



# PÕLVAMAA TALIMÄNGUD 2019 KOBRASE SUUSASÕIT MURDMAASUUSATAMISES JUHEND

## EESMÄRK

Populariseerida suusatamist, kui ühte tervislikku liikumisviisi looduses.

Julgustada kõiki tervislikest eluviisidest lugupidavaid harrastus- ja tervisesportlasi osalema Põlvamaa spordiüritustel.

Elavdada erinevate spordialade harrastajate argipäeva, võimaldada kontrollida oma sooritusvõimet ja tõsta motivatsiooni.

## AEG JA KOHT

Mammaste Tervisespordikeskuses, **teisipäeval, 26.veebruaril 2019.a.**

**Start avatud kella 17.00 – 18.30.**

## AJAKAVA, DISTANTSID JA VÕISTLUSKLASSID

Sõidetakse **VABATEHNIKAS eraldistardist**

16.00 Kohapeal avatud sekretariaat

17.00-18.30 Avatud **START** (1,5 tunni jooksul valib iga võistleja endale sobiva stardiaja)

Võistlusklassid	Sünniaasta	Distsants
Mudilased	2011 ja nooremad	0,3 km
T10 ja P10	2009-2010	1,7 km
T12 ja P12	2007-2008	1,7 km
T14 ja P14	2005-2006	3,7 km
T16 ja P16	2003-2004	3,7 km
T18 ja P18	2001-2002	3,7 km / 2 x 3,7 km
N ja M	1980-2000	3,7 km / 2 x 3,7 km
N40 ja M40	1970-1979	3,7 km/ 2 x 3,7 km
N50 ja M50	1960-1969	3,7 km/ 2 x 3,7 km
N60 ja M60	1959 ja varem sündinud	3,7 km / 3,7 km

## AJAVÕTT

Toimub puutevaba elektroonilise SPORTIdent süsteemiga. SI kaardi ja rinnanumbri saab korraldajatelt sekretariaadis, mis avatud kohapeal kella 16-st.

## AUTASUSTAMINE

Autasustatakse iga võistlusklassi kolme parimat.

Loosiauhinnad kõikide võistlejate vahel peale võistluste lõppu.

Autasustamine toimub orienteeruvalt 15 minutit peale viimase võistleja finišeerimist.

## REGISTEERIMINE

Võistlustel osalemiseks teostada eelregistreerimine hiljemalt 25.veebruari kella 24.00 aadressil <https://www.polvamaa.ee/voistlustele-registreerimine> , KOBRASE Suusasõit.

**Võistlusõhtul, 26.veebruaril on võimalik registreeruda kohapeal kella 16.45-ni**

**STARDIMAKS 2€**, kohapeal registreerinul **3€**. Tasumine toimub võistleja numbri kättesaamisel sekretariaadis.

### **TERVISLIK SEISUND**

Iga osaleja vastutab oma tervisliku seisundi eest ise.

### **ÜLDISELT**

Kõik juhendis puudutamata teemad lahendatakse kohapeal võistluste zürri poolt koosseisus:

Peakohtunik Nikolai Järveoja tel. 5034368

Peasekretär Ingrid Muuga

Ajavõtt Priit Nurmoja

Radade ülem Kalle Ojasoo

Lisainfo (radade skeem, tulemused, pildid) klubi kodulehel <http://kobras.polvamaa.ee/>

Registreerimisega üritusele aktsepteerib osavõtja käesolevat juhendit ja annab nõusoleku avaldada enda tulemuse võistlusprotokollis, lubab kasutada endast ürituse ajal tehtud fotosid ja videomaterjali ürituse propageerimiseks

Korraldajad: OK PÕLVA KOBRAS koostöös Põlva Maakonna Spordiliiduga

**TOETAJA: EESTI KULTUURKAPITAL**