema tulemuse kohapunktide liitmise teel. Punkte antakse klassika tehnika distantsil iga vanuseklassi 15-ne parema tulemuse eest järgnevalt: 1. koht 16 p; 2. koht 14 p; 3. koht 13 p jne
10. AUTASUSTAMINE	Iga vanuseklassi I, II ja III koha võitjaid 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 17.03.2022 SA Jõulumäe Tervisespordikeskus arveldusarvele EE432200221044823268. Ülekandega tasumisel märkida selgitusse osaleja(te) nimi(nimed) (ind. võistleja korral). Arve soovi korral teavitada ette kuni 14.03.2022 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 7207 Jõulumäe Tervisespordikeskus; info@joulumae.ee; Eido Tasalain, tel 5094895 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.