



EESTI SEENIORISPORDI JA SPORDIVETERANIDE LIIDU

56. SPORDIMÄNGUDE JUHEND

1. EESMÄRK

Propageerida sporti ja tervislikke eluviise. Pakkuda veteransportlastele võistlusvõimalust ja edendada sõprussidemeid liikmeskonna vahel. Selgitada võitjad kergejõustikus, võrkpallis, korvpallis (3x3), mälumängus, petankis, kettagolfis, ujumises ja orienteerumises.

2. AEG JA KOHT

29.-30. juuli 2023.a Märjamaal, Raplamaal

3. SPORDIALAD

1. Pendelteatejooks	Märjamaa staadion, Staadioni 3
2. Kergejõustik	Märjamaa staadion, Staadioni 3
3. Võrkpall N ja M	Märjamaa vana staadion, Haimre pst/ Veski tn*
4. Petank	Vahtra ja Sireli tn park, Märjamaa alev
5. 3 x 3 korvpall N ja M	Märjamaa spordihoone, Staadioni 3
6. Kettagolf	Järta Terviserada, Nõmmeotsa
7. Ujumine	Märjamaa ujula, Uus tn 3
8. Orienteerumine	Märjamaa alev
9. Mälumäng	Märjamaa Gümnaasiumi aula, Tamme tee 1

** Erakorraliste ilmastikutingimuste korral toimub võrkpall Märjamaa spordihoones, Staadioni tn 3*

4. OSALEJAD

Osaleda võivad kõik, kes on 1988 ja varem sündinud ja 17. juuliks 2023 maakonna koondise poolt eelregistreeritud. Muudatused võistlejate registreerimisel/ülesandmisel on võimalik teha võistluspäeva hommikul.

NB! Kergejõustiku vanusegruppi kuulumist arvestatakse sünnikuupäeva järgi.

Kõik osavõtjad vastutavad ise oma tervisliku seisundi eest.

5. REGISTREERIMINE

Võistkondade arvuline registreerimine ja toitlustuse tellimused tuleb esitada hiljemalt **10. juuliks 2023** lisatud [TABELISSE](#)

Nimeline registreerimine võistkonna esindaja poolt etteantud [VORMIL](#) saata hiljemalt **17. juuliks 2023 a kell 23.59** meiliaadressile raplasvk@gmail.com

Kergejõustiku nimeline ja alade registreerimine:
<https://my.raceresult.com/248543/registration>

Ujumise nimeline registreerimine: <https://my.raceresult.com/248553/>

Orienteerumise nimeline registreerimine kuni 17. juulini kella 23.59 antud lingil:
<https://www.osport.ee/calendar/Event/19093>

Discgolfi nimeline registreerimine kuni 17. juulini kella 23.55 antud lingil:
<https://dgmtrx.com/2635218>

Osavõtu ja toitlustuse arve peab olema tasutud hiljemalt 26.07.2023.

Mandaadis väljastatakse vastavalt laekumistele toitlustuse talongid maakonna koondise esindajale.

Võistlejate muudatused esitada **29. juuliks 2023a. ajavahemikus 8.30 - 9.30** sekretariaadis võistluste peasekretärile.

***Kogu mängude info, registreerimised ja tulemused kajastatakse Google Drives:**
bit.ly/ESL56

6. PAREMUSJÄRJESTUSE SELGITAMINE

Arvesse lähevad kergejõustiku ja viie parema ala võistkondlikud kohapunktid kavas olevatel spordialadel (p. 9). Kohapunktide arvestus: I koht – 30 punkti, II koht – 27 punkti, III koht – 25 punkti, IV koht – 24 punkti jne. Punktide võrdsuse korral on määravaks kõrgemate kohtade arv, nende võrdsusel saab otsustavaks kõrgem koht kergejõustikus.

Grupp 1	Grupp 2
Tallinna SVK	Järvamaa SL
Tartu SVK	Läänemaa SL Läänela
Lääne-Virumaa SVK	Jõgeva SVK
Ida-Virumaa SVÜ/ Narva SVK	Valgamaa SVS

Pärnumaa SVK	Rapla SVK
Viljandi SVK	Saaremaa SL
	Võru SVK
	Põlvamaa SVK
	Hiiumaa

7. AUTASUSTAMINE

Spordialal esikoha saavutanud võistkonda autasustatakse ESL rändauhinna ja diplomiga, II ja III kohale tulnud võistkondi diplomiga. Spordialal esikolmikusse tulnud võistlejaid autasustatakse medaliga.

Kummagi grupi 56. spordimängude üldvõitjat tunnustatakse ESL rändauhinna ja diplomiga, II- III koht diplomiga.

8. MAJANDAMINE

Spordimängude osalustasu 10.- €/per tasuda esitatud arve alusel hiljemalt **26. juuliks 2023.**

a. Raplamaa SVK arveldusarvele EE381010802009678003. Hilisem tasumine on võistluspäeva hommikul sekretariaadis SULARAHAS - **20 €/per. Osalustasu mitte tasunud sportlast võistleva ei lubata.**

Transpordi, toitlustamise ja majutuse kulud katab sportlasi lähetav organisatsioon.

Põrandamajutus 5 € inimene Märjamaa Gümnaasiumis (Tamme tee 1, Märjamaa).

Muud majutusvõimalused saadetakse maakonna koondiste esindajatele juhendi lisana.

Toitlustamine: Baltic Restaurants Estonia AS (Tamme tee 1, staadioni kõrval)

I päeva lõuna 5 €; I päeva õhtu 6 €; II päeva hommik 5,50 €; II päeva lõuna 5 €

Koht: Märjamaa Gümnaasiumi koolisöökla

Ajad: LL-13.00-16.00, LÕ-18.00-20.00, PH- 8.00-10.00, PL-13.00-15.30

Toitlustamise tellimused esitada eelregistreerimise **VORMIL** hiljemalt **10. juuliks 2023 a.** ja tasuda arve alusel **hiljemalt 26. juuliks 2023 a.**

* **Käesolevas juhendis määratlemata** küsimused lahendab korraldustoimkond koos ESL esindajaga. Võimalikud protestid lahendab korraldustoimkond, kuhu kuuluvad spordimängude peakohtunik, ala peakohtunik ning spordimängude peasekretär. Protestid tuleb esitada kirjalikult ala peakohtunikule hiljemalt 30 minutit pärast tulemuste avaldamist. Protesti korral peab võistleja olema valmis esitama peakohtunikule isikut tõendava dokumendi.

Protesti menetlemise tasu on **100 €**. Summa tagastatakse täies ulatuses, kui protest rahuldatakse. **NB! Korraldustoimkonna otsus edasikaebamisele ei kuulu!**

9. SPORDIMÄNGUDE AJAKAVA

29. juuli 2023

8.30-11.00	Spordimängude keskus ja sekretariaat	Märjamaa spordihoone, Staadioni 3
11.00	Võistluste avamine	Märjamaa staadion, Staadioni 3
11.30	Pendelteatejooks	Märjamaa staadion, Staadioni 3
12.00	Kergejõustik	Märjamaa staadion, Staadioni 3
12.00	Võrkpall N ja M	Märjamaa vana staadion, Veski tn 6/ Märjamaa spordihoone
12.00	Petank	Märjamaa alev, Vahtra/ Sireli tn park
12.00	3 x 3 korvpall N ja M	Märjamaa spordihoone, Staadioni 3
13.00-18.00	Ujumine	Märjamaa ujula, Uus tn 3
16.00	Orienteerumine	Võistluskeskus Märjamaa Rahvamaja ees Sauna tn 2
18.00	Mälumäng	Märjamaa Gümnaasium, Tamme tee 1
20.00-00.00	Puhkeõhtu	Märjamaa Rahvamaja, Sauna tn 2

