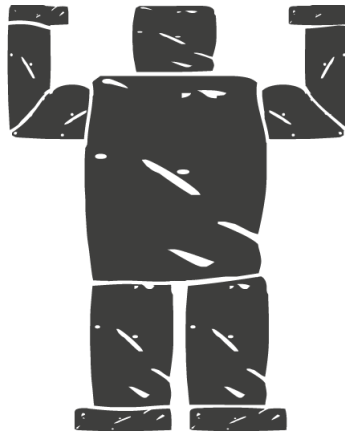


VÄGILASE  
JOOKS

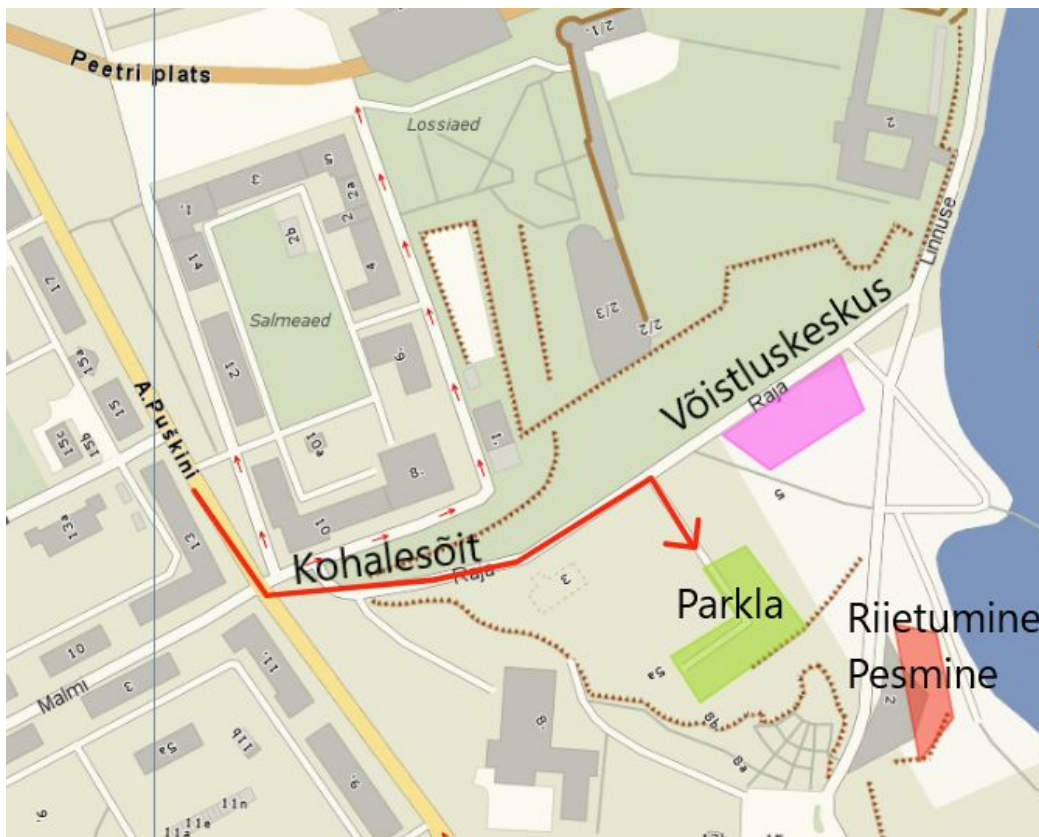


HEROES  
OBSTACLE  
RACE

## LISAINFO

**Aeg:** Pühapäev, 23.august 2020

**Asukoht:** Võistluskeskus asub Narva jõe promenaadi alguses (Raja). [Google mapi link!](#)



## **Parkimine:**

Parkimine toimub Joaoru puhkeala parklas ja on tasuta.

## **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+)

13.30 Lühijooksu autasustamine (orienteeruvalt)

14.00 Põhijooksu 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.

Registreerimine toimub sekretariaadi telgis alates 10.00st!

Lastejooksudel paremusjärjestust ei selgitata, igat lõpetajat ootab finišis diplom ja jäätis. 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!**

**Lastehoidu Narvas ei ole!**

## **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 1-200 (põhijooks) ja stardinumbrid 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 7,5 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 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.**

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:

- Lühijooksud - esimene laine on kell 11.40 (nr 500-550) ja teine laine 11:50 (nr 551+).
- 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) ja 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](mailto:katre@seiklushunt.ee)

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

**Pesemine, riietumine ja toitlustamine:**

Pesemine ja riietumine toimub Joaoru Puhkekeskuses. Lisaks palume kõigil võtta maja välisukse ees ära oma **määratud jalanõud ja sokid**. 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**.

**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 temaatikaga matkanõude komplekti (silikoonkauss ja luhvel ehk spork), Vägilase Jooksu eelmise ja selle aasta särke, Seiklushundi temaatikaga 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 ... **Narva Linn, Baltyre OÜ, STIHL Eesti, Sadala Agro OÜ, Veski Mati, Unilever Eesti AS, HoneyPower, Salvest AS, Värska Originaal, veebipood Duncan.ee, Veski Külalistemaja, Motus spordiklubi, Narva linna arendus, Eesti Kultuurkapital ja Integratsiooni SA!**

#VÄGILASEJOKS

#SEIKLUSHUNT

