

Eesti talvised meistrivõistlused kergejõustikus 14.veebruari 2009. a Tallinnas Lasnamäe hallis. Midagi huvitavat Pekingi OM-i meeste 100m jooksust.

Sarnaselt eelmistele aastatele (alates 2005.aastast) korraldasime 60m jooksude ja 60m tõkkejooksude täiendavad mõõtmised, et analüüsida meie parimaid kiir- ja tõkkejooksjaid võistlusolukorras ja sellega aidata kaasa edasise treeningtegevuse korraldamisel. Mõõtmised viisid läbi Ivar Krause, Tiit Pahker, Timo Mürsepp – suured tänud neile! Täiendavalt lisasin eelmiste aastate parimate tulemuste analüüsi.

60m tõkkejooksus tehti järgmised mõõtmised:

- reaktsiooniaeg,
- aeg 2.tõkke taha (aeg fikseeritakse 1.50 kaugusel tõkkest),
- aeg 5.tõkke taha (aeg fikseeritakse 1.50 kaugusel tõkkest),
- lõppaeg vastavalt finišiprotokollile.

MEHED

60m tõkkejooks

1.eeljooks	reakts.aeg	2.tõke	5.tõke	Lõppaeg
1.M.-M.Arro	0,143	3,80	7,21	8,22
2.R.Õll	0,203	4,00	7,35	8,31
3.J.Murutalu	0,146	3,89	7,41	8,41
4.K.Rannamäe	0,179	3,88	7,48	8,53
5.R.Kask	0,176	4,10	7,84	8,95
6.J.Kilumets	0,200	4,19	7,95	9,04

2.eeljooks

1.T.Riitmuru	0,157	3,91	7,31	8,32
2.R.Saar	0,148	3,96	7,37	8,35
3.J.-H.Jagor	0,167	4,01	7,47	8,45
4.M.Seetur	0,210	4,08	8,15	9,26
5.G.Glückmann	0,166	4,21	8,18	9,41

3.eeljooks

1.R.Kirschbaum	0,189	3,83	7,23	8,23
2.I.Turi	0,160	3,88	7,26	8,24
3.L.Luhasalu	0,158	3,91	7,43	8,44
4.A.Staškevitš	0,215	4,06	7,73	8,80
5.M.Upan	0,188	4,13	7,89	9,13

FINAAL

1.I.Turi	0,144	3,81	7,15	8,13
2.R.Kirschbaum	0,202	3,81	7,19	8,19
3.T.Riitmuru	0,144	3,86	7,20	8,19
4.M.-M.Arro	0,148	3,80	7,21	8,20
5.J.Murutalu	0,145	3,89	7,37	8,38
6.L.Luhasalu	0,143	3,88	7,39	8,41
7.R.Saar	0,162	3,92	7,39	8,41
8.R.Õll	DQ			

K.Rahnu	2005.a	3,69	6,90	7,85
R.Oruman	2007.a	3,71	6,92	7,86

NAISED**60m tõkkejooks**

1.eeljooks

1.G.Šadeiko	0,149	3,91	7,32	8,81
2.A.Viskov	-	3,98	7,43	8,93
3.B.Jürgenson	0,244	4,18	7,65	9,15
4.M.Mitt	0,179	4,15	7,66	9,19
5.M.Kallas	0,272	4,24	7,81	9,37
6.M.-L.Mändsoo	0,543	4,33	8,14	9,79

2.eeljooks

1.K.Viigipuu	-	3,83	6,98	8,37
2.K.Olenko	0,211	4,10	7,54	9,03
3.K.Plamus	0,140	4,04	7,54	9,06
4.M.Lill	0,189	4,06	7,66	9,22
5.L.Treiel	0,211	4,16	7,75	9,31
6.P.-R.Toomsalu	0,171	4,13	7,73	9,33
7.T.Vaima	0,199	4,16	7,84	9,42

FINAAL

1.K.Viigipuu	0,138	3,79	6,93	8,31
2.G.Šadeiko	0,145	3,90	7,20	8,66
3.A.Viskov	0,156	3,95	7,32	8,77
4.M.Lill	0,166	4,04	7,48	8,95
5.K.Plamus	0,169	4,06	7,57	9,08
6.B.Jürgenson	0,545	4,13	7,62	9,10
7.M.Mitt	0,187	4,11	7,92	9,49
8.K.Olenko	DQ			

M.Liimask	2005.a	3,73	6,87	8,20
------------------	---------------	------	------	------

60m jooksudes tehti järgmised mõõtmised:

- reaktsiooniaeg,
- 10 meetrit stardist,
- 30 meetrit stardist,
- 30 meetrit lendavast (30m – 60m)
- 60 m lõppaeg vastavalt finišiprotokollile

MEHED

60 m jooks

1.eeljooks	reakts.aeg	10m	30m	30m lend	Lõppaeg
1.T.Meerits	0,170	1,97	4,08	2,86	6,94
2.R.Pulst	0,158	1,98	4,08	2,89	6,97
3.M.Ellisaar	0,188	2,02	4,22	2,98	7,20
4.J.Tohvri	0,131	2,00	4,23	3,01	7,24
5.A.Kree	0,166	2,02	4,21	3,03	7,24
6.K.Hurt	0,155	2,00	4,23	3,02	7,25
7.P.Kelder	0,131	2,00	4,23	3,08	7,31

2.eeljooks

1.A.Saaremõts	0,135		4,06	2,92	6,98
2.M.Muru	0,137		4,06	2,94	7,00
3.T.Tohvri	0,150		4,09	3,01	7,10
4.M.Pahapill	0,151		4,16	2,96	7,12
5.K.Rannamäe	0,158		4,18	2,95	7,13
6.V.Viimne	0,145		4,23	3,05	7,28
7.N.Ploom	0,144		4,23	3,06	7,29
8.E.Keinaste	0,201		4,30	3,07	7,37

3.eeljooks

1.H.Sool	0,143		4,07	2,90	6,97
2.A.Michelson	0,184		4,09	2,92	7,01
3.T.Liiv	0,159		4,20	2,95	7,15
4.H.Hunt	0,166		4,17	3,01	7,18
5.M.Saarmann	0,162		4,22	3,02	7,24
6.L.Kadakas	0,171		4,24	3,07	7,31
7.I.Pärkson	0,180		4,32	3,11	7,43
8.R.Tipp	0,168		4,34	3,09	7,43

FINAAL

1.R.Pulst	0,148		4,03	2,83	6,86
2.T.Meerits	0,145		4,05	2,85	6,90
3.H.Sool	0,140		4,06	2,87	6,93
4.A.Saaremõts	0,160		4,08	2,92	7,00
5.M.Muru	0,182		4,07	2,96	7,03
6.M.Pahapill	0,122		4,11	2,92	7,03
7.T.Tohvri	0,149		4,10	3,01	7,11
8.A.Michelson	DQ				
M.Niit 2007.a		1,91	3,97	2,76	6,73

NAISED**60m jooks**

1.eeljooks

1.K.Kuningas 0,158		4,50	3,27	7,77
2.A.Semjonova 0,161		4,53	3,32	7,85
3.T.Alver 0,164		4,57	3,39	7,96
4.K.Laht 0,191		4,60	3,43	8,03
5.A.Kuresoo 0,199		4,59	3,50	8,09
6.A.Sakkarias 0,165		4,68	3,41	8,09
7.B.Jäärats 0,278		4,70	3,57	8,27

2.eeljooks

1.G.Šadeiko 0,145		4,36	3,22	7,58
2.L.Laanesaar 0,159		4,57	3,41	7,98
3.M.Kalev 0,143		4,59	3,44	8,03
4.A.Öpik 0,195		4,68	3,36	8,04
5.E.Viikmann 0,185		4,71	3,37	8,08

FINAAL

1.G.Šadeiko 0,130	2,07	4,36	3,21	7,57
2.K.Kuningas 0,138	2,16	4,47	3,28	7,75
3.A.Semjonova 0,170	2,15	4,52	3,27	7,79
4.T.Alver 0,162	2,17	4,53	3,37	7,90
5.L.Laanesaar 0,148	2,19	4,58	3,45	8,03
6.K.Laht 0,210	2,20	4,60	3,45	8,05
7.A.Öpik 0,220	2,21	4,61	3,44	8,05
8.M.Kalev 0,306	2,18	4,58	3,52	8,10

K.Käärt 2005.a 2,05 4,27 3,09 7,36

Midagi huvitavat Pekingi OM-i meeste 100m jooksust.

Pekingi OM-i meeldejäävamaid elamusi isegi eestlastele oli kindlasti meeste 100m jooks Usain Bolti esituses ja uue MR 9,69 püstitamisega.

Kuidas sellise saavutuseni jõutakse? On võimalik esitada analüüs meeste 100m jooksu viimaste maailmarekordite püstitamisel (T.Gay jooks on 2008.a USA katsevõistlustelt tugevama tuulega).

C.Lewis 91 M.Green 99 A.Powell 05 U.Bolt 08 T.Gay08

10 m	1,88	1,86	1,89	1,85	1,95
30m	3,88	3,81	3,83	3,78	3,87
30-60m	2,58	2,59	2,56	2,54	2,50
60m	6,46	6,40	6,39	6,32	6,37
60-80m	1,67	1,69	1,68	1,64	1,62
80m	8,13	8,09	8,07	7,96	7,99
80-100m	1,73	1,70	1,70	1,73	1,69
100m	9,86	9,79	9,77	9,69	9,68

tuul +2,5m/s

- 10m aeg annab hinnangu jooksja reaktsioonile ning stardivõimsusele, -tehnikale. Nõrgaks startijaks peetud C. Lewis on siin igati tasemel ning T. Gay on ebaõnnestuja.
- Head kiirendusvõimet näitab 30m vaheaeg. Siin langeb tahaplaanile C. Lewis.
- Maksimaalne jooksukiirus saavutatakse 50.- 60.meetril ja ilmselt ka tänu lubatust tugevamale tuulele saavutab suurima kiiruse T. Gay.
- C. Lewise kuulus lõpp nende meestega võrreldes kaob – just tema ja U. Bolt (oma “etendusega”) on viimasel 20 meetril kõige aeglasemad.
- Kui U. Bolt oleks viimasel 10 meetril hoidnud kiirust lõpuni (siis me küll poleks näinud “etendust”), seisaksid maailmarekordi numbritena praegu kirjas 9,62!
- U. Boltil mõõdeti keskmiseks sammupikkuseks Pekingi 200m finaalis viimasel 90 m 2.70.

Veel midagi huvitavat:

	Carl	Morris	Asafa	Usain	Tyson
Pikkus	1.88	1.76	1.90	1.96	1.83
Keskm sammupik.					
maks. kiirusel	2.53	2.37	2.42	2.60	2.40
Keskm.sammusag.					
maks. kiirusel	4,67	5,05	4,96	4,69	4,90

Valter Espe
6.04.2009