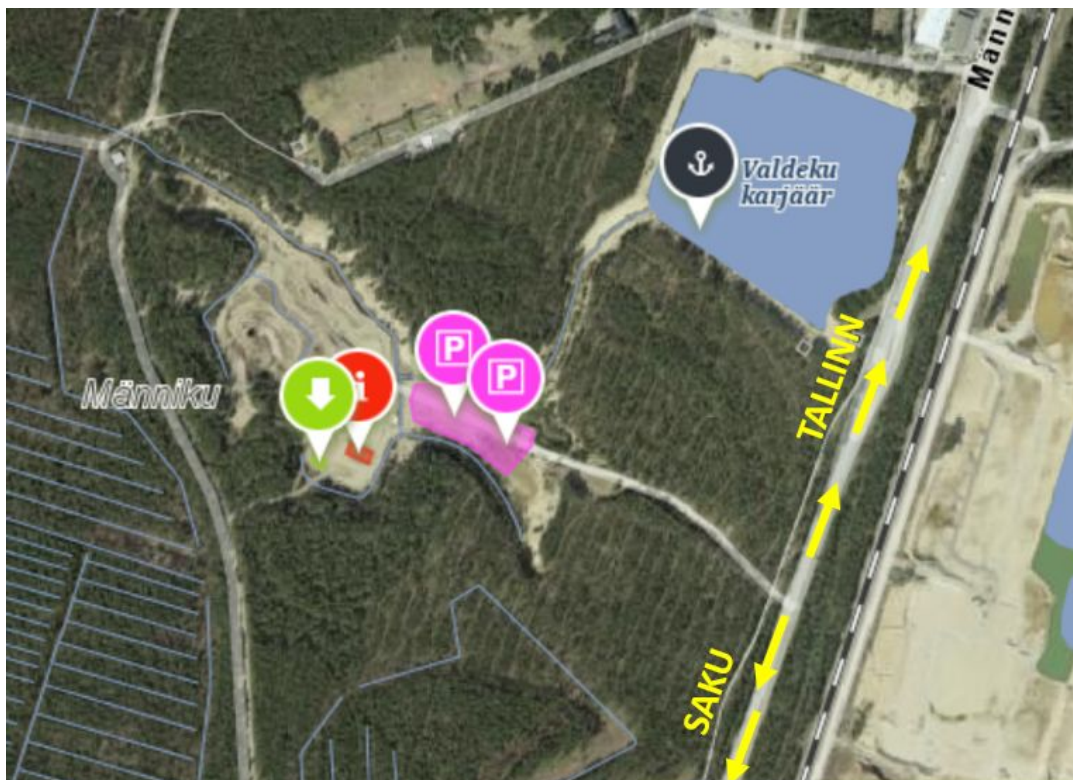


Vägilase jooks Tallinn LISAINFO

Aeg: Pühapäev, 12. juuli 2020

Asukoht: Võistluskeskus asub Saku-Männiku krossiraja territooriumil (Männiku, 75506 Harju maakond). [Google mapi link!](#)



— VÕISTLUSKESKUS

— PARKIMINE

— PESEMINE/RIIETUMINE

— UJUMINE

Parkimine:

Parkida on võimalik Saku-Männiku krossiraja alumisse ja ülemisse parklasse. Parkimisel palume jälgida reguleerijate juhiseid!

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. start (numbrid 500-550)
- 11.50 Lühijooksu 2. start (numbrid 551+)
- 12.00 Põhijooksu 1. start (numbrid 1-75)
- 12:10 Põhijooksu 2. start (numbrid 76-150)
- 12.20 Põhijooksu 3. start (numbrid 151+)
- 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 palume juba eelnevalt [interneti teel registreerida!](#) Kohapeal on võimalik teha seda sekretariaadi telgis alates 10.00st, kuid rahvamassi hajutamiseks palume eelregistreeruda!

Lastejooksudel paremusjärjestust ei selgitata, igat lõpetajat ootab finišis diplom. Lastejooksu number on **kleebitav**, soovi korral võib kinnitada ka haaknõeltega. Nii jalad kui ka käed võivad rajal mustaks saada, kuid kõik takistused on ohutud ja vastavalt vanusele rajale seatud.

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

Enne starti:

Stardimaterjalide väljastamine toimub stardinumbri alusel.

Stardimaterjalidega väljastatakse ka võistluse särk, juhul kui see on tellitud.

Stardimaterjalide kiiremaks väljastamiseks palume eelnevalt [stardiprotokollist](#) (infostendil, koduleheküljel) vaadata oma rinnanumber ning öelda see numbreid väljastavale korraldajale.

Stardimaterjalide hulgas on igale võistlejale numbrivest ja ajavõtukiip. Numbrivesti tuleb kanda terve võistluse vältel riiete peal. **Pärast võistluse lõppu tuleb numbrivest ja kiip tagastada korraldajatele!**

Materjalide kiiremaks väljastamiseks on kaks koridori: stardinumbrid 1-150 ja stardinumbrid 151+ ning 500+ (lühijooks). Sekretariaadi telgis toimub ka lastejooksudele registreerimine ja rinnanumbrite väljastamine.

Kohapeal on Vägilase Jooksule võimalik registreerida kella **11.30-ni!** Kohapeal saab maksta 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. Lühijooksu raja pikkus on ligikaudu 4 km. Rajal on nii tehis- kui ka looduslikud takistused.

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

Säilitamiseks takistuste hea seisukord ja kasutusmugavus kõikidele osavõtjatele on võistlusel keelatud naeltega/naastudega jalanõud.

[Rajakaart!](#)

Takistused:

Kuna osa takistustest võivad osutada keeruliseks (nt. kõrged plankseinad), siis **kutsume üles osalejaid ulatama kaasvõistlejatele abikätt ja julgustame üksteiselt vajadusel abi paluma. Mitme takistuse juures on alternatiiviks kosmonautide (*burpees*) või kätekõverduste tegemine juhuks, kui osaleja ei suuda takistust täielikult läbida.**

Oleme selleks aastaks ehitanud mitu päris uut takistust. Nende läbimise kohta võite näha videosid meie [instagrami kontol](#) alates reedest!

Palume enne alternatiivse läbimise kasuks otsustamist takistust **vähemalt 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 takistusel 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 need oleksid väljakutsuvad, samas võistlejale võimalikult ohutud. **Igaüks peab ise oma võimeid hindama** ja selle põhjal rajal otsuseid tegema!

Start ja finiš:

Start toimub viies laines:

- Esimene laine on kell 11.40 lühijooksule.
- Põhijooksu stardid on alates 12.00 iga 10 minuti tagant, esimene stardigrupp kell 12.00 (nr 1-75), teine stardigrupp kell 12.10 (nr 76-150), kolmas stardigrupp kell 12.20 (nr 151+).

Stardigruppide moodustamine toimub eelmiste võistluste tulemuste alusel. Sealhulgas paigutatakse ka eeldatavalt tugevad jooksjad esimesse stardigruppi. Kes soovib stardigruppi muuta, palun kirjutada katre@seiklushunt.ee

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

Peale lõpetamist on võimalik **põletada medali tagaküljele** oma saavutus!

Pesemine, riietumine ja toitlustamine:

Riideid on võimalik vahetada suurtes telkides (M ja N eraldi). Pärast võistlust on võimalik seal ka ennast üle loputada. Lisaks on võimalik käia ujumas Valdeku karjääri järves.

Kohapeal on olemas välitualetid võistluskeskuses ja parklas.

Toitlustamine toimub võistluskeskuses toitlustustelgis. Toitlustamine toimub ainult **isikliku sööginõuga!** Kõik, kes tervele sarjale kirja panid, saavad **kingitusena matkanõude komplekti**. Söögina on valikus nii lihaga kui ka lihavaba pilaff!

Võistkondlik arvestus:

Lisaks individuaalarvestusele toimub Vägilase Jooksul ka võistkondlik arvestus!

Võistkonnas võib olla kolm kuni viis liiget. Kolme kiireima liikme ajad liidetakse ning selles arvestuses toimub ka parimate autasustamine.

Võistkonna [eelregistreerimine siin!](#)

Lisaks saab võistkonnana kirja panna ka võistluskeskuses kohapeal kella **11.30-ni**.

Autasustamine:

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

Auhinnad on välja pannud **Veski Mati, Spordipood Duncan.ee, Värska Originaal, HoneyPower.**

Lisa:

Võistluskeskuses on avatud **nännimüük**, kust on võimalik osta SH teemaatikaga matkanõude komplekti (silikoonkauss ja luhvel ehk spork), Vägilase Jooksu eelmise ja selle aasta särke, Seiklushundi teemaatikaga peapaelu, mütse ja buffe, HoneyPoweri geele ja batoone jne.

Soovitame varuda selleks sularaha!

Korraldaja:

MTÜ Seiklushunt

info@seiklushunt.ee

+372 5821 1203

Seiklushunt tänab oma meeskonda, Vägilase Jooksu abilisi, toetajaid ja koostööpartnereid: Liana Anton, Nils Pure, Joosep Aloel, Marili Zimmermann, Dora Uiibo, Eliisa Saksing, Peep Teppo, Katre ja Siim Kanne, Kristiina Anton, Kristjan Vaher, Sander Linnus, Joosep Tammemäe, Kristi Vaher. Kindlasti ka kõiki toredaid vabatahtlikke ja ... Baltyre OÜ, STIHL Eesti, Sadala Agro OÜ, Veski Mati, Unilever Eesti AS, HoneyPower, Salvest AS, Väraska Originaal, veebipood Duncan.ee, Veski Külalistemaja, Eesti Kultuurkapital ja Integratsiooni SA!

#VÄGILASEJOOKS

#SEIKLUSHUNT

