



KINDRALI XIX JOOKS

Kaitseliidu II meistrivõistlused kiirrännakus

VÕISTLUSJUHE

Kõndimine, kiirkõnd ja jooksmine on kaitseliitlasele kõige omasem ja funktsionaalsem liikumisviis nii õppustel, väljaõppel, treeningutel ja lahinguväljal. Nimetatud liikumisviisid on miski, mida saab teha üksi, koos sõbra-lahingupaarilisega, aga ka meeskonna-, jaoga ja suurema üksusega. Ehk liikumine on ühistegevus, mis toob esile ühtekuuluvuse ja parima koostoime. Kõndimine, kiirkõnd ja jooksmine on üldkehalise ettevalmistuse üks füüsiliselt aktiivsemaid tegevusi. Vastupidavus ning kestusvõime töötada kõrgenenud hapnikutarbimise juures on üks põhioodeid võitlejale.

I EESMÄRK

1. Populariseerida kaitseliitlase peamisi liikumisviise läbi ühtekuuluvuse, ühistegevuse, eeskujude ja tunnustamise;
2. Selgitada välja 2025 aasta Kaitseliidu meistrid kiirrännakus;
3. Teadustada kaitseliitlastele funktsionaalsete liikumisviiside olulisust kutsealases meisterlikkuses.

II KORRALDAJA

Kaitseliidu Peastaap, väljaõppeosakond G7 koostöös KL Alutaguse maleva, Alutaguse valla ja Alutaguse puhke- ja spordikeskusega.

III OSALEJAD

Kõik Kaitseliidu struktuuriüksused kaasaarvatud Kaitseliidu Peastaap, Naiskodukaitse, Noorte Kotkaste ja Kodutütarde organisatsioonid, Kalevi ja Viru jalaväepataljon ning teised Jõhvi linnaku üksused.

IV TOIMUMISE AEG JA KOHT

19 aprill 2025, Alutaguse tervisespordikeskus Vasavere küla, Alutaguse Vald, Ida-Virumaa, 41215.

V VÕISTLUSTE JUHTIMINE

Peakohtunik: Aivar Salekešin

Mandaat: Alutaguse puhke- ja spordikeskus.

Relvastuse ja varustuse kontroll: määratakse eraldi käsuga

Ajavõtt: elektrooniline Nelson Timing OÜ, <http://www.nelson.ee/ajavotuteenus/>

Rajal on vähemalt üks vaheaja punkt. Osalejatele väljastatakse mandaadis kiipidega numbrid.

Kontrollaeg: on 6 tundi, mille järgselt FINIŠ suletakse.

Tulemuste avaldamine: Kindralijooksule registreerimisega annab osavõtja nõusoleku kasutada oma nime, sünniaega võistluste läbiviimiseks ja avaldada võistlusprotokoll Tulemused avaldatakse Kaitseliidu ja partnerite sotsiaalmeedias, ning kaitseliit.ee ja kindralid.ee veebilehtedel.

Pildistamine ja video: Kirde MKR CIMIC grupp, Kaitse Kodu toimetus. Kindralijooksule registreerimisega annab osavõtja nõusoleku kasutada oma nime, sünniaega võistluste läbiviimiseks ja avaldada võistlusprotokoll ning kasutada temast ürituse ajal tehtud fotosid ja filmimaterjali Kindralijooksu propageerimiseks.

Rajajulgestus: 21,1 km rajal on kolm joogipunkti (ca iga 5 km järel), kus on võimalik vajadusel välja kutsuda võistluskeskuses asuv meditsiinigrupp, kes annab meditsiinilist esmaabi ja vajadusel toimetab vigastatud või haigestunud osalejad võistluskeskusesse.

Meditsiin: Esmaabi osutatakse võistluskeskuses.

Märgates rajal hädasolijat, tuleb sellest teatada koheselt rajajulgestusele või korraldajatele. Iga võistleja vastutab ise oma tervisliku seisukorra eest.

Toitlustamine: võistluskeskus.

VI REGISTREERIMINE

Võistkondade eelülesandmine (LISA 2) toimub e-posti teel mitte hiljem kui 14. aprill 2025 a. 14:00 margus.purlau@kaitseliit.ee ja info@kindralid.ee

Üksik registreerimine toimub jooksu kodulehel

<https://www.kindralid.ee/kindralijooks/index.php>

Registreerumine kohapeal (võistluskeskuses - korraldaja ei kindlusta elektroonilist ajavõttu ja toidule võtmist).

