

# KOSE SUUSAPÄEV 2026. a J U H E N D

## I EESMÄRK

1. Pakkuda Kose vallas elavatele, töötavatele või koolides õppivatele sportlastele ja spordiklubide liikmetele võistlemise võimalusi.
2. Selgitada Kose valla 2026. a meistrid murdmaasuusatamises noorte, täiskasvanute ja veteranide vanuseklassides.

## II AEG JA KOHT

3. Võistlused toimuvad **22. veebruaril 2026. a** Kose lauluväljaku suusaradadel, algusega kell 11:00.  
Võistlustel kasutatav sõidustiil on vabatehnika.

## III OSAVÕTJAD

4. Võistlustest lubatakse osa võtta kõikidel Kose valla territooriumil elavatel, töötavatel või Kose valla koolides õppivatel sportlastel.
5. Sõltuvalt registreerunud võistlejate arvust lubatakse erandkorras osaleda ka nn külalisvõistlejatel (sportlased, kes on eelregistreerimise käigus teatanud oma soovist osaleda, kuid kes ei vasta juhendi lõik III punktis 4 toodud tingimustele). Need sportlased ei kuulu autasustamisele.

## IV VÕISTLUSTE KAVA JA VANUSEKLASSID

6. Võistluste vanuseklassid ja distantsid on alljärgnevad:

NOORED	M8	-	2018 ja hiljem sünd	poisid	1 km	
	N8			tüdrukud	1 km	
	M10	-	2016 - 2017	poisid	2 km	
	N10			tüdrukud	2 km	
	M12	-	2014 - 2015	poisid	2 km	
	N12			tüdrukud	2 km	
	M14	-	2012 - 2013	poisid	3,5 km	
	N14			tüdrukud	3,5 km	
	M16	-	2010 - 2011	poisid	3,5 km	
	N16			tüdrukud	3,5 km	
TÄISKASVANUD	M18	-	2008 - 2009	noormehed	3,5 km	
	N18			neiud	3,5 km	
VETERANIDE	M	-	1992 - 2007	mehed	7 km	
	N			naised	3,5 km	
VETERANIDE	I grupp	-	1982 - 1991	M35	mehed	7 km
			1982 - 1991	N35	naised	3,5 km
VETERANIDE	II grupp	-	1972 - 1981	M45	mehed	7 km
			1972 - 1981	N45	naised	3,5 km
VETERANIDE	III grupp	-	1962 - 1971	M55	mehed	7 km
			1962 - 1971	N55	naised	3,5 km
VETERANIDE	IV grupp	-	1961 ja varem sünd	M65	mehed	3,5 km
			1961 ja varem sünd	N65	naised	3,5 km

## **V REGISTREERIMINE**

### **7. Eelregistreerimine:**

Võistluse parema korralduse huvides on võistlejatel soovitatav teostada eelregistreerimine.

Eelregistreerimine on soovitatav teostada hiljemalt **20. veebruariks 2026.**

Registreeruda saab:

1. Kose Spordimaja kodulehel ([www.spordimaja.ee](http://www.spordimaja.ee)) avaneval registreerimisvormil.
2. Registreerimisvormi leiad siit: [registreerimisvorm](#)

**NB! Elektrooniliselt Spordimaja kodulehel täidetaval registreerimisvormil on väga tähtis, et te täidate kõik nõutavad väljad.**

**NB! Teatevõistlusele registreerimine toimub kohapeal kuni kella 12.00-ni!**

### **8. Registreerimine:**

Parandusi ja muudatusi eelregistreerimise käigus tehtud andmetes on võimalik teha võistluspäeval (22. veebruaril 2026) kell 10.30 – 10.50 võistluspaigas. **Võistleja võib osaleda ühes võistlusklassi sõidus.**

### **9. Korraldus:**

Võistlejad stardivad võistlusrajale sõltuvalt valitud distantsi pikkusest ühisstardist. Starditakse stardiprotokolli alusel. Stardiprotokoll koostatakse eelregistreerimise põhjal ja avaldatakse võistluspäeva hommikul stardipaigas.

