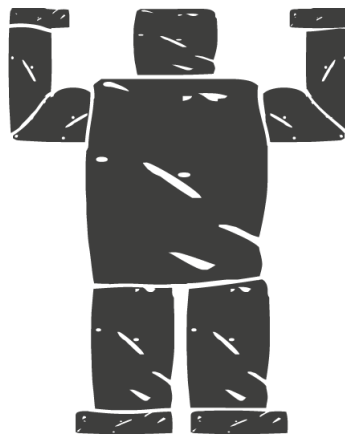


VÄGILASE
Jooks



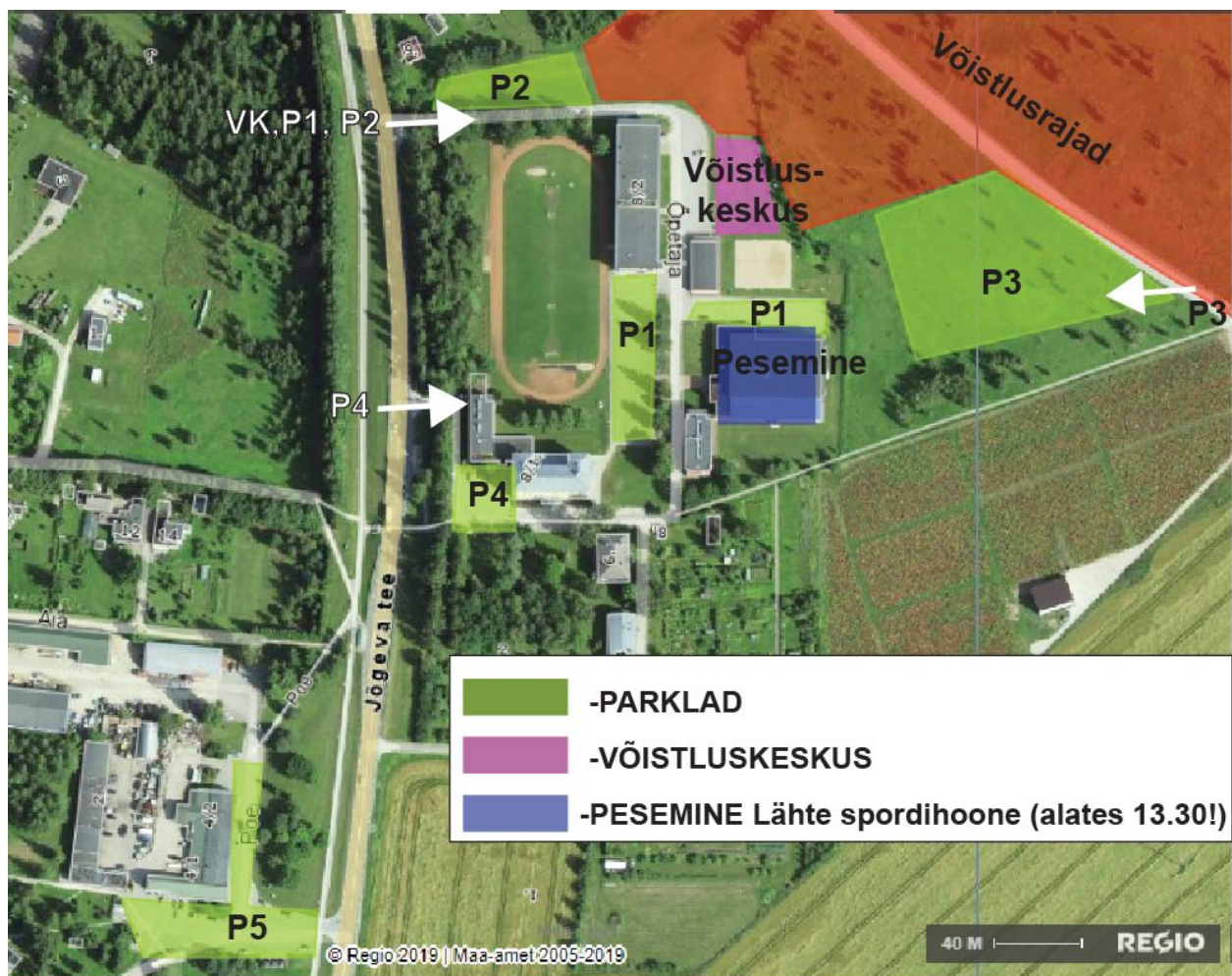
HEROES
OBSTACLE
RACE

LISAINFO

Aeg: Pühapäev, 4.august 2019

Asukoht: Võistluskeskus asub Lähte Spordikeskuse territooriumil. [Google mapi link!](#)

Parkimine: Parkida on võimalik spordihoone ja kooli parklasse ning avalikesse parkimiskohtadesse. Vaata skeemilt!



Ajakava:

10:00 Võistluskeskuse avamine

10:00 Algab lastejooksudele registreerimine

10:00 Algab stardimaterjalide väljastamine

11:00 Lastejooksud 1. vanusegrupp – kuni 6. a (k.a) ~300m

11.10 Lastejooksud 2. vanusegrupp – kuni 10.a (k.a) ~650m

11.20 Lastejooksud 3. vanusegrupp – kuni 14.a (k.a) ~1km

11.40 Lühijooksu 1. stardigrupi start (numbrid 500-550)

11:50 Lühijooksu 2. stardigrupi start (numbrid 551+)

12:00 Põhijooksu 1. stardigrupi start (numbrid 1-75)

12:10 Põhijooksu 2. stardigrupi start (numbrid 76-150)

12:20 Põhijooksu 3. stardigrupi start (numbrid 151-225)

12:30 Põhijooksu 4. stardigrupi start (numbrid 226-300)

12:40 Põhijooksu 5. stardigrupi start (numbrid 301+)

14:00 Autasustamine (orienteeruvalt)

Lastejooksud:

Lastejooksud toimuvad kolmes erinevas vanuseklassis ja on **tasuta!**

Kuni 6-aastased (k.a) ~300m, 7-10-aastased (k.a) ~650m ja kuni 14-aastased (k.a) ~1km.

Lastejooksule registreerimine toimub kohapeal alates 10.00st. Lastejooksudel paremusjärjestust ei selgitata, igat lõpetajat ootab finišis diplom ning jäätis. Lastejooksu number on särgile kleebitav. Rajal võivad saada mustaks nii jalad kui ka käed, kuid kõik takistused on ohutud ja vastavalt vanusele rajale seatud. **Rajal on ka üks veetakistus (väga madalast veest läbi jooksmine), seega jalad võivad saada ka märjaks. PS! Kui laps või lapsevanem ei soovi seda, siis on võimalik takistusest ümber joosta, seega kujuneb distantis pisut pikemaks.**

Palume lapsevanematel rajal kaasa joosta vaid äärmisel vajadusel, et lapsed saaksid iseseisvalt täieliku jooksuelamuse!

Enne starti:

Stardimaterjalide lunastamine toimub stardinumbri alusel.

Koos stardimaterjalidega väljastatakse ka võistluse särk, kui see on tellitud. **Stardimaterjalide kiiremaks väljastamiseks palume eelnevalt vaadata stardiprotokollist (infostendil, koduleheküljel) oma stardinumber ning öelda see numbreid väljastavale korraldajale.** Koos stardimaterjalidega saab osaleja ka numbrivesti/rinnanumbri ja ajavõtukiibi. Numbrivesti/rinnanumbrit tuleb kanda terve võistluse vältel riiete peal. **Peale võistluse lõppu tuleb numbrivest ja kiip tagastada korraldajatele!**

Kohapeal on võimalik registreerida kuni kella 11.30-ni! Kohapeal maksmine vaid sularahas! Muudatuste tegemiseks (stardigrupi vahetamine, mitteosalemine, kellegi asendamine) tuleb teatada sekretariaati hiljemalt 11.30-ks! Hilisemaid muudatusi vastu ei võeta.

Distants ja rada:

Põhijooksu raja pikkus on ligikaudu 8 km. Rada koosneb nii tehis- kui ka looduslikest takistustest. Lühijooksu raja pikkus on ligikaudu 4km.

Rada on märgistatud noolte, lintide ja rajaturvajatega. Rada kulgeb suures osas mööda olemasolevaid radu ja teid.

Võistlusel on keelatud naeltega/naastudega jalanõud, et säilitada takistuste hea seisukord ja kasutusmugavus kõikidele osavõtjatele.

Takistused:

Osa takistustest võivad osutada keeruliseks (nt. plankseinad), eriti õrnema soo esindajatele ja lühemat kasvu inimestele. Siinkohal **kutsume jooksul osalejaid üles ulatama kaasvõistlejatele abikätt ja julgustame vajadusel ka abi paluma.**

Mitme takistuse juures on alternatiiviks kosmonautide (*burpees*) või kätekõverduste tegemine juhuks, kui osaleja ei suuda takistust täielikult läbida.

Takistuste hulgas on ka veetakistused, kus vesi võib ulatuda üle pea. Kui veetakistus tekitab ebamugavust, on alati võimalik valida ka alternatiiv (kosmonaudid/kätekõverdused).

Mõne takistuse juures on kiire ja aeglane rada. Kiirem rada on raskem, kuid lühem. Aeglast rada on lihtsam läbida, kuid selle läbimiseks kulub rohkem aega või siis on pärast takistust veel lisatakistus (roomamine).

Palume enne alternatiivse läbimise kasuks otsustamist takistust vähemasti proovida. Kindlasti ei jää kellelgi võistlus ületamatu takistuse tõttu pooleli. Rada on raske ning selleks, et jätkuks jõudu terve rada hea enesetundega läbida ja kõik takistused nautides ületada, **soovitame alguses joosta pigem rahulikumalt.** Kui tekib järjekord või kitsal rajal kaasvõistlejast kohe mööduda ei saa, palume säilitada kaine mõistus ja viisakus. Võimalusel soovitame kenasti rada paluda!

Ohutus:

Kõik osalejad osalevad võistlusel **omal riisikol.** Takistused on ehitatud ja püstitatud nii, et oleksid väljakutsuvad, samas võistlejale võimalikult ohutud!

Start ja finiš:

Lühijooksu stardid toimuvad kahes stardigrupis: esimene stardigrupp (rinnanumbrid 500-550), teine stardigrupp (rinnanumbrid 551+)

Põhijooksu stardid toimuvad viies grupis: esimene stardigrupp (rinnanumbrid nr 1-75), teine stardigrupp (rinnanumbrid 76-150), kolmas stardigrupp (rinnanumbrid 151-225), neljas (rinnanumbrid 226-300) ja viies (rinnanumbrid 301+)

Stardigruppide moodustamine toimub eelmiste võistluste tulemuste alusel. Sealhulgas paigutatakse eeldatavalt tugevad jooksjad esimesse stardigruppi korraldaja poolt.

Finišis ootab kõiki lõpetajaid osavõtumedal ja Värska Originaali mulli- või allikavesi!

Pesemine, riietumine ja toitlustamine:

Pesemine peale võistlust toimub Lähte spordihoones alates 13:30st! Seal asuvad ka tualetid lisaks välikäimlatele. **Kõikidel osalejatel, kes kasutavad peale võistlust pesuruume, on kohustuslik eelnevalt ennast üle loputada spordihoone külje peal asuvate voolikute all, sest spordihoone kanalisatsioon on kergesti ummistuv!** Lisaks palume kõigil võtta maja välisukse ees ära oma määrdunud jalanõud ja sokid.

Toitlustamine toimub võistluskeskuses suures STIHL-i toitlustustelgis.

Lisaks on Veski Külalistemaja väljas väikese välikohvikuga, kus saab osta kohvi, teed, kooki jms suupisteid. Arveldamine on võimalik nii sularahas kui ka pangakaardiga!

Võistkondlik arvestus:

Lisaks individuaalarvestusele toimub Vägilase jooksul ka võistkondlik arvestus!

Võistkonnas võib olla kuni viis liiget, kuid miinimum on kolm liiget, teisisõnu kolme kiirema ajad liidetakse ning selles arvestuses toimub ka parimate autasustamine.

Võistkonna [eelregistreerimine siin!](#)

Lisaks saab võistkonda kirja panna ka võistluskeskuses kohapeal **kuni 11.30-ni**.

Autasustamine:

Korraldajad autasustavad iga võistlusklassi kolme paremat. Samuti toimub kõikide osavõtjate vahel **loosiauhindade** loosimine.

Auhinnad on välja pannud **Veski Mati, Värska Originaal, Peipsi Kurk ja Honeypower, A&T Sport.**

Müük:

Võistluskeskuse asub **A&T Sport müügitelk**, kus saab tutvuda ja soetada Hoka OneOne jooksujalatsitega, erinevate spordiriiete ning spordigeelidega!

Lisaks on avatud **SH nännimüük**, kust on võimalik osta Vägilase jooksu eelmise ja selle aasta särke, peapaelu, buffe, Honeypoweri geele jne. **Soovitame varuda selleks sularaha!**

Korraldaja:

MTÜ Seiklushunt

info@seiklushunt.ee

Peakorraldaja: Arvi Anton +372 53 33 2456

Seiklushunt tänab Vägilase jooksu suuri abilisi, toetajaid ja koostööpartnereid: **Liana Anton, Kalle Kallas, Nils Pure, Joosep Aloel, Marili Zimmerman, Dora Uibo, Eliisa Saksing, Peep**

Teppo, Katre ja Siim Kanne, Jaanus Robi, Jane-Liis Asi, Kristiina Anton, Joosep Tammemäe, Sander Linnus ning kõiki toredaid vabatahtlike ja ... Sadala Agro OÜ, Tartu vald, Veski Mati, Honeypower, Värska Originaal, STIHL Eesti, Baltyre OÜ, A&T Sport, veebipood Duncan.ee, Balbiino ja Veski Külalistemaja.