VII AJAKAVA

19 aprill 2025				
KELLAAEG	TEGEVUS	KES	KOHT	Märkused
09:00- 09:45	Mandaat/relvastus ja varustuskontroll		Võistluskeskus, mandaaditelk, stardikoridor	Relvastus- ja varustuskontrolli läbimisel ei tohi osaleja stardikoridorist väljuda.
09:45- 09:55	Avamine		Võistluskeskus, stardikoridor	
10:00	START	Starter	Võistluskeskus, stardikoridor	
16:00	FINIŠ suletakse	Peakohtunik	Võistluskeskus, finišikoridor	

12:30- 17:00	Lõunasöök		Võistluskeskus	
13:00-	Autasustamine	KL Spordipealik	Võistluskeskus, väljak	jooksev

VIII MANÖÖVRISKEEM

Rajaskeem:

<https://kaart.delfi.ee/?bookmark=ac1b7fb6659f77c0fba796f3f53d9f2d>

Rajakirjeldus:

Rada on tähistatud ja kulgeb Kurtna järvestu alal. Teed ning rajad võivad olla kevadiselt lumised, porised või vesised. 21,1 distantsil tuleb ületada veetõke. 21,1 km rajal on kolm joogipunkti (ca iga 5 km järel ja finišis).

Kindralijooks ja KL MV kiirränakus liigitub alljärgnevalt:

Relvastus- ja varustuse järgi:

KATEGOORIA I (militaarkategooria)	Vt pt IX „Võistlustingimused ja määrused“
KATEGOORIA II (üldkategooria)	Vt pt IX „Võistlustingimused ja määrused“

Manöövri järgi:

KL MV kiirränakus	KATEGOORIA I ainult
Kindralijooks	KATEGOORIA I ja II

Võistluse korralduse järgi:

Individuaalvõistlused	Võistlejad võistlevad iseseisvalt oma võistlusklassis paremusjärjestuse nimel. Autasustatakse I, II ja III kohta. Tunnustuse pälvivad kõik alla 3h soorituse
Võistkonnavõistlused	KL MV kiirränakus ja Kindralijooks iga võistlusklassi (M, M40, M50, N, N35, N45) kahe (2) parema tulemused summeeritakse. NB! KATEGOORIA I võistleja tulemust arvestatakse mõlemas manöövris (Kindralijooks ja KL MV kiirränakus) võistkondlikus arvestuses samas võistlusklassis. Kolme parimat struktuuriüksuste võistkonda autasustatakse Karika ja maitsva eriauhinnaga.

VÕISTLUSKLASSIDE JÄRGI:

KL MV kiirränakus	
M	18 kuni 39 eluaastat ka. s. 1986 - 2007
M40	40 kuni 49 eluaastat ka. s. 1976 - 1985
M50	50 kuni ... eluaastat s. alates 1975
N	18 kuni 34 eluaastat ka. s. 1991 - 2007

N35	35- 44 eluaastat ka. s. 1981 - 1990
N45	45 kuni ... eluaastat s. alates 1980

Kindralijooks	
M	16 kuni 39 eluaastat ka. s. 1986 - 2009
M40	40 kuni 49 eluaastat ka. s. 1976 - 1985
M50	50 kuni ... eluaastat s. alates 1975
N	18 kuni 34 eluaastat ka. s. 1991 - 2007
N35	35- 44 eluaastat ka. s. 1981 - 1990
N45	45 kuni ... eluaastat s. alates 1980

Stardikorralduse järgi:

Ühisstart	Võistlejad stardivad rajale kõik koos. Sõltuvalt osalejate arvust võib korraldaja moodustada STARDIGRUPID. Stardinumbrite genereerimisel võetakse arvesse ka varasemaid tulemusi. Stardinimekiri (stardigrupid ja –numbrid) avaldatakse 15.04.2025 https://www.kindralid.ee/kindralijooks/index.php
-----------	--

Start ja finiš:

osavõtjad peavad enne starti läbima varustus- ja relvastuskontrolli- ja mandaadi. Pärast kontrolli läbimist ja osalemise registreerimist suunatakse korraldaja poolt osalejad lintidega tähistatud ootealale (stardikoridor), kus oodatakse ühisstarti. Pärast kaalumist ilma mõjuva põhjusega enam ootealast lahkuda ei tohi! Start antakse stardipüstoliga. Finišeerimine toimub märgistatud finišikoridori finišijoone ületamisel, kus fikseeritakse distantsi läbimise aeg ning liigitakse taas varustuse- ja relvastuse kontrolli.

IX VÕISTLUSTINGIMUSED JA –MÄÄRUSED

Liikumisviis:

Käimine, kiirkõnd, jooks, eelpool mainitud liikumisviiside vahelduv kasutamine.

Varustus ja relvastus:

KATEGOORIA nr 1

1. Kaitseväe (või esindatava struktuuri) välivorm – talvine/suvine, vaba valik
2. Kuulivest ja kiiver - **vabatahtlik**
2. Sõjaväe saapad
3. **Seljakott (arvesse läheb AINULT SELJAKOTT - ainult rakmete, lahingvesti vms kasutamise korral liigitatakse võistleja automaatselt KATEGOORIA nr 2 alla) 4. Teenistusrelv (sõjapüss) + 1 salv ilma laskemoonata.**

Rännaku alguses ja finišis kaalutakse osalejate seljakotid, mille raskus peab olema vähemalt 10 kg (kaalumise hetkel ei tohi relv ja salv olla seljakoti küljes).

Vajadusel lisatakse kaalu liivakotikestega enne starti.

Osaleja kelle seljakoti kaal peale kaalumist (finiš) on alla 10 kg diskvalifitseeritakse ja lõpuprotokollis kantakse tema nime taha DQ.

Relva hoidmine seljakotis on keelatud: relva lahti võtmine osadeks ja nende paigutamine seljakotti on keelatud. Imitatsioon relvad on keelatud. Korraldaja ei varusta võistlejaid lisaraskuste ja muu varustuselementidega ning relvadega.

Relvad: R20, AK4, M14, AG3, Galil

Relva transpordiasend rännakul:

Relv rinnal, kaelas või käes. Teostatud on ohutuskontroll ja relv on salvestatud tühja salvega ning kaitseriivistatud.

KATEGOORIA nr 2

1. Vabalt valitud vorm
2. Vabalt valitud jalanõud
3. Seljakott

Rännaku alguses ja finišis kaalutakse osalejate seljakotid, mille raskus peab olema vähemalt 15 kg.

Vajadusel (stardieelsel kaalumisel) lisatakse kaalu liivakotikestega enne starti.

Osaleja kelle seljakoti kaal peale kaalumist (finiš) on alla 15 kg diskvalifitseeritakse ja lõpuprotokollis kantakse tema nime taha DQ.

Korraldaja ei varusta võistlejaid lisaraskuste ja muu varustuselementidega

X PROTESTIDE ESITAMISE KORD

Kui võistleja leiab, et tema huvid on kohtuniku käitumise või otsuse tõttu tõsiselt kahjustatud, on tal õigus esitada protest. Protestid esitatakse peakohtunikule vahetult 30 minuti jooksul peale vaidlusalase sündmuse toimumist. Hilisemaid proteste korraldaja menetlusse ei võta.

XI AUTASUSTAMINE

Kõik osalejad saavad peale osalemise rõõmu tunnustatud Kindralijooksu rinnamärgiga. **KL MV kiirrännakus (kategooria I ainult)**

M, M40, M50, N, N35, N45 võistlusklasside 3 paremat tunnustatakse KL meistrimedalitega, diplomiga ja meenega.

Kindralijooks (kategooriad I ja II)

M, M40, M50, N, N35, N45 võistlusklasside 3 paremat tunnustatakse Kindralijooksu medaliga ja meenega. 4-15 raja läbinud võistleja saab osalusmedali.

XII KOORDINEERIVAD JUHISED

Parkimine:

Alutaguse tervisespordikeskuse parklas

Riietevahetus ja pesemine:

Alutaguse tervisespordikeskuses

Relvade ja varustuse hoid:

Osaleja vastutus ja/või struktuuriüksuse organiseeritud kord.

Margus Purlau
Kaitseliidu spordipealik
margus.purlau@kaitseliit.ee
+3725349251

Aivar Oja
Kindralijooksu korraldaja
ojaivar11@gmail.com
+3725340818