



8. LASVA JÕE- ja JÄRVEJOOKS / 5. AUGUST 2022

Juhised

Haigena püsi kodus!

Väljavõte ja lisad Võrumaa jooksusarja üldjuhendist 2022.

2022. aastal toimub reedel 5. augustil Võru vallas Kääpa külas **8. Lasva jõe- ja järvejooks**. Tegemist on Võrumaa pikamaajooksu sarja selle hooaja VIII etapiga.

VÕISTLUSKESKUS ASUB KÄÄPA LAULUVÄLJAKUL. Pikk distants on ca **11,7 km** (start kell **19:00**) ja lühike distants (MN12, MN14 ja vaba klass) on **3,3 km** (start kell **19:30**). Minidistants on **1,1 km** ja start kell **19:10**.

Kõik rajad saavad alguse Kääpa lauluväljakult ja pöörduvad paremale Lauluväljaku teele. 1,1 km rada pöörab küla vahel vasakule metsa, teised jooksevad edasi Lauluväljaku tee lõpuni ja pööravad vasakule kergliiklusteele. Enne Iskna oja pöörab 3,3 km rada vasakule metsa. Pikk distants kulgeb vana kergliiklustee lõpuni ja pöörab vasakule uuele kergliiklusteele. Lasva järve otsa juures pöörab rada uuesti vasakule ning Lasva kaupluse juures veelkord vasakule. Pindi kiriku juures (joogipunkt) suundub rada vasakule metsa- ja põlluteele. Peale esimese Võhandu jõe silla ületamist suunatakse teid vasakule ja teise silla ületamise järel jõuate tagasi Kääpa külla ning finišeerite Kääpa lauluväljakul. Rada on tähistatud **lintide** ja suunaviitadega.

Põhidistantside võistlusklassid:

LÜHEM VÕISTLUSDISTANTS (start kell 19:30)

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

M / N 14 (sünd 2008 – 2009)

PIKEM VÕISTLUSDISTANTS (start kell 19:00)

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.

MINIDISTANTS (start kell 19:10) 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 saavad 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 kell 20:15 (pärast viimast lühikese distantsi lõpetajat). Mudilastega jookseb kaasa jooksu üldvõitja. Rada ca 500 m on tähistatud väikeste lipukestega laululava ümbruses. Mudilaste jooksul võib osaleda laps, kes suudab juba ise omal jalal liikuda, tempo ei ole selles sarjas oluline, aga süles ja vankris laps veel mudilaste jooksule ei kvalifitseeru. Kui on registreerunud MN12 ajajooksule või vaba klassi rajale, siis mudilaste jooksul samuti osaleda ei saa. 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 distantsi stardist finišisse.

Kepikõndijatele ja kõndijatele on ühisstart jooksjatega koos kell 19:00 ja 19:30, rada on avatud kuni kella 21:30. Kui soovite kogeda turvatunnet nii liikluses kui raja- ja finišiteeninduses, siis startige koos jooksjatega!

SOOJENDUSVÕIMLEMINE: kell 18:45 Kääpa laululava ees, treener Anneli / Treeningstuudio Fookus.

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 Kääpa noortekeskuses.

Finišis kõikide distantside OSALEJATELE osalejamärk, pudel vett (mudilastele kõrre jook) ja puuvili.

Parklad: Kääpa küla platsidel ja teedel vastavalt parkimiskorraldajate märguannetele.

Lasva jõe- ja järvejooksu võistluskeskus (sh ka registreerimine) on Kääpa lauluväljakul avatud ajavahemikus kella **17:30 – 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. 05.08.2022.

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 02. augusti südaööni	eelregistreerumisega veebis 03.- 04. augustil	registreerumine veebis alates 05. augusti 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 Kääpa lauluväljakul kell 20:45:

Kõiki osalejaid tunnustatakse finišis osalejamärgiga, mille saavad kõik jooksjad, mudilased ja kõndijad.

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 numbri ettenäitamisel kätte pärast osalemist ning AINULT SAMAL PÄEVAL. Loosiauhindu hiljem kätte saada ei ole võimalik.

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

Korraldavad: Lasva sõprade selts MTÜ, Muruvennad ja Võrumaa Spordiliit.

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

KIIBIAJAVÕTTU TOETAVAD:

