

Eesti Murdmaajooksusari 2022

JUHEND

1. Sarja eesmärk

Sarja eesmärgiks on Eesti noorte ja täiskasvanute kestvaajooksu arendamine. Kestvaajooksus on oluline treeningutele vahelduseks aastaringne võistlemisvõimalus. Sarja eesmärk on anda nii kevadel kui sügisel võimalus murdmaajooksus võistelda. Samuti tõsta meie jooksjate taset ja konkurentsivõimet Balti MV ja Euroopa MV-si silmas pidades. Murdmaajooks on kevadel ja sügisel hea vaheldus treeningutel tehtut kontrollida ja arendada oma võimeid vahetus konkurentsisis oma eakaaslastega.

2. Etapid – kevadel 2 ja sügisel 4

23. aprill - Viljandi – Viljandimaa lahtised murdmaajooksu MV

7. mai - Järvakandi - Eesti Murdmaajooksu MV (distsantsid vastavalt juhendile)

18. september – Järvakandi – Rapla Jooksuklubi etapp

21. september - Tallinn (Järve mets) Sparta kross – 1000m - 3000m vastavalt vanuseklassile

5. oktoober – Saku (Saku terviserada) - Saku kross

8. oktoober - Jõulumäe - Eesti Murdmaajooksu KV (distsantsid vastavalt juhendile) + Eesti murdmaajooksu sarja lõpetamine

3. Punktiarvestus ja autasustamine

- Koondarvestusse lähevad **4 etapi kohapunktid**, milles peab sisalduma vähemalt kevadel Eesti Murdmaajooksu MV-sed ja sügisel Eesti Murdmaajooksu KV-sed.
- Igalt etapilt saavad kohapunkte 12 paremat: 1. koht-13; 2. koht - 11; 3. koht-10.....12. koht - 1p. Üldine paremusjärjestus arvestatakse kohapunktide summana.(et, konkureerida koondarvestuses, peab osalema vähemalt 4-l etapil)
- Iga etapi (välja arvatud Eesti MV-sed ja Eesti karikavõistlused) kõikide vanuserühmade kolme parimat meest ja naist autasustatakse esemelise auhinnaga.
- Koondarvestuses autasustatakse kõikide vanuserühmade 3 parimat naist ja meest saavutatud kohapunktide alusel rahaliste (kinkekaardid) auhindadega.
- Auhinnarahad/kinkekaardid sarja kokkuvõttes:
Mehed/Naised 1. koht - 150 €; 2. koht – 100 €; 3. koht -50 €
Noored U14 - U20 1. koht - 90 €; 2. koht 60 €; 3. koht - 30 €
- Etappide tulemused ja üldseis iga etapi järel kajastatakse EKJLi kodulehel „tulemused“ rubriigis

4. Sarja peakorraldaja

Rapla Jooksuklubi

Erik Horn

tel: +372 526 6376

e-mail: erikhorn@hotmail.com