



# SINILILLEJOOKS PÄRNU 2019

## AEG JA KOHT:

- 06.04.2019
- Start ja finiš Pärnu raamatukogu tagune ala
- Jooksurada kulgeb: Raamatukogu tagant läbi jahtklubi rannaparki ja tagasi.
- Võistluskeskus avatud: 11.00 – 14.00
- Üldfüüsiline test (ÜFT): 12.00 – 12.50
- Start jooksule kell 13.00
- Autasustamine kell 13.30
- Sinilillekese jooks 12.00 - 13.00

## OSALEMINE:

- Jooksust osavõtt on avatud kõigile huvilistele.
- Rada võib läbida joostes, kõndides või ratastoolis.
- Jooksust osavõtuks on soovitatav eelregistreeruda: <http://annameau.ee/sinilillejooks/> kuni 05.04.2019 kell 20.00
- Osalustasu annetusena:
  - 2 EUR - sünniaastaga 2007 ja nooremad
  - 5 EUR - sünniaastaga 2006 ja vanemad
- **Osalustasu sisaldab:** ajavõtukiibiga stardinumbrit, veteranide toetussümbolit - Sinilille rinnamärki, annetust MTÜ Eesti Vigastatud Võitlejate Ühingule
- Kohapeal on võimalik jooksule registreeruda soetades stardinumbriga ajavõtukiip ja annetusena veteranide toetussümbol Sinilille rinnamärki kuni kella 12.45-ni.
- **NB! Kohapeal limiteeritud arv stardinumbreid!**
- Võistluskeskuses 06.04.2018 peale 12.45 registreerudes on võimalik jooksust osa võtta, kuid osalejale ei väljastata stardinumbrit ja ajavõtukiipi ning tulemust protokollis ei fikseerita.
- Kõikidel soovijatel on võimalus enne jooksu sooritada 2019. aasta üldfüüsiline test:
  - 2 min jooksul toenglamangus kätekõverdused
  - 2 min jooksul selililamangust istesetõus
  - 3,2 km jooks (vajalik jooksule eelregistreerimine)

## JOOKSU DISTANTS JA VÕISTLUSKLASSID:

- Sinilillejooksu distants on 3,2 kilomeetrit. Jooksu start on Pärnu keskraamatukogu taga, trass kulgeb läbi Pärnu jahtklubi rannaparki ja sealt ringiga tagasi läbi jahtklubi raamatukogu taha.
- Jooksu tulemus mõõdetakse igal numbriga registreerunud osalejal elektroonilise kiibiga, mis on kinnitatud stardinumbri taha.
- Number kinnitatakse osaleja jooksusärgi rinnale.
- Start antakse ühisstardist.
- Jooksu võistlusklassid:
  - Noormehed P16 (sünniaastaga kuni 2003 )
  - Neiud T16 (sünniaastaga kuni 2003)
  - Mehed (sünniaastaga 1980 - 2002)
  - Naised (sünniaastaga 1985 - 2002)
  - Mehed M40 (sünniaastaga 1979 ja varem)
  - Naised N35 (sünniaastaga 1984 ja varem)
- Sinilillekese jooksule (distants 200m) on oodatud kõik lapsed vanuses kuni 12.a.
- Sinilillekese jooksul on osalemine TASUTA

## AUTASUSTAMINE:

- Iga võistlusklassi kolme paremat osalejat autasustatakse Sinilillejooksu medali ja diplomiga
- Autasustamine toimub Keskväljakul.
- Iga registreerunud ning elektrooniliselt aja mõõtnu saab võistlusjärgselt finišiprotokollist kodus välja trükkida oma tulemustega diplomi, millel kajastatakse ka testi tulemused.

## TÄIENDAV INFO:

- Jooksust osavõtjad saavad oma asjad jätta jooksu ajaks riidehoiu telki, kust hiljem saab stardinumbri alusel need kätte
- Parkimist kohapeal organiseeritud ei ole.
- Pesemisvõimalust korralduspaigas ei ole.
- Üldfüüsiline test (ÜFT): loe lähemalt [SIIT](#)
- Testi koordineerib [Toetuse väejuhatuse](#)
- Korraldaja kontaktid: Indrek Viikmaa: [Indrek.Viikmaa@mil.ee](mailto:Indrek.Viikmaa@mil.ee), +372 518 0525  
Kaia Kollo, [Kaia.Kollo@mil.ee](mailto:Kaia.Kollo@mil.ee), +372 5330 7716

