

Kiir- ja tõkkejooksu alarühma kokkuvõte 2013.a sisehooajast.

Võistlustegevus.

- Eesti koondisse Euroopa siseMV Göteborgis arvati meie alarühma sportlastest G.Šadeiko 60mtj, M.Mägi 400m, R.Mägi 400m ja A.Raja 60mtj. Kahjuks eelkõige tervislikel põhjustel esimestena nimetatud sportlased olid sunnitud võistlemisest loobuma ning ainult Andres Raja tegi tiitlivõistlustel esmakordselt kaasa individuaalalal, tulemuseks seekord 7,90.
- USA pinnal võistles tõusvas joones Marek Niit, paremateks tulemusteks jäid 200m 20,74 ja 400m 46,35. Kuid NCAA meistrivõistlustel võitis Marek Arkansase Ülikooli meeskonnas 4x400m teatejooksus meistritiitli maailma hooaja tippmargiga 3.03,50 ja sisemaailmarekordist jäi puudu ainult 0,67 sek!!! Loodame, et selline rahulik sisehooaja algus ja tõusvas joones minek jätkub edasi kuni Moskva MM-ni. Marek tegi 30.märtsil ka välishooaja avastardi ning eriti 200m kergelt läbitud 20,83 (tuul -0,1m/s) lisab meie lootustele kindlust.
- Kodustel võistlusradadel tegi meeldiva arengu Keiso Pedriks üllatusvõiduga Eesti MV meeste hulgas 8,07 ning suure rekordiparandusega juunioride 60mtj 7,91. Loodame, et on esile kerkinud meie uus tõkkejooksuliider!

Edetabelite võrdlus

			2013	2012	2011	2010
MEHED	60m	1.	6,84	6,83	6,84	6,83
		10.	7,02	7,04	7,06	7,08
		10-ne keskm.	6,929	6,963	6,975	6,976

Kuigi edetabelite parim tulemus on aastate vältel püsinud muutumatuna, siis esikümne parimate tagajärgede tihedus on aasta-aastalt tõusnud. Väärib märkimist juunior Rait Veesalu areng 6,87-le, mis annab talle kindlasti eneseusku valmistumisel ja edukaks võistlemiseks juunioride EM-I Rietis. Noorsoo ja juunioride vanuseklassi MV oli finaaljooksude tasavägisus muljetavaldav, mis andis alarühma vanemtreenerile kindlustunde asuda teatemeeskondade ettevalmistamisele noorsoo ja juunioride EM-ks. Koostasin EKJL juhatausele avalduse koos vajaliku põhjendusega ja EM-le pääsu normatiivideks püstitasin juunioridele 41,00 ja noorsoo meeskonnale 40,40. Sellisel tasemel koondised on võimelised võitlema finaali pääsu eest!

			2013	2012	2011	2010
400m	1.	46,35	46,04	45,99	46,91	
	10.		51,01	51,93	51,56	50,74
	10-ne keskm.		49,849	49,902	50,197	49,478

Ala, kus on kindel liider M.Niit ja teatemeeskonda tugevdab R.Mägi. Euroopa võistkondlikke MV Dublinis silmas pidades on oluline 2-3 jooksja olemasolu, kes on võimelised jooksma 48,0 piirile vähemalt. Sellisel juhul on võimalik võtta sihikule uus Eesti rekord.

60mtj		2013	2012	2011	2010
	1.	7,89	7,88	7,83	7,85
	10.	8,36	8,45	8,42	8,40
	10-ne keskm.	8,184	8,188	8,241	8,125

Teatud värskust ja elevust tekitas sellel alal kindlasti juba eespool mainitult Keiso Pedriksi esiletõus, kõik eeldused asuda esialgu T.Jallai jälgedesse.

NAISED		2013	2012	2011	2010
60m	1.	7,55	7,57	7,41	7,34
	10.	7,92	7,92	7,92	7,94
	10-ne keskm	7,735	7,797	7,785	7,776

Kuna ei võistelnud K.Balta, ainult ühe stardi tegi G.Šadeiko, on edetabeli parim tulemus tagasihoidlik, kuid 10-ne keskmine viimaste aastate parim. Põhjustajateks D.Suumanni arenguhüpe 7,56 ja edasimineku „A“ vanuseklassi neidudelt: K.Jurkatamm 7,72, K.Verlin 7,73. Võimalus Dubliniks hea teatenaiskond koostada!

400		2013	2012	2011	2010
	1.	56,27	53,79	56,79	52,98
	10.	61,43	59,31	61,89	60,21
	10-ne keskm	58,961	57,833	59,998	58,115

Kahjuks jäi sisehooajal 400m jooksmata M.Mägil, sellega kannatas ka edetabeli esiosa. Kuid optimismi ning põnevust lisab meile kõigile K.Balta soov ennast tõsiselt proovile panna 400m jooksus ja koos sellega tekib võimalus korraliku 4x400m teatenaiskonna moodustamiseks : neile kahele lisaks veel E.Uljas, D.Must, H.Meier, H.Mardiste. Eesmärk ei piirdu ainult uue Eesti rekordiga!

60mtj		2013	2012	2011	2010
	1.	8,25	8,63	8,22	8,16
	10.	9,11	9,12	8,98	8,96
	10-ne keskm	8,879	8,897	8,672	8,814

Väga keerulises seisus ala, kus veel 4-5 aastat tagasi esikümme jooksis suvel alla 14,00!

Kontrollpäevad 12-13.jaanuaril korraldame Audentese Spordikeskuses, kus osales 31 kiirjooksjat ja 11 treenerit – abelist. Kogu tegevus, kontrollkatsete tulemused on avaldatud EKJL koduleheküljel.

Mõtted suviseks võistlushooajaks.

- 1.Olla alarühma sportlastega esindatud kõigile suvistel tiitlivõistlustel – MM Moskvast, noorsoo EM Tampere, juunioride EM Rietis ja noorte MM Donetskis.
2. Tampere tuleb teatud määral heastada kahe aasta tagune ebaõnn (2011.a noorsoo EM-l polnud meie alarühm esindatud) ning olla edukaimad!
3. Valmistada ette noorsoo ja juunioride 4x100m teatemeeskonnad tiitlivõistlusteks ja võidelda seal finaalkohtade eest! Viia läbi treeningkogunemised 12.-14.aprillil ja 10.-12.mail.
4. Hoolega valmistuda Euroopa võistkondlikeks MV Dublinis. 40-st kavast olevast alast kuuluvad 14 ala meie alarühma alla – eesmärk võistelda ka 2015.a esiliigas!
- 5.Täiendada kiirjooksjate võistluskalendrit. Lülitada Hiiu seeriajooksude programmi kiirjooksualad. 5.juunil korraldada koostöös Audentese Spordiklubiga Kadrioru staadionil lahtised võistlused kiirjooksus kõigile soovijatele. Kavas M ja N 100m, 400m, lühike tõke ja M 4x100m.

Valter Espe
kiir- ja tõkkejooksu alarühma vastutav treener

