**Meremiili jooks 2018**

JUHEND

**1. Koht / Место:**

Narva-Jõesuu rand – Meresuu SPA

Пляж в Нарва–Йыэсуу – Meresuu SPA

**2. Kava / Программа**

10:00 Registreerimine kohapeal  / Регистрация на месте

11:00 Lastejooks / Забег малышей (300 м)

11:30 Noortejooks / Молодежный забег (1 км)

12:00 Põhijooks  / Основной забег  (2 км)

12:30 CROCS jooks  / Забег CROCS (30м)

Noortejooksul võivad osaleda kõik, kes ei soovi joosta põhidistantsi.

В молодежном забеге могут участвовать все желающие, кто не хочет бежать основной забег.

**3. Registeerimine / Регистрация**

Eelregistreerimine:Kuni 2 augustini 00:00 või kohapeal 4 augustil alates 16:00 kuni 17:30. Eelregistreerimine lõpeb 2 päeva enne võistluspäeva. Eelregistreerimine toimub veebilehel - [www.motus.ee](http://www.motus.ee). Maksmine toimub koha peal). Kes ei ole registreerinud eelnevalt, saab seda teha ka ürituse päeval koha peal.

Предварительная регистрация : До 02 августа 00:00 или на месте 4 августа с 16.00-17:30. Предварительная регистрация заканчивается за 2 дня до старта этапа. Регистрация проходит на электронной странице – [www.motus.ee](http://www.motus.ee) . Оплата осуществляется на месте. Кто не зарегистрировался заранее, есть возможность зарегистрироваться на месте в день соревнования.

**4. Tingimused / Условия**

Iga osaleja enne võistlusnumbri saamist peab maksma osalustasu koha peal. Joosta võib ainult ilma jalatsita. Distants on osaliselt läbi vee, sovituslikult kaasa võta vahetusriideid. Lapsed jooksevad ilma ajavõtuta.

Каждый участник перед получением номера должен оплатить на месте стартовый взнос. Стартовать можно только босиком. Часть трассы пойдёт через воду- желательно иметь при себе запасную одежду. У малышей время не берётся

6. **Vanusegrupid / возрастные группы**

|  |  |
| --- | --- |
|  VANUSEGRUPID | SÜNNIAASTA |
| Lapsed | 2009 - |
| MN10 | 2007-2008 |
| MN12 | 2005-2006 |
| MN14 | 2003-2004 |
| MN16 | 2001-2002 |
| MN18 | 1999-2000 |
| MN20 | 1997-1998 |
| MN | 1979-1996 |
| MN40 | 1969-1978 |
| MN50 | 1959- 1968 |
| MN 60 | 1949-1958 |
| MN 70+ |  ….-1948 |

7. **Distantsid ja osalustasu / Дистанции и плата за участие**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| DISTANTS | VANUSEGRUPID | EELREGISTREERIMINE | KOHA PEAL |
| 300 m (1 ring) | Lapsed | tasuta | tasuta |
| 1 km (2 ringi) | MN10; MN12 | 1 € | 2 € |
| 2 km (4 ringi) | MN14;MN16; MN18, MN20, MN, MN40, MN50, MN60, MN70+ | 2 €  | 4 € |

**8. Ajavõtt / замер времени**

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

На соревнованиях используется электронный замер времени – время участника фиксируется электронным чипом, который прикреплен на заднюю поверхность номера участника. Чип нельзя отрывать, а так же запрещено складывать номер. Номер участника нужно закрепить на груди и он должен быть виден во время всего соревнования со старта до пересечения финишной линии.

**10. Autasustamine / Награждение**

Esimene koht igas meeste ja naiste vanusegrupis autasustatakse medalitega.

3 parimat meest ja naist absoluutarvestuses autasustatakse meenetega.

На основном забеге 3-ое лучших мужчин и женщин награждаются специальными призами и медалями. В каждой возрастной группе 1-ое место награждается медалью.

**11. Vastutus ja tervis / Ответственность за здоровье**

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

Каждый участник сам отвечает за состояние своего здоровья. Организаторы советуют выбирать по силам и подготовке темп.

**12. Korraldajad / Организаторы**

Narva-Jõesuu huvikeskus