30. juuli 2023

9.30	Kergejõustik	Märjamaa staadion, Staadioni 3
9.30	Võrkpall N ja M*	Märjamaa vana staadion, Veski tn 6
10.00	Kettagolf	Järta Terviserada, Nõmmeotsa
16.00	Mängude lõpetamine	Märjamaa staadion, Staadioni 3

9.1. PENDELTEATEJOOKS

29. juulil 2023 a kell 11.30 Märjamaa staadionil

10x50 m

Võistkonnas: 5 naist (35+, 40+, 45+, 50+, 55+) ja 5 meest (35+, 40+, 45+, 50+, 55+).

Jooksu alustavad noorema vanusegrupi naised ning lõpetavad vanema vanusegrupi mehed. Jooks toimub peastaadioni murul naelikuteta. Nooremaid võistlejaid võib asendada vanemate võistlejatega.

Pendelteatejooksus on koefitsendiks 2.

9.2 KERGEJÕUSTIK

29. juuli kell 12.00 ja 30. juuli kell 9.30 Märjamaa staadionil

VÕISTLUSALAD	NAISED	MEHED
Pendelteatejooks	35, 40, 45, 50, 55+	35, 40, 45, 50, 55+
60 m	60, 65, 70, 75, 80, 85+	60,65,70,75,80, 85+
100 m	35, 40, 45, 50, 55+	35, 40, 45, 50, 55+
400 m	60, 65, 70, 75, 80, 85+	
1500 m	35, 40, 45, 50, 55+	60, 65, 70, 75, 80, 85+
3000 m		35, 40, 45, 50, 55+
Paigalt kaugushüpe	60, 65, 70, 75, 80, 85+	60, 65, 70, 75, 80, 85+
Kaugushüpe	35, 40, 45, 50, 55,	35, 40, 45, 50, 55,
Kuulitõuge	Kõik vanusegrupid	Kõik vanusegrupid
Kettaheide	Kõik vanusegrupid	Kõik vanusegrupid
Odavise	Kõik vanusegrupid	Kõik vanusegrupid

Kaugushüppes ja heitealadel on 4 katset. Finaale ei toimu.

Punktiarvestus kergejõustikus: Võistkondliku paremusjärjestuse määramisel lähevad esindusel arvesse 30 paremat tulemust ja pendelteatejooks. Ühel võistlejal arvestatakse kuni 4 parema ala tulemusi.

Kohapunktid iga vanusegrupi kõikidelt aladelt:

I koht 13 punkti, II koht 11 punkti, III koht 10 punkti jne . 12. koht 1 punkti ja edasi järgnevad kohad annavad kõik 1 p.

Juhul kui on osalejaid 90+ vanuseklassis, siis nad võistlevad koos 85+ , kuid saavad eraldi medali. Seda otsustab peakohtunik.

Peakohtunik: Andres Saks, tel 5092580

Peasekretär: Jaak Israel, tel 55698844

9.3 VÕRKPALL

29.-30. juulil 2023.a. Märjamaa vana staadioni muruväljakutel/ Märjamaa spordihoones (Staadioni tn 3)

(koordinaadid 58°54'11.0"N 24°25'39.0"E)

Võistlused toimuvad kahes vanusegrupis meestele ja naistele.

Naised: I grupp N35+ (sündinud 1988 ja varem), II grupp N50+ (sündinud 1973 ja varem, lubatud erandkorras väljakul 1 mängija 1974.a.).

II grupi naised mängivad saalis (Märjamaa spordihoone).

Mehed: I grupp M35+ (sündinud 1988 ja varem), II grupp M60+ (sündinud 1963 ja varem, lubatud erandkorras väljakul mängija 1964.a.)

