

# 19. MUHU JOOKS

## JUHEND

Muhu jooksuga pakume jooksuhuvilistele ja tervisesportlastele suviseid võistlemisvõimalusi Muhumaal. Jätkame Muhu jooksu pikaajalist traditsiooni ja tutvustame Muhu saart.

### I Korraldamine

XIX Muhu jooksu korraldavad Muhu Vallavalitsus ja Spordiklubi Muhu koostöös erinevate koostööpartneritega.

### II Aeg ja koht

**Muhu jooks toimub laupäeval, 13. augustil 2022.a.**

Stardi- ja finišipaik on Liiva staadionil Muhu Spordihalli juures. Start kell 11.00

AJAKAVA: kell 10.50 põhijooksu soojendusvõimlemine  
11.00 põhijooksu start  
11.10 rahvajooksu soojendusvõimlemine  
11.20 rahvajooksu ja matkajate start  
13.10 lastejooksu soojendusvõimlemine  
13.15 lastejooksu start  
13.45 autasustamine

### III Distsantsid

Muhu jooksu distantsideks on põhijooksul poolmaraton 21,1 km, rahvajooksul 6,3 km ja lastejooksul 200m. Rahvajooksule ootame osalejaid ka matkama ja kõndima. Rajad kulgevad valdavalt asfalt- ja kõvakattega pinnasteel.

**3.1. Rahvajooks-** jooksu pikkus on 6,3 km. Start ja finiš Muhu Spordihalli kõrval Liiva staadionil kell 11.20. Trassil on üks joogipunkt + jook finišis.

**Marsruut: Liiva staadion – Liiva küla - Liiva/ Piiri kergliiklustee - Viira küla – Piiri küla – pööre tagasi Liivale ümber Jahimaja – Vanamõisa tee - Liiva/ Piiri kergliiklustee – Viira küla – Liiva küla – Liiva staadion**

Rahvajooksule ootame ka matkajaid!

**3.2. Põhijooks** – jooksu pikkus 21.1 km (poolmaraton). Start ja finiš Muhu Spordihalli kõrval Liiva staadionil kell 11.00. Trassil on neli joogipunkti + jook finišis.

**Marsruut: Liiva staadion – Liiva küla – Liiva/ Nõmmküla maantee - Nõmmküla-Pallasmaa küla tee – Nõmmküla/ Viira maantee – Rinsi küla – Viira küla – Liiva küla – Liiva staadion.**

Matkajaid distantsile ei lubata!

**3.3 Lastejooks (2015 ja noorematele) – jooksu pikkus ca´200m.**

**Jooks toimub Liiva staadionil.**

### IV Registreerimine

**Muhu jooksu eelregistreerimine** toimub alates 18. juulist Liiva turismiinfopunktis ja elektrooniliselt valla kodulehel, [www.muhu.ee](http://www.muhu.ee) kuni 11. augustini kell 18.00- ni. Kodulehe kaudu registreerunutele väljastatakse rinnanumbrid ja kiibid jooksvalt Liiva turismipunktis (kuni 12. augustil kell 16.00- ni) või jooksupäeval sekretariaadis.

Muhu jooksu sekretariaat asub Muhu Spordihallis, kus jooksupäeva hommikul toimub

registreerimine ja rinnanumbrite väljastamine kell 9.00.- 10.30.

### **Registreerimine lõpeb 30 min enne starti!**

Lastejooksu registreerimine toimub Liiva staadionil kuni kella 13.00 – ni.

### **V Osavõtumaks**

Osavõtumaks on kehtestatud kõikidele jooksudistantsidele, s.o. 6,3 km ja 21,1 km.

Osavõtumaksust on vabastatud osalejad sünniaastaga 2004 ja hiljem sündinud.

Osavõtumaksu ei ole kehtestatud lastejooksust osalejatele!

Osaleja loobumisel osavõtutasu ei tagastata!

**Põhijooksu (21,1km jooks)** osavõtumaksu suurus on eelregistreerimisel 5,00 eurot, jooksupäeval kõigil 10,00 eurot (tasumine sularahas).

**Rahvajooksu (6,3km jooks ja matkamine)** osavõtumaksu suurus on eelregistreerimisel 3,00 eurot, jooksupäeval kõigil 5,00 eurot (tasumine sularahas).

Tasuda saab sularahas võistluspäeval kohapeal või eelregistreerimisel Liiva turismiinfopunktis või ülekande korras 11. augustini kell 18.00 Muhu Vallavalitsuse arveldusarvele nr. **EE782200001120228703** Swedbangas. Selgitusse märkida sõna jooks ja jooksja nimi, distants ning sünniaasta (nt. Jooks, ANTS KARU, 21,1km, 1985).

### **VI Osavõtjad**

Osalema on oodatud kõik jooksuhuvilised, rahvajooksule ka tervisesportlased, kes läbivad distantsi kõndides või matkates. Lastejooksust osalejatele aega ei võeta ning paremusjärjestust ei selgitata.

#### **Vanuseklassid:**

- <b>Lastejooks</b>	P ja T	2015.a. sündinud ja nooremad
- <b>6,3km jooks ja matk</b>	T	2010.a. sündinud ja nooremad
	P	2010.a. sündinud ja nooremad
	Neiu	2004 - 2009.a. sündinud
	Noormees	2004 - 2009.a. sündinud
	N	1988 – 2003.a. sündinud
	M	1983 – 2003.a. sündinud
	NS	1987.a. sündinud ja vanemad
- <b>21,1km jooks</b>	MS	1982.a. sündinud ja vanemad
	Neiu	2004 - 2009.a. sündinud
	Noormees	2004 - 2009.a. sündinud
	N	1988 – 2003.a. sündinud
	M	1983 – 2003.a. sündinud
	NS	1987.a. sündinud ja vanemad
	MS	1982.a. sündinud ja vanemad

#### **Osavõtja meelespea:**

- riided ning kotid saab jätta Muhu Spordihalli riietusruumidesse ja saali;
- Number tuleb kinnitada rinnale ja number peab olema finišeerides nähtav;
- pesemisvõimalus pärast jooksu Muhu Spordihallis;
- **Iga jooksust osavõtja vastutab oma tervisliku seisundi eest ise;**
- Esmaabi on võimalik saada finišis ja jooksudistantsidel saadab osalejaid med. teenistuse auto;
- Praamipealt tulijad saavad sõiduvahendi jätta Virtsu ja kasutada tasuta bussiteenust Kuivastu - Liiva – Kuivastu.

Väljumine Kuivastust kell 9.50 ja Liivalt orienteeruvalt kell 14.15.

### **VII Autasustamine**

Jooksu parimate autasustamine toimub orienteeruvalt kell 13.45 finišipaigas.

Põhijooksu ja rahvajooksu üldarvestuse kolme parimat mees- ja naisjooksjat autasustatakse eriauhinna ja diplomiga.

Eriauhinna ja diplomiga autasustatakse ka mõlema jooksudistantsi kõikide vanuseklasside kolme parimat.

Kõiki lastejooksus osalejaid autasutakse diplomi ja maiustusega.

Kõik lõpetajad saavad Muhu jooksu mälestusmedali.

Eriauhinnad: aktiivsemale Muhu külale, samuti mõlema distantsi parimatele Muhu jooksjatele (mees, naine, tüdruk, poiss, noormees, neiu, naisseenior, meesseenior)

**Kõigi jooksust osavõtjate vahel loositakse välja peauhind - jalgratas.**

**VIII Info** SK MUHU (Kalev) tel: 5065161, Muhu Vallavalitsus (Raido) tel: 5082776