**Ajakava orienteeruvalt:**

<b>10.30 - 10.50</b>	<b>Registreerimine kohapeal</b>	
<b>11.00 - 11.15</b>	<b>1 km</b>	- M8, N8
<b>11.20 - 11.30</b>	<b>2 km</b>	- M10, N10, M12, N12
<b>11.35 – 12.05</b>	<b>3,5 km</b>	- M14, N14, M16, N16, M18, N, N18, N35, N45, N55, M65, N65
<b>12.10 - 12.30</b>	<b>7 km</b>	- M, M35, M45, M55
<b>12.30 – 13.00</b>	<b>3 x 2 km</b>	- Meeskondlik teatevõistlus
<b>13.00</b>	<b>2 km</b>	- Peresõit (ajavõttu ei toimu).

Võimalikud väikesed muudatused ajakavas võivad tuleneda eelregistreerimise käigus selguvast osavõtjate arvust.

## **V MEESKONDLIK TEATESÕIT**

**10.** Eesmärk on anda võimalus kogukonnale veeta sportlikult vaba aega ning siduda kogukonda. Meeskonnas peab olema kolm liiget ning vähemalt üks liige peab olema

vastassoost. Võistkondade arvus piiranguid ei ole. Distsants 3 x 2 km. Võidab võistkond, kes jõuab esimesena kolm vahetust sõidetud.

## **VI PERESÕIT**

11. Eesmärk on anda võimalus peredele veeta sportlikult vaba aega. Peres peab olema vähemalt kolm liiget ja vähemalt üks liige peab olema alaealine laps. Võistkondade arvus piiranguid ei ole. Distsants on 2 km. ja ajavõttu ei toimu. Iga pere saab üllatusahhinna.

## **VII AUTASUSTAMINE**

12. Kose valla meistrivõistluste täiskasvanute võistlusprogrammi kuuluvatel distantsidel osalevad noorte ja veteranide vanuseklassidesse kuuluvad sportlased võistlevad oma vanuseklassi arvestuses.

13. Kose valla meistrivõistluste kavva kuuluvate distantside võitjatele omistatakse Kose valla meistri nimetus.

Kõikide meistrivõistluste programmi kuuluvate distantside kolme paremat võistlejat autasustatakse saavutatud kohtadele (I, II, III) vastavalt Kose valla meistrivõistluste kuld-, hõbe- või pronksmedaliga.

14. Vanuseklasside meistrivõistluste programmi kuuluvate distantside võitjatele omistatakse Kose valla vastava vanuseklassi meistri nimetus ja nende distantside kolme paremat sportlast autasustatakse vastavate vanuseklasside Kose valla meistrivõistluste medaliga.

15. Autasustamisele ei kuulu väljaspool võistlust võistlevad nn külalisvõistlejad.

16. Meeskondlikul teatevõistlusel autasustatakse kolme parimat võistkonda medalitega ja meeskondliku karikaga.

## **VIII MAJANDAMINE**

17. Võistlust korraldavad koostöös Kose Spordimaja ja Kergetõustikuklubi Kose 2000.

18. Kõik võistluste läbiviimisega seotud kulud kannab Kose Spordimaja. Sportlaste lähetamisega seotud kulud kannab võistleja ise või teda lähetanud organisatsioon.

19. Juhendi punktide III mittevastavad sportlased võistlevad väljaspool arvestust.

## **IX ÜLDISELT**

20. Kõik juhendiga määratlemata küsimused lahendab kohtunikekogu koos võistluste organisatoriga.

Kõik võistlejad vastutavad oma sportliku ettevalmistuse ja tervisliku seisundi eest ise.

21. Võistlusjärgne pesemine on võimalik Kose Spordimajas (Ujula tn. 7 Kose) vastavalt hinnakirjale.

22. Täpsemat informatsiooni võistluste kohta saab telefonilt: 5127532 ja Kose Spordimaja kodulehelt [www.spordimaja.ee](http://www.spordimaja.ee)