



VÖRUMAA PIKAMAAJOOKSUDE SARI 2022

8. RÕUGE MAASTIKUJOOKS

17.07.2022 / RÕUGE ÖÖBIKUORU
KÜLASTUSKESKUS

JOOKS, KÕND, MUDILASTE JOOKS

8. RÕUGE MAASTIKUJOOKS / 17. JUULI 2022

Juhised

Haigena püsi kodus!

Väljavõte ja lisad Võrumaa jooksusarja üldjuhendist 2022.

2022. aastal toimub 17. juulil Rõuge vallas **8. Rõuge Maastikujooks**. Tegemist on Võrumaa pikamaajooksu sarjaga selle hooaja VI etapiga. **Pika distantsi** pikkus on ca 8,5 km (**start kell 17:00**) ja **lühikese distantsi** (MN12, MN14 ja vaba klass) pikkus on 3,8 km (**start kell 17:15**)

8,5 km jooks saab alguse Rõuge Pesapuu torni juurest, kulgeb tõusvalt piki külavaheteed Augli poole, pöörab sealt paremale Viitina suunas ning 5km enne finišit suundub kitsamale metsarajale. Raja lõpuosa kulgeb läbi Jürihani oru tagasi Pesapuu torni juurde.

3,8 km pikkune jooks stardib samuti Pesapuu torni juurest, kuid suundub otse Jürihani orgu ning raja viimane 2,7 km on sama pikema jooksu rajaga.

Põhidistantide võistlusklassid:

LÜHEMA VÕISTLUSDISTANTSI START ja FINIŠ Pesapuu torni juures.

M / N 12 (2010 ja hiljem sünd) (ei osale mudilaste jooksul, kui osaletakse oma vanuseklassis)

M / N 14 (sünd 2008 – 2009)

PIKEMA VÕISTLUSDISTANTSI START ja FINIŠ Pesapuu torni juures.

M / N 16 (sünd 2006 – 2007)

M / N 18 (sünd 2004 – 2005)

M / N 21 (sünd 1993 – 2003)

M / N 30 (sünd 1983 – 1992)

M / N 40 (sünd 1973 – 1982)

M / N 50 (sünd 1963 – 1972)

M / N 60 (sünd 1962 ja varem)

TÄHELEPANU! Ka sellel hooajal võivad kõik soovijad valida osalemiseks lühema distantsi ehk **vaba klassi**. Selle valinud vanemad osalejad kui N/M12 ja N/M14 saavad samuti aja protokollis, tunnustatakse osalejamärgiga aga punktiarvestust ei peeta, eraldi autasustamist poodiumil ka ei toimu, samas on võimalus koguda osaluskordi ja osaleda loosiauhindade loosimises.

SOOJENDUSVÕIMLEMINE: kell 16:50 Pesapuu stardialas, treener Anneli / Treeningstudio Fookus.

MINIDISTANTS ca 1,2 km stardi-finišiga Pesapuu torni juures ja osalejad saadetakse rajale ca kell 18:00

Selle valinud osalejad võiksid olla vanemad mudilased, kes lühikesele rajale veel minna ei julge, aga mudilaste ring lühikeseks jääb. Küll pole keelatud ka N/M12 ja N/M14 ning vanematel minna. Ka sellel distantsil osalejad aja protokollis, tunnustatakse osalejamärgiga aga punktiarvestust ei peeta, eraldi autasustamist poodiumil ka ei toimu, samas on võimalus koguda osaluskordi ja osaleda loosiauhindade loosimises.

Mudilaste jooksu start antakse pärast viimast minidistantsi lõpetajat. Mudilastega jookseb kaasa jooksu üldvõitja. Rada ca 300 m on tähistatud väikeste lipukestega Pesapuu ümbruses. Mudilastele kohe finišis märk ja väike jook.

Kepikõndijatele ja kõndijatele on ühisstart jooksjatega koos kell 17:00 ja 17:15, rada on avatud kuni kella 19:00. Kõndijad võivad minna ka lühikesele maale, start jooksjate järel. Kõikidele distantsi läbinud kõndijatele on finišis märk ja veepudel.

Jätkame võrdõiguslikkusega! Korraldajatel on väga oluline pakkuda võrdset turvatunnet nii liikluses, kui raja- ja finišiteeninduses ka kõndijatele ning esitavad väga olulise nõudmise, startida koos jooksjatega. PALUME AUSTADA SEDA SOOVI, sest vaid nii on võimalus tagada turvalisus kõikidele

Osaluskordi saab sellest hooajast koguda ka perekonniti. Mõiste - perekond - on emad-isad, (kasu)lapsed. Perekonna miinimum suurus on 3 liiget. Perekond EI OLE sõpruskonnad, trennikaaslased, klassi- ega koolikaaslased, töökaaslased jne. Perekonda ühendab üks kindel nimi. Sama nimi seob ka perekonnas erinimelised liikmed ning tuleb kanda vormis iga pereliikme lisaväljale.

Võimalus on jätta lapsed oma jooksu- või kõnniajaks **lastehoidu**, mis asub Pesapuu ümbruses.

Mudilaste jooksul ei võeta aega ja paremusjärjestust ei koostata, distantsi läbimise kiirus pole oluline. Kõikidele jagatakse numbrid ja jälgitakse, et mudilane läbiks omas tempos ettenähtud ca 300 m distantsi stardist finišisse. Mudilaste tunnustamine märki ja väikese joogiga vahetult finišis. Mudilaste distantsile lubatakse lapsi, kes liiguvad omal jalal, süles ja vankris mudilaste jooksule ei kvalifitseeru.

Parklad: Rõuge Ööbikuoru keskus, järgige parkimiskorraldajate märguandeid.

Rõuge jooksu registreerimiskeskus kohapeal on Pesapuu torni kõrval ja on avatud ajavahemikus kella 15:30 – 20:00.

Veebis eelregistreerunute numbreid väljastatakse võistluskeskuses kuni stardiajani.

Registreerimine AVATAKSE 1 NÄDAL ENNE JOOKSU Võrumaa Spordiliidu veebikeskkonnas [„Registreeri siin!“](#) **REGISTREERIMISEL ON 3 VOORU JA KALLEIM OSAVÕTUTASU ON** võistluspäeva SÜDAÖÖST, s.t. 17.07.2022.

Mugava starti jõudmise garanteerib varasem kodus ankeedi täitmine, seda nii arvutites või oma nutikates telefonides/tahvlites. Ka kohapeal tuleb täita see sama veebivorm.

Osavõtutasu: Kogu sarjas on osavõtutasud ühtsed ja eelregistreerimine veebis on soodsam kui võistluspäeval, tasumine sularahas kohapeal.

	eelregistreerumisega veebis kuni 14. juuli südaööni	eelregistreerumisega veebis 15.-16. juulil	registreerumine veebis alates 17. juuli südaööst ja kohapeal
täiskasvanud	5 EUR	10 EUR	15 EUR
lapsed ja pensionärid k.a minidistants	3 EUR	5 EUR	10 EUR
kõndijad	2 EUR	3 EUR	5 EUR
mudilased (aega arvestamata), s. h, Ukraina mudilased	tasuta	tasuta	tasuta
ukrainlased, s.h lapsed	3 EUR	5 EUR	10 EUR

Autasustamine Pesapuu torni kõrval pärast jooksude lõppemist:

Kõiki osalejaid tunnustatakse finišis osalejamärgiga. **Poodiumil** autasustatakse kõikide põhiklasside (M/N12-60) esikolmikuid ja eraldi põhidistantsi absoluutarvestuses (M/N16-60) meeste ja naiste esikolmikuid ning lühikese distantsi absoluutarvestuses poiste ja tüdrukute (M/N12-14) esikolmikuid. Lisaks **loosiauhinnad** kõikide südaööks eelregistreerunud osalejate vahel. Loosiauhinnad saab kätte pärast osalemist ning AINULT SAMAL PÄEVAL. Loosiauhindu hiljem kätte saada ei ole võimalik.

Rohkem infot Facebookis, lisaks [Võrumaa pikamaajooksude sarja](#) kohta leiab ka Facebookilehel <https://www.facebook.com/vorumaa.jooksusari>

Korraldavad: SK Haanja Rattamaratonid MTÜ ja Võrumaa Spordiliit.

Jooksu toetavad: Võrumaa Spordiliit, Rõuge vald, Eesti Kultuurkapital ja kohalikud ettevõtjad ning jooksusarja hooaja toetajad.

KIIBIAJAVÕTTU TOETAVAD:

