



# SINILILLEJOOKS KOPENHAAGEN 2018

## AEG JA KOHT:

- 15.04.2018
- Start ja finiš Kastelletis, Tuuleveski juures
- Jooksurada kulgeb Kastelleti valli mööda.
- Võistluskeskus avatud: 10.45 – 13.30
- Üldfüüsiline test (NATO test): 11.00 – 12:00
- Start jooksule kell 12.00 ja siis iga 5 min järel kuni 13 00

## OSALEMINE:

- Jooksust osavõtt on avatud kõigile huvilistele.
- Jooksust osavõtuks on soovitatav eelnevalt registreeruda: <https://www.facebook.com/events/361259814376801/>
- Kohapeal on võimalus teha annetus MTÜ Eesti Vigastatud Võitlejate Ühingule, mille eest toetatakse missioonidel haavata saanud sõdurite taastusravi. Annetusi kogume kohapeal sularahas ja MobilePay kaudu.
- Kõikidel osalejatel on võimalus sooritada 2018. aasta üldfüüsiline test (ÜFT): <http://www.mehedvormi.ee/kalkulaator/>:
  - 2 min jooksul toenglamangus kätekõverdused
  - 2 min jooksul selili lamangust istesetõusud
  - ca 3,2 km jooks

## JOOKSU DISTANTS JA VÕISTLUSKLASSID:

- Sinilillejooksu distants on 1,7 kilomeetrit või kaks ringi ehk 3,4 km.
- Jooksu tulemuse saab igaüks ise enda tarbeks üles märkida, NATO testi tegijatele on see eeltingimuseks.
- Number kinnitatakse osaleja jooksusärgi rinnale.
- Start antakse ühisstardist 12.00 ja siis iga 5 minuti järel.

## AUTASUSTAMINE:

- Kolme parimat NATO testi sooritajat autasustatakse Sinilillejooksu medaliga
- Autasustamine toimub 13 30 Veski juures

## TÄIENDAV INFO:

- Jooksust osavõtjad vastutavad ise oma asjade eest.
- Pesemisvõimalust korralduspaigas ei ole.
- Üldfüüsiline test (ÜFT): loe lähemalt [SIIT](#)
- Korraldaja kontakt: Eesti Saatkond, [Embassy.Copenhagen@mfa.ee](mailto:Embassy.Copenhagen@mfa.ee), +45 39 46 30 70

