

# Mihkljooks 2021 juhend

## Toimumisaeg: 26.septembril 2021 a.

Mihkljooks toimub mihkclipäeva lähimal pühapäeval Võnnus, kus osalevad jooksusõbrad ja kepikõndijad. Osalejad saavad testida oma sportlikku vormi või lihtsalt vabas õhus liikuda. Võib valida endale jõukohase distantsi (4 km, 10 km) ja lasteaialastele on Tillujooks (250 m). Parimatele on auhinnad ja kõik osalejad saavad üllatuse. Üritus kuulub "Kastre Sportliku Neliku" sarja.

### Ajakava:

10.00 eelregistreeritud osalejatele rinnanumbri väljastamine, kohapeal registreerimine

10.50 soojendusvõimlemine

11.00 Tillujooks

11.20 start 10 km distantsile

11.30 start 4 km distantsile

13.00 Mihkljooksu parimate autasustamine

### Toimumiskoht:

1. Start ja finiš Võnnu Keskkooli staadionil.
2. Tillujooks toimub Võnnu Keskkooli staadionil.
3. 4 km ja 10 km distantsid kulgevad Võnnu alevikus ja ümbruskonna teedel.

### Mihkljooksul osalemine ja registreerimine:

1. Osalemine on tasuta.
2. Üle 18 aastastel osalejatel ja tillujooksu lapsevanematel palume võistlusele kaasa võtta isikut tõendav dokument ja vaktsineerimistõend, IgG antikehade analüüsi tõend, tervishoiuteenuse osutaja juures tehtud COVID-i testi negatiivne tulemus või sooritada kohapeal Covid'i kiirtest, mille peate eelnevalt ise soetama ja kaasa võtma.

Täpsustav info: <https://www.kriis.ee/et/sporditegevus-valirajatised-treeninglaagrid>

3. Osalejate etteregistreerimine toimub lingil

[https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSf9KLuh4kNP6d-3A5IRFvZzHQ88JFoxyW44sNy8EW0ghqKjmg/viewform?vc=0&c=0&w=1&flr=0&usp=mail\\_form\\_link](https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSf9KLuh4kNP6d-3A5IRFvZzHQ88JFoxyW44sNy8EW0ghqKjmg/viewform?vc=0&c=0&w=1&flr=0&usp=mail_form_link)

See tagab osalejale rinnanumbri ajavõtukiibiga ja on parima korralduse tagamiseks väga oodatud.

Registreerida saab ka kohapeal ürituse avamisest stardini.

Igale osalejale antakse rinnanumber.

4. Tillujooksul saavad osaleda lasteaialapsed ja 1.klassi õpilased (kuni 7 aastased k.a.).
4. 4 km ja 10 km distantsil võivad osaleda kõik vastavalt oma soovile. Rada läbitakse joostes või kepikõnniga.

### **Raja juhend ja ajavõtt:**

1. Tillujooksu distants on 250m ehk üks staadioniring. Ajavõttu ei ole.
2. 4 km ja 10 km distantside rajad on pöördekohtadel tähistatud viitadega. 4 km ja 10 km rajal on 1 joogipunkt. Joogipunktis pakutakse vett. Joogitopsid tuleb visata prügikotti. Mõlemal distantsil osalejate järel sõidab turvajalgrattur, kes abistab rajal hätta sattunuid ja vajadusel kutsub abi.

4 km ja 10 km distantsil registreeritakse raja läbimisaeg.

### **Mihklijooksu autasustamine:**

1. Kõik osalejad saavad finišis üllatuse.
2. 4 km ja 10 km finišeerijaid autasustatakse vastavalt vanuseklassidele 3 parimat naist ja 3 parimat meest.
  - 4 km distantsil saavad auhinna kuni 12 aastased k.a.;
  - 10 km distantsil:
    - noored kuni 16 a k.a.;
    - täiskasvanud N 17-39 a ja M 17-44 a;
    - veteranide klass N 40, M 45.

3. Korraldaja ja võistluse sponsorid võivad välja panna eriauhindu.

### **Üldised kohustused:**

Osalejad on kohustatud jooksu, kepikõnnirajal täitma liikluseaduse nõudeid. Rada kulgeb asulas ja asulavälisel teel. Rajal on soovitatav liikuda vasakpoolses servas. Mootorsõiduki möödumisel tuleb jooksjal ise olla tähelepanelik. Maantee ületuskohtades jälgib korradaja jooksjate turvalisust ja reguleerib autode liikumist. Jooksu ajal vastutab igaüks oma ohutuse ja tervise eest.

### **Muu info:**

Kõik käesoleva juhendiga määratlemata küsimused lahendab peakohtunik kohapeal. Üritusel pakutakse teed ja mustikasuppi.

Üritus lõpeb 14.00

Lisainfo: Kastre valla kodulehel „Sportlik Nelik“ ja Võnnu Spordiklubi facebooki lehel, tel. 5250634.

Korraldajad: Võnnu Spordiklubi, Kastre vald.

Toetajad: Kastre vald, Tartumaa Spordiliit