



NARVA JOOKSUSARI 2016

JUHEND

1. EESMÄRK

Pakkuda Narva linna ja Ida-Virumaa elanikele võimalust osaleda jooksuüritustel hooajaringelt, tõsta liikumisharrastajate taset ning populariseerida tervisliku eluviisi ja rahvasporti.

2. KORRALDAMINE

Narva Jooksusarja korraldaja: Motus spordiklubi

Kontakt:

Anton Pratkunas, Motus spordiklubi

- info@motus.ee
- +372 5597 7055

Natalja Mjatšina, Motus spordiklubi – sekretariaadi juht

- info@motus.ee
- +372 554 8673

Vladimir Všivtsev, Äkke spordiklubi - rada

- vovav@akkesport.net
- +372 5348 5279

3. AEG JA KOHT

3.1. Võistlused toimuvad Narvas ja Narva-Jõesuus.

Jüriööjooks, Narva-Jõesuu park	23.04.2016
Kreenholmijooks	13.05.2016
Promenaadijooks, Narva promenaad	29.05.2016
Trail Run, Narva Äkkeküla terviserajad	09.07.2016
Rannajooks, Narva-Jõesuu rand	28.08.2016

3.2. Igal etapil on põhidistants ja lühidistants. Põhidistantsil autasustatakse absoluutarvestuses, vanusegruppide järgi ning toimub ka kogu jooksusarja parimate üldarvestus. Lühidistants on 2 korda lühem ning on mõeldud kõigile, vaatamata tema ettevalmistusest.

3.3. Igal etapil on tillude jooksud distantsiga 100-300 m ja lastejooksud 1 km.

3.4. Igal etapil toimub ajavõtuta jooks või tervisekõnd lühidistantsil.

4. REGISTREERIMINE

4.1. Eelregistreerimine igale etapile toimub eraldi iga etapi raames.

4.2. Eelregistreerimine lõpeb 2 päeva enne võistluspäeva. Eelregistreerimine toimub veebilehel - www.motus.ee

4.3. On võimalus registreerida tervele jooksusarjale korraga, kandes üle Motus spordiklubi arveldusarvele jooksusarja osavõtutasu.

5. OSAVÕTUTASUD

Eelregistreerimise korral võib osavõtutasu võib üle kanda Motus spordiklubi MTÜ arveldusarvele, EE641010220252957221, SEB PANK või maksta sularahas stardinumbri kättesaamisel.

Osavõtutasu sisaldab: osaleja võistlusnumber koos elektroonilise kiibiga, haaknõelad, sponsorite materjalid, märgistatud turvaline rada, joogipunktid, elektrooniline ajavõtt.

DISTANTS	VANUSEGRUPID	EELREGISTREERIMINE	KOHA PEAL
300m	Tillud	tasuta	tasuta
1km	MN10; MN12	tasuta	tasuta
Lühidistants	MN14, MN16, MN60, MN70+, fitnessklass	3 €	5 €
Põhidistants	MN18-MN50	4 €	6 €
Ajavõtuta (lühidistants)	Ei ole	Ei toimu	2 €

Kes soovib registreerida tervele jooksusarjale korraga (kõik 5 üritust), siis on hind soodsam. Antud juhul peab üle kandma osavõtutasu Motus spordiklubi SEB arvelduskontole. Rekvisiidid on järgmised: Motus spordiklubi MTÜ, EE641010220252957221 SEB PANK. Osalemine lühidistantsil: **13 eur**, osalemine põhidistantsil: **17 eur**. Selgitus: Narva Jooksusari 2016, osavõtutasu, nimi ja perekonnanimi.

6. VANUSEGRUPID

VANUSEGRUPID	SÜNNIAASTA
Tillud	2007 -
MN10	2005-2006
MN12	2003-2004
MN14	2001-2002
MN16	1999-2000
MN18	1997-1998
MN20	1995-1996
MN	1977-1994
MN40	1976-1967
MN50	1957-1966
MN 60	1947-1956
MN 70+-1946
FITNESS	1957-1998

NB! Osalejad vanuses 2004-1999 võivad osaleda soovi korral pikemal distantsil ning vanusegruppis MN18 ainult treeneri või lapsevanema loal.

7. AJAVÖTT

Võistlustel on elektrooniline ajavött – aega võetakse kiibiga, mis on kinnitatud rinnanumbri tagaküljele. Kiipi ei tohi eemaldada ja numbrilise voltimine on keelatud. Number tuleb kinnitada rinnale ja number peab olema nähtav kogu võistluse jooksul, stardist kuni finišijoone ületamiseni.

8. AUTASUSTAMINE

Autasustamine toimub igal etapil eraldi ning jooksusarja üldine autasustamine toimub pärast viimast etapi- Narva-Jõesuu rannajooksu autasustamisel Noorus Spa hotellis või selle sisehoovis.

Iga etapi autasustamine:

Põhidistants

- 1. koht igas meeste ja naiste vanusegruppis autasustatakse medalitega.
- 3 parimat meest ja naist absoluutarvestuses autasustatakse meenetega.

Lühidistants

- 1. koht igas meeste ja naiste vanusegruppis autasustatakse medalitega. (MN14, MN16, MN60, MN70)

1 km. distants

- 1, 2, 3 koht meeste ja naiste vanusegruppis autasustatakse medalitega. (MN10 ja MN12)
- parim mees ja naine absoluutarvestuses autasustatakse meenetega.

Fitnessklass ja ilma ajavõtuta distants

- osalejate vahel loositakse välja auhinnad.

Jooksusarja üldarvestuse autasustamine - Absoluut:

Põhidistants

- Absoluutarvestuses 3 parimat meest ja naist autasustatakse kingitusega ja Narva Jooksusarja meenega.

Lühidistants

- Absoluutarvestuses 1 parim mees ja 1 naine autasustatakse kingitusega ja Narva Jooksusarja meenega.
- Igat osalejat, kes on läbinud kõik 5 etappi lühi- või põhidistantsil autasustatakse kingitusega.

9. ÜLDARVESTUS PÕHIDISTANTSIL

Igal etapil saavad osalejad punkte vastavalt oma kohale meeste ja naiste absoluutklassis. Punkte jagatakse järgnevalt: 1. koht – 80, 2. koht – 74, 3. koht – 70, 4. koht - 66, 5. koht – 64, 6. koht – 62, 7. koht 61, 8. koht 60 jne punkti, alates 67. kohast annavad kõik kohad 1 punkti.

Võistluste kokkuvõttes reastatakse võistlejad 4. parema etapi kohapunktide summeerimisel.

Esimest kohta kategoorias Absoluut saab osaleja, kes on saanud kõige rohkem punkte. Absoluutarvestuses koha saamiseks peab osaleja osalema vähemalt neljas Narva jooksusarja etapil omas vanusegrupis põhidistantsil.

Paremusjärjestuse määramisel saavad otsustavaks kõrgem koht viimati peetud võistlusel, kus osalesid mõlemad/kõik vaatluse all olevad jooksjad.

10. TULEMUSED

Tulemused avaldatakse pärast võistluse lõppemist võistluskeskuse infotahvilil ja hiljem ka kodulehel www.motus.ee

11. ÜLDISELT

Kõik juhendis määratlemata või vaidlusalased küsimused lahendavad korraldajad. Korraldajatel on õigus teha juhendis muudatusi.

12. VASTUTUS JA TERVIS

Iga osaleja vastutab ise oma tervisliku seisundi, treenituse ja inventari eest. Korraldajad soovivad valida endale jõukohane jooksutempo ja mitte üle pingutada.

13. INFO

www.motus.ee

www.akkesport.net

www.tema.ee

www.sportiv.ee

www.narva.ee