



# ALUTAGUSE SÜGISRULL

5. oktoober 2024

Võistluse juhend

## 1. Toimumiskoht, võistlusformaad ja ajakava

Alutaguse Sügisrull toimub Alutaguse Spordikeskuses 5. oktoobril 2024 a.

Võistlusformaad:

Võistlus koosneb kahest osast. Esmalt joostakse eraldistardist krossijooks maastikul. Teise osana võisteldakse klassikatehnikas rullsuusatamises, kuhu starditakse jooksu tulemuste alusel viitstardist (Gunderseni meetodi alusel).

NM12 ja NM14: 1km jooks (1 ring) + 2,4km rull (1 ring)  
N16, N18, N20: 1km jooks (1 ring) + 4,8km rull (2 ringi)  
M16, M18, M20: 2km jooks (2 ringi) + 7,2km rull (3 ringi)

Eraldi kavas mudilaste jooks

Ajakava:

10:00 Avatakse sekretäriat, võistlusradadega tutvumine (rullide proovimine)  
11:00 Jooksu stardid (noorematest vanemateni eraldistardid, 15sek stardi intervall)  
12:30 Mudilaste jooks  
13:00 - 15:00 Rullsuusatamine (KL) viitstardist vanuseklasside kaupa (Täpne startide ajakava peale eelregistreerimise lõppu).  
~15:00 Autasustamine

## 2. Vanuseklassid

NM12 (2013-2014)  
NM14 (2011-2012)  
NM16 (2009-2010)  
NM18 (2007-2008)  
NM20 (2005-2006)

Mudilaste jooksu ootame kõiki kuni 10a lapsi, igaühele meene!

## 3. Varustus

Sõidetakse korraldaja poolt vahetult enne starti jagatