

18. MUHU JOOKS

JUHEND

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

I Korraldamine

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

II Aeg ja koht

Muhu jooks toimub laupäeval, 14. augustil 2021.a.

Stardi- ja finišipaik on Liiva külas 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 250m. 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 (2014 ja noorematele) – jooksu pikkus ca´250m.

Jooks toimub Liiva staadionil.

IV Registreerimine

Muhu jooksu eelregistreerimine toimub alates 19. juulist Liiva turismiinfopunktis ja elektrooniliselt valla kodulehel, www.muhu.ee kuni 12. augustini kell 18.00- ni. Kodulehe kaudu registreerunutele väljastatakse rinnanumbrid ja kiibid jooksvalt Liiva turismipunktis (kuni 13. 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 2003 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 12. 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:

- Lastejooks	P ja T	2014.a. sündinud ja nooremad
- 6,3km jooks ja matk	T	2009.a. sündinud ja nooremad
	P	2009.a. sündinud ja nooremad
	Neiu	2003 - 2008.a. sündinud
	Noormees	2003 - 2008.a. sündinud
	N	1987 – 2002.a. sündinud
	M	1982 – 2002.a. sündinud
	NS	1986.a. sündinud ja vanemad
MS	1981.a. sündinud ja vanemad	
- 21,1km jooks	Neiu	2003 - 2008.a. sündinud
	Noormees	2003 - 2008.a. sündinud
	N	1987 – 2002.a. sündinud
	M	1982 – 2002.a. sündinud
	NS	1986.a. sündinud ja vanemad
	MS	1981.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;
 - jooksu finišis ära unusta tagastada jooksukiipi!
 - **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 peaauphind - jalgratas.

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