

Kinnitatud:
11. märts 2025
Kaust nr 5–13
Tegevjuht: Veigo Juuse

HARJUMAA 2025. a MEISTRIVÕISTLUSED KERGEJÕUSTIKUS JUHEND

I EESMÄRK

1. Pakkuda Harjumaal (v.a Tallinna linnas) elavatele või töötavatele või Harjumaa koolides õppivatele sportlastele või Harjumaa linnade ja valdade spordiklubidesse kuuluvatele sportlastele võistlemise võimalusi.
2. Selgitada Harjumaa 2025. a meistrid kergejõustikus täiskasvanute (absoluutne), ning noorte U18 (sünd 2008 -2009), U16 (sünd 2010 - 2011) ja U14 (sünd 2012 ja hiljem) vanuseklassis.

II AEG JA KOHT

3. Võistlused toimuvad **10. juunil 2025. Kuusalu Keskkooli staadionil.**
Võistluste algus kell 15:00 noortele ja 16:00 täiskasvanud.

III OSAVÕTJAD

4. Võistlustest lubatakse osa võtta Harjumaa omavalitsusüksuste territooriumil elavatel või töötavatel või Harjumaa koolides õppivatel sportlastel või Harjumaa omavalitsusüksuste spordiklubidesse kuuluvatel sportlastel.
5. Osavõtjate arvu võistkondades ja alade arvu osaleja kohta ei piirata.
6. 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). Nendele kehtib osavõtumaks 5 eurot ja nad ei kuulu autasustamisele).

IV VÕISTLUSTE VANUSEKLASSID JA PROGRAMM

7. Vanuseklassid:

Harjumaa meistrivõistlused

Mehed ja naised	TK – absoluutne
Poisid ja tüdrukud	U18 – sündinud 2008 – 2009
Poisid ja tüdrukud	U16 – sündinud 2010 – 2011
Poisid ja tüdrukud	U14 - sündinud 2012 ja hiljem

8. Harjumaa meistrivõistluste programm

	TK absoluutne		U18 sünd 2008-2009		U16 sünd 2010-2011		U14 sünd 2012 ja hiljem	
	M	N	P	T	P	T	P	T
100 m	x	x	x	x	x	x	x	x
300 m					x	x		
400 m	x	x	x	x				
800 m		x		x		x		x
1500 m	x		x		x		x	
100 m tõkkejooks						x		
110 m tõkkejooks					x			
kaugushüpe	x	x	x	x	x	x	x	x
kõrgushüpe	x	x	x	x	x	x	x	x
teivashüpe	x		x		x			
kuulitõuge	x	x	x	x	x	x	x	x
kettaheide	x	x	x	x	x	x	x	x
odavise	x	x	x	x	x	x		

9. Vahendite kaalud, hüpete algkõrgused, tõkkevahed

	TK				U18				U16		U14	
	M	N	P	T	P	T	P	T				
<u>Heited, tõuked, visked</u>												
kuul	7,26		4,0		5,0	3,0	4,0	3,0		3,0	2,0	
ketas	2,0		1,0		1,5	1,0	1,0	0,75		0,75	0,6	
oda	800		600		700	500	600	400				

Algkõrgused

Teivashüpe

M	3.00	10 cm kaupa
M U18	2.50	(2.50, 2.60, 2.70, 2.80 jne)
M U16	2.20	(2.20, 2.30, 2.40, 2.50 jne)

Kõrgushüpe

M	1.50	(1.55, 1.60, 1.65, 1.70, 1.75, 1.80, 1.85 jne)
N	1.30	(1.35, 1.40, 1.45, 1.50, 1.55, 1.60, 1.65 jne)
M U18	1.40	(1.45, 1.50, 1.55, 1.60, 1.65, 1.70, 1.75 jne)
N U18	1.25	(1.30, 1.35, 1.40, 1.45, 1.50, 1.55, 1.60 jne)
M U16	1.30	(1.35, 1.40, 1.45, 1.50, 1.55, 1.60, 1.65 jne)
N U16	1.20	(1.25, 1.30, 1.35, 1.40, 1.45, 1.50, 1.55 jne)
M U14	1.15	(1.25, 1.30, 1.35, 1.40, 1.45, 1.50, 1.55 jne)
N U14	1.10	(1.15, 1.20, 1.25, 1.30, 1.35, 1.40, 1.45 jne)

tõkked	U16	
	P	T
distsants	110 m	100 m
arv	10	10
kõrgus	83,8	76,2
kaugus I tõkkeni	13,00	12,00
tõkete vahe	8,50	8,00

V REGISTREERIMINE

10. Eelregistreerimine:

Võimalike ootamatuste vältimiseks võistluste korraldamisel on osalevatel võistkondadel ja võistlejatel vajalik teostada vormi kohane eelregistreerimine.

Selleks palume kasutada Spordiliidu kodulehele lisatud **registreerimislehte**.

www.harjusport.ee

Võistlejate registreerimine tuleb teostada hiljemalt **4. juuniks 2025**

11. Registreerimine:

Aladele registreerimine (registreerimislehe muutmine) lõpetatakse 30 min enne võistluste algust. Võistlejate kogunemine on võistluspaigas: jooksubaladel 10 minutit enne ala algust ning väljakualadel 20 minutit enne ala algust.

VI AUTASUSTAMINE

12. Harjumaa meistrivõistluste programmi kuuluvatel aladel autasustatakse kolme paremat sportlast Harjumaa meistrivõistluste medalitega.

13. Harjumaa noorte meistrivõistluste programmi kuuluvatel aladel autasustatakse kolme paremat sportlast Harjumaa meistrivõistluste vanuseklasside medalitega.

14. Harjumaa meistrivõistluste raames kuuluvad autasustamisele ainult need sportlased, kes vastavad juhendi lõik III punktis 4 toodud tingimustele.

VII MAJANDAMINE

15. Kõik võistluste läbiviimisega seotud kulud kannab Harjumaa Spordiliit. Võistlejate lähetamise ja toitlustamisega seotud kulud kannavad võistlejad ise või neid lähetanud organisatsioonid.

VIII ÜLDISELT

16. Kõik võistlejad vastutavad oma tervise eest ise. Kõik juhendis määratlemata ja võistluste käigus tekkivad küsimused lahendab kohtunikekogu koos võistluste organisaatoritega kohapeal.

Informatsioon telefonil 58111926 (Triin) – Harjumaa Spordiliit