Iga esindus võib võistelda igas vanuseklassis ühe võistkonnaga (kokku 4 võistkonda). Süsteem ilmub pärast eelregistreerimist. Kui osalevate võistkondade arv nõuab alagruppide moodustamist, paigutatakse eelmise aasta I ja II koht erinevatesse alagruppidesse. Ülejäänud loositakse. Kui vanusegruppi registreerub vähem kui 3 võistkonda, siis vanusegrupid liidetakse või võistlust ei toimu. Eelregistreeritud võistkonna loobumise info **tuleb** esitada ala peakohtunikule kirjalikult **võistluspäeva hommikul** hiljemalt **kell 9.30**. Vajadusel tekkiv süsteemi muudatus ja alagruppidesse loosimine toimub **kõigi** võistkondade esindajate koosolekul sekretariaadis (Märjamaa staadion, Staadioni tn 3) **kell 10.00**. Võistlused toimuvad vastavalt Eestis kehtivatele võrkpalli võistlusmäärustele. Mängitakse kolmest geimist parem. Mängupallid õues VLS300, saalis MVA200. Muu pall mängivate võistkondade kokkuleppel. Finaalid toimuvad II võistluspäeval.

Punktiarvestus: Võistkondlikult lähevad igal esindusel arvesse kahe mees- ja kahe naiskonna tulemused. Iga vanuseklassi võitja saab 13 punkti, II koht 11 punkti, III 10 punkti jne. Võrdsete punktide korral otsustab parem koht suurema arvuga võistkondade grupis. Viimaste võrdsusel esinduse kõrgemate kohtade arv.

Peakohtunik: Mehis Merilaine tel: 5018259

** Väga erakorraliste ilmastikuolude korral toimub võrkpall Märjamaa spordihoones (Staadioni 3). Sõltuvalt osalevate võistkondade arvust võib ala lõppeda laupäeval.*

9.4 PETANK

29. juuli 2023 Märjamaa alevis, Sireli/ Vahtra tn pargis

(koordinaadid 58°54'34.5"N 24°26'15.5"E)

Segatrio, võistkonna suurus kuni 4 mängijat (3+1 varumängija); korraga väljakul 3 mängijat, nendest 1 naine. Lubatud on üks vahetus mängus. Kasutada võib ka harrastuskuule.

Iga maakond võib välja panna ühe võistkonna. Võistlussüsteem selgub peale võistkondade eelregistreerimist. Mängitakse välisväljakutel.

Peakohtunik: Merike Aava tel: 5082642

9.5 KETTAGOLF (võistkondlik)

30. juuli 2023 Järta Tervisespordirada, Nõmmeotsa küla

(koordinaadid 58°53'49.9"N 24°28'21.5"E)

Eesmärk: selgitada Eesti Seeniorispordi ja Spordiveteranide Liidu 56. Spordimängude discgolfi parim võistkondlik meeskond.

Aeg ja koht: 30. juuli 2023 Järta discgolfi park.

Ajakava

Kell 10.00-10.30 Kogunemine 1 viskeala juures. Iga osavõtja peab registreerima oma kohaloleku.

Kell 10.45 Raja reeglite tutvustus

Kell 11.00 Võistluse algus

Kell 14.00 Autasustamine (orienteeruvalt)

Kell 14.30 Orienteeruv lõpp

Osalejad: vastavalt EESTI SEENIORISPORDI JA SPORDIVETERANIDE LIIDU 56. SPORDIMÄNGUDE üldjuhendile võivad osaleda kõik veteransportlased, kes on sündinud 1988. aastal ja varem.

Võistlusklassid:

MEHED: 35+, 50+, 60+

NAISED: 35+, 50+, 60+

Tulemused: Mehed ja naised võistlevad eraldi klassis, kus selgitatakse välja paremusjärjestus, mille alusel jagatakse kohapunktid alljärgnevalt : I koht - 30 punkti, II - 28 punkti, III - 26 punkti, IV koht. – 25 punkti, jne... 28. koht ja järgnevad kohad annavad 1 punkti. Võistkondliku paremusjärjestuse selgitamiseks liidetakse 7 parema mehe ja 3 parema naise tulemuste kohapunktid. Arvesse mitteminevad võistlejad hoiavad kohad ja punktid kinni. Punktide võrdsuse korral on määravaks suurem esi- või paremate kohtade arv.

Võistlustingimused: Võistlused korraldatakse kehtivate PDGA (Professional Disc Golf Association) võistlusmääruste järgi. Eestikeelsed reeglid leitavad siin: <http://discgolfiliit.ee/reeglid/>

Mängitakse Järta discgolfi rajal (18 korvi). Korraldaja jätab õiguse vajadusel vähendada korvide arvu. Rajakaardiga võimalus tutvuda siin: <https://www.discgolfirajad.ee/park/jarta-discgolfi-park/>
<https://udisc.com/courses/jaerta-discgolfi-park-d4lk>

Mängitakse üks ring. Grupid loositakse vastavalt discgolfmetrix.ee reitingu järgi nii, et grupid oleksid võrdse tugevusastmega. Välditakse samast maakonnast samasse gruppi kokkulangemist. Kõik grupid alustavad samaaegselt

Võistluse formaat selgub peale registreerimise lõppu.

Võistlustulemuste fikseerimisel kasutatakse nii skoorkaarti kui keskkonda www.discgolfmetrix.com. Kui lõpptulemustes mängija skoorkaardi ja keskkonna www.discgolfmetrix.com tulemused ei klapi, siis arvestatakse kehvemat tulemust ja karistuseks lisatakse +1 vise.

Autasustamine toimub vastavalt ESL 56. spordimängude üldjuhendile. I, II ja III kohale tulnud võistkondi autasustatakse medalite ja diplomiga.

Peakohtunik: Rainer-Mart Kiolein tel. 5236845 (DG Klubi Easy 4)

9.6 MÄLUMÄNG

29. juuli 2023. a kell 18.00 Märjamaa Gümnaasiumi aulas, Tamme tee 1

Iga piirkondlik esindus võib võistelda ühe võistkonnaga. Võistkonna suuruseks on 4 inimest.

Mälumängus esitatakse võistkondadele 40 küsimust, mis antakse lauda kirjalikult 5 kaupa. Küsimused on jaotatud kaheks suureks alateemaks: 25 küsimust spordist ja 15 küsimust varia - teemadel. Vastamisaega 5 küsimusele on 7 minutit. Vastused esitatakse kirjalikult. Vaheaeg tehakse mängus peale 20-ndat küsimust. Vastuste punktiskaala on 2, 1, 0. Kui 40 küsimust ei selgita paremusjärjestust I – III kohani, esitatakse lisaküsimusi, kuni selgub paremusjärjestus.

Peakohtunik: Tiiu Pippar tel. 5160246

9.7 KORVPALL (3x3)

29. juuli 2023. a Märjamaa spordihoones

Mängud toimuvad Märjamaa spordihoones neljas eri vanusegrupis: N35+, N45+, M35+, M45+. Võistkonnas 3+1 mängijat. Mängud toimuvad FIBA 3x3 reeglite järgi.

Iga esindus võib võistelda kahe naiskonna ja kahe meeskonnaga (kokku 4 võistkonda).

Süsteem selgub eelregistreerimise lõppedes. Kui vanusegruppi registreerub vähem kui 3 võistkonda, siis vanusegrupid liidetakse või vanuseklassis võistlust ei toimu. Muudatused või täiendav registreerimine kirjalikult ala peakohtunikule võistluspäeval hiljemalt **kell 9.30-ks**. Vajadusel tekkiv süsteemi muudatus otsustatakse **kõigi** võistkondade esindajate koosolekul sekretariaadis (Märjamaa spordihoones) **kell 10.00**. Punktiarvestus: Võistkondlikult lähevad igal esindusel arvesse kahe mees- ja kahe naiskonna tulemused. Iga vanuseklassi võitja saab 13 punkti, II koht 11 punkti, III 10 punkti jne. Võrdsete punktide korral otsustab parem koht suurema arvuga võistkondade grupis. Viimaste võrdsusel esinduse kõrgemate kohtade arv.

Peakohtunik: Janne Randjärv tel. 5215604

9.8 ORIENTEERUMINE

29. juuli 2023 a. kell 16.00 Märjamaa alevis. Võistluskeskus on Märjamaa Rahvamaja ees Sauna tn 2.

Võistkonna suurus on piiramatu.

Võistlusklassid:

N35 (sünd. 1988- 1979)

N45 (sünd. 1978 - 1969)

N55 (sünd. 1968 – 1959)

N65 (sünd. 1958 ja varem)

M35 (sünd. 1988 -1979)

M45 (sünd. 1978- 1969)

M55 (sünd. 1968- 1959)

M65 (sünd. 1958 ja varem)

Lühirajal lubatakse osaleda ainult oma võistlusklassis.

Võistkondliku paremusjärjestuse selgitamiseks liidetakse 10 parema tulemuse kohapunktid. Kohapunktid igale vanusegrupile jagunevad võistlejatele alljärgnevalt:

I koht - 30 punkti, II - 28 punkti, III - 26 punkti, 4. – 25 punkti, jne... 28. koht ja järgnevad kohad annavad 1 punkti. Punktide võrdsuse korral on määravaks suurem esi- või paremate kohtade arv.

Kasutatakse SPORTident märkesüsteemi.

Peakohtunik Ants Lindre tel. 53031964

9.9 UJUMINE

29. juuli 2023 Märjamaa ujulas (Uus tn 3)

Kavas on 50 m vabaujumise distants. Vanuseklassid: arvestust peetakse eraldi naistele ja meestele vastavalt FINA vanuseklassidele alates 35.eluaastast 5 aasta kaupa: 35+, 40+, 45+, 50+, 55+, 60+, 65+, 70+, 75+, 80+, 85+.

Vanuseklassi kuulumist arvestatakse 31.detsembri 2022. aasta seisuga.

Võistlused viiakse läbi vastavalt FINA reeglitele. Kasutusel on ühe stardi reegel (valestardi teinud võistleja diskvalifitseeritakse). Startida võib nii puki/basseini äärest. Lubatud on klassikaline ujumisriietus (tekstiilmaterjalist ujumiskostüümi sääred ei tohi ulatuda põlvedest allapoole ja meestel püksid nabast ülespoole, naistel trikool kael ja õlad vabad.

Basseini pikkus on 25 meetrit. Ajavõtt on käsitsi või poolelektrooniline.

Punktiarvestus: arvesse lähevad iga piirkondliku organisatsiooni 10 paremat tulemust.

Kohapunktid vanuse vanuseklasside kaupa: I koht – 13 punkti, II – 11 punkti, III – 10 punkti, IV – 9 punkti jne.

Peakohtunik: Jaak Israel tel. 55698844

10. KORRALDAJAD

Spordimänge korraldab Eesti Seeniorispordi ja Spordiveteranide Liit koostöös Rapla Spordiveteranide koondisega, Märjamaa Valla Spordikeskuse ja Rapla Maakonna Spordiliiduga.

Üldinfot spordimängude kohta jagavad:

Peakorraldaja Rapla SVK esindaja: Toomas Jaaniste +372 55511808

Peakohtunik: Andres Saks +372 5092580

ESL esindaja: Ain Sepp +372 646 3582, +372 5811 9342

Juhendisse on sisse viidud järgmised täiendused:

13.06.2023

** lisatud kergejõustiku ja ujumise registreerimislingid*

kergejõustik: <https://my.raceresult.com/248543/registration>

ujumine: <https://my.raceresult.com/248553/>

** parandatud ujumise alajuhendis kuupäev 29. juuli (ekslikult oli 29. august)*

06.07.2023

** lisatud discgolfi registreerimislink: <https://dgmtrx.com/2635218>*