



XVII KINDRALIJOOKS 13.04.2024

ja

Kaitseliidu meistrivõistlused kiirrännakus
VÖISTLUSJUHEND

on pühendatud kindral Aleksander Tõnissoni sünniaastapäevale. Kaitseliidu Alutaguse malev hoiab seda traditsiooni aastast 2005. Aastal 2024 kannab üritus järjekorranumbrit 17.

Kindral Aleksander Tõnisson [viide](#)

XII Kindralijooks [viide](#)

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 üldkehalises ettevalmistuses üks füüsiliselt aktiivsemaid tegevusi. Vastupidavus ning kestusvõime töötada kõrgenenud hapnikutarbimise juures on üks põhioõndeid võitlejale.

I EESMÄRK

1. Populariseerida kaitseliitlase peamisi liikumisviise läbi ühtekuuluvuse, ühistegevuse, eeskujude ja tunnustamise;
2. Selgitada välja esimesed Kaitseliidu meistrid kiirrännakus 2024 aasta;
3. Teadvustada 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

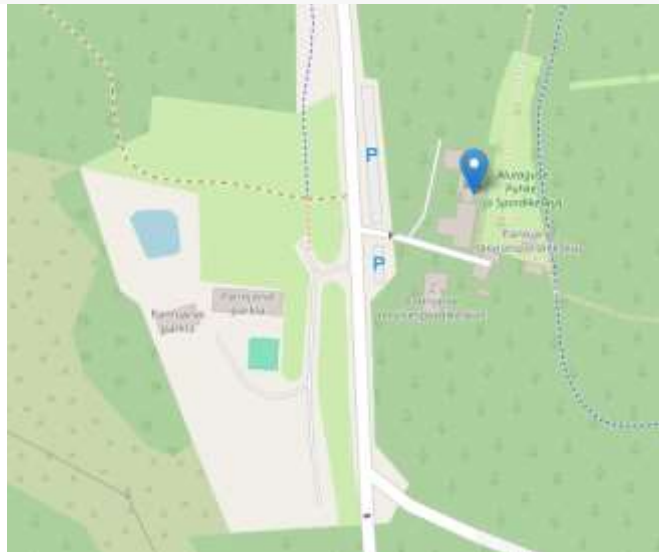
Kõik Kaitseliidu struktuuriüksused kaasaarvatud Kaitseliidu Peastaap, Naiskodukaitse, Noorte Kotkaste ja Kodutütarde organisatsioonid, Kalevi ja Viru jalaväepataljon ning teised Jõhvi linnaku üksused.

IV TOIMUMISE AEG JA KOHT

13 aprill 2024, Alutaguse tervisespordikeskus Vasavere küla, Alutaguse Vald, Ida-Virumaa, 41215.

Kuidas tulla: **Kui Sa tuled Tallinna poolt**, siis sõida Jõhvist Kuremäe poole. Jõhvist ca 8 km, peale Rausvere bussipeatust, keera ringristmikul vasakule Pannjärvele ja 4 km pärast oled kohal.

Kui Sa tuled Tartu poolt, siis peale lisakut keera Jõuga teeotsast paremale ja sõida Illukale. Jõudes Jõhvi- Kuremäe teele, keera vasakule ehk Jõhvi poole. Peale Kurtna küla tuleval ringristmikul keera paremale ja sõida veel 4 km, siis oled kohal. Keskus jääb vasakule ja Seikluspark on keskusest läbi minnes teisel pool suusastaadioni mäe otsas.



V VÕISTLUSTE JUHTIMINE

Peakohtunik: Aivar Salekeshin

Mandaat: Alutaguse puhke- ja spordikeskus. Võistluste peasekretär Maarika Raja.

Relvastuse ja varustuse kontroll: Hannes Grauberg

Ajavõtt: elektrooniline Nelson Timing OÜ, <http://www.nelson.ee/ajavotuteenus/>
Rajal on vähemalt üks vaheaja punkt. Osalejatele väljastatakse mandaadis kiibidega 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 08. aprill 2024 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).

