****

**Narva Firmajooks 2016**

1. **Läbiviimise koht**

Narva, Äkkeküla

1. **Võistluse kuupäev, aeg**

29.09.2016 kell 18.00

1. **Registreerimine**
* Eelregistreerimine [www.motus.ee](http://www.motus.ee)
* Registreerimine koha peal 17:00-17:30

1. **Korraldaja**

Motus spordiklubi

1. **Osalustasu**

20 eur / meeskond

Registreerimisel kirjutage oma organisatsiooni rekvisiidid arve väljastamiseks.

Meeskonda loetakse registreerituks pärast osalustasu laekumist.

1. **Võistluse kirjeldus**

Firmajooksu start on kell 18.00. Arvestus teatejooksus 5 km distantsil. Meeskonnas on 5 inimest. Igaüks jookseb 1 km. Teatepulga üleandmine toimub määratud vahetusalas. Marsruut kulgeb mööda tervisearada. Start ja finiš asuvad ÄKKEKÜLAs.

Kava:

17.00 – Stardimaterjalide väljastamine

17.45 - Soojendus võistkondadele

18.00 – Teatejooksu start

18.30 - Venistusharjutused võistkondadele

18.45 – Autasustamine ja loterii

 **7**. **Ohutustehnika**

Jooksmise ajal pöörata tähelepanu raja oludele. Kohati võib olla mudane ja libe.

 **8** . **Autasustamine**

Hinnaliste kingitustega autasustatakse 3 parimat võistkonda.

Organisatsioonid-osalejad peavad kaasa võtma sümboolsed meened/kingitused/suveniirid oma asutuse poolt, mida nad annavad registreerimisel korraldajatele, mida lõpus loositakse teiste meeskondade vahel, seega kõik võistkonnad saavad sümboolsed auhinnad.

 **9**. **Vastutus**

Iga osavõtja vastutab ise oma tervisliku seisundi ja inventari eest.

 **10. INFO**

 [www.motus.ee](http://www.motus.ee)