Kinnitatud: Pärnu klubi Tervisesport juhatuse koosolekul

01. märtsill 2016.

**PÄRNU KLUBI TERVISESPORT**

**32. AASTAJOOKSU (AHVIAASTA) JUHEND 2016.a**

**EESMÄRK**: võimalus täiskasvanutel ja noortel tegelda jooksmisega kui ühe parima mitmekülgseks arenguks vajaliku alaga.

**AEG JA KOHT**:

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **1** | **03. mai** | **Niidupark** | **500, 1500 m** |
| **2** | **10. mai** | **„** | **500, 1500 m** |
| **3** | **17. mai** | **„** | **500, 1500 m** |
| **4** | **24. mai** | **Raeküla** | **500, 1500 m** |
| **5** | **31. mai** | **Niidupark** | **500, 1500 m** |
| **6** | **07. juuni** | **„** | **500, 1500 m** |
| **7** | **14. juuni** | **„** | **500, 1500 m diplomijooks** |
| **8** | **21. juuni** | **Rand** | **400, 3000 m** |
| **9** | **28. juuni** | **„** | **400, 3000 m** |
| **10** | **05. juuli** | **„ M e r e m i i l** | **463, 926, 1852 m** |
| **11** | **12. juuli** | **„** | **400, 3000 m** |
| **12** | **19. juuli** | **„** | **400, 3000 m** |
| **13** | **26. juuli** | **„** | **400, 3000 m** |
| **14** | **02.august** | **Raeküla** | **700, 5000 m** |
| **15** | **09. august** | **„** | **700, 5000 m** |
| **16** | **16. august** | **„** | **700, 5000 m** |
| **17** | **23. august** | **„** | **700, 5000 m** |
| **18** | **30. august** | **„** | **700, 5000 m** |

**OSAVÕTJAD**: Startida võivad kõik soovijad vastavalt vanusegruppidele. Nooremad kui 5.a. vanuseid võistlema ei lubata. Lühidistantsile lähevad 4.aasta vanused ja nooremad 5 min enne võistlejaid koos vanematega täidetud kaardi alusel – aega ei võeta.

Tervisliku seisundi eest vastutab osaleja ise.

Start kell **18:25** – 4. a ja noorematele lastele, koos vanematega

Start kell **18:30** – 5-10 aastastele poeg- ja tütarlastele ( 500, 400 ja 700 m vastavalt jooksu toimumis kohale.)

Start kell **18:45** – 11 aasta vanusest ja vanematele ( 1500, 3000 ja 5000 m vastavalt jooksu toimumise kohale.)

**VANUSEGRUPID: M E H E D N A I S E D**

|  |  |
| --- | --- |
| **19 – 39** | **19 – 34** |
| **40 – 49** | **35 – 44** |
| **50 – 59** | **45 ja vanemad** |
| **60 ja vanemad** |  |
| **15 – 18** | **15 – 18** |
| **11 – 14** | **11 – 14** |
| **8 – 10** | **8 – 10** |
| **5 - 7** | **5 - 7** |

**ARVESTUS**: Seeriavõistluse punktiarvestuse aluseks on iga etapi protokoll, mille alusel jagatakse kohapunktid: I koht 0 punkti, II koht 2 punkti, III koht 3 punkti jne. Üldarvestusse läheb igalt distantsilt parim tulemus + 6 parimat saavutatud tulemust sõltumata distantsist.

1. Võistlejal, kellel nõutud 9 etapi tulemust ei ole, seeriavõistluses arvestusse ei lähe;
2. Kõige vähem punkte kogunud võistleja on võitja, järgmine on II jne. Punktide võrdsuse korral on parim võistleja see, kellel on rohkem kõrgemaid kohti;
3. Kui hooaja jooksul toimub distantsi vahetus seoses vanusega – 10 a, siis võistleja seeriajooksu arvestuses ei osale kui ei ole 9-t tulemust;
4. Kui vanusegrupi vahetus toimub 13. või hilisemal etapil, siis tulemused arvestatakse eelneva vanusegrupi järgi;
5. Kui vanusegrupi vahetus toimub varem, siis võistleja seeriajooksu arvestuses ei osale kui ei ole nõutud 9 etapi tulemust;
6. Osaleja, kes aastajooksu toimumise ajal vahetab vanusegruppi (saab vanemaks), võib seda teha esimesel stardipäeval, kui tahab osaleda seeriajooksu arvestuses. Sama võib teha ka distantsi vahetaja.
7. Seeriajooksu koondprotokolli ei kanta võistlejat, kellel ei ole nõutut 9-t tulemust;
8. Etapi protokollis tuuakse välja vanusegruppide paremus, kuid autasustamist selle põhjal ei tehta (protokoll ajalehes);
9. Kõigil etappidel osalenud on need, kes on lõpetanud jooksusarja 17 etappi, katkestamisi ei arvestata;

**MEREMIILIJOOKS**: tulemused aastajooksu arvestusse ei lähe – erijuhend ja autasustamine.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **AASTAJOOKSU osamaks** | **Etapipilet** | **Soodus** |
| Täiskasvanud | **2. - €** | **20.- €** |
| Pensionärid | **1. €** | **10.- €** |
| Õpilased, üliõpilased | **0.70 €** | **9.- €** |
| Eelkooliealised lapsed ja töötud | **T a s u t a** |  |

Soodushind on neile, kes tasuvad kogu hooaja osamaksu korraga esimesel või teisel etapil. Arvega tasumisel peab olema osamaks laekunud kolmandaks etapiks.Kui ei ole laekunud, tuleb tasuda etapi osamaks.

**AUTASUSTAMINE**: Iga vanusegrupi kolme paremat seeriajooksu arvestuses autasustatakse karikaga. Võistleja, kes on osalenud kõigil 17-l etapil, saab medali. 4 aastaste ja nooremate vanuseklassis, autasustatakse medaliga neid, kes on osalenud vähemalt 10 etapil. Hooaja viimasel etapil toimub auhindade loosimine 10 aastaste ja nooremate vanusegrupis.

Parimate võistlejate autasustamine toimub pidulikul lõpetamisel, mille koht ja aeg teatatakse hooaja lõpul.

**ÜLDISELT**: Kõik juhendis määratlemata küsimused lahendab klubi esindaja koos kohtunikekoguga. Tulemused ja juhend veebilehel.

**INFO**: Klubi juhataja Silvia NEEME mob. 5333 2502 **Pärnu Klubi Tervisesport**