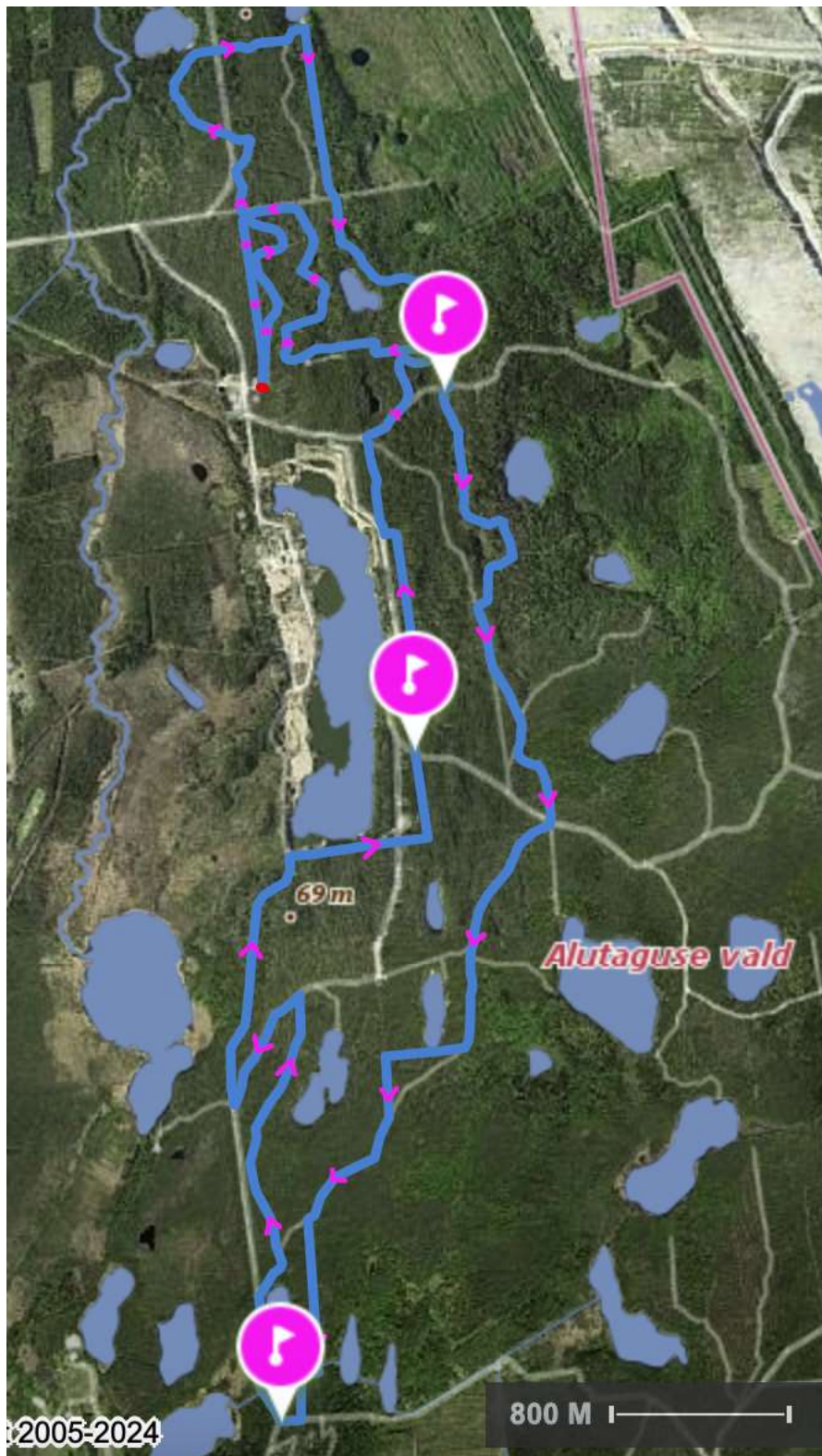
VII AJAKAVA

| 13 aprill 2024 | | | | |
|----------------|---------------------------------------|---------------|---|---|
| KELLAEG | TEGEVUS | KES | KOHT | Märkused |
| 09:00- 09:45 | Mandaat/relvastus ja varustuskontroll | Maarika Raja | 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 | Peakorraldaja | Võistluskeskus, väljak | jooksev |

VIII MANÖÖVRISKEEM

Rajaskeem:

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



Rajakirjeldus:

Rada on tähistatud ja kulgeb Kurtna järvistu 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 finishis)

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 | 16 kuni 39 eluaastat ka. s. 1986 - 2006 |
| M40 | 40 kuni 49 eluaastat ka. s. 1985 - 2006 |
| M50 | 50 kuni ... eluaastat s. alates 1974 |
| N | 18 kuni 34 eluaastat ka. s. 1990 - 2006 |
| N35 | 35- 44 eluaastat ka. s. 1980 - 1989 |
| N45 | 45 kuni ... eluaastat s. alates 1979 |

| Kindralijooks | |
|---------------|---|
| M | 16 kuni 39 eluaastat ka. s. 1986 - 2006 |
| M40 | 40 kuni 49 eluaastat ka. s. 1985 - 2006 |
| M50 | 50 kuni ... eluaastat s. alates 1974 |
| N | 18 kuni 34 eluaastat ka. s. 1990 - 2006 |
| N35 | 35- 44 eluaastat ka. s. 1980 - 1989 |
| N45 | 45 kuni ... eluaastat s. alates 1979 |

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 10.04.2024 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 liigutakse 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 (kategoria I ainult)

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

Kindralijooks (kategoriad 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
Peakorraldaja
ojaivar11@gmail.com
+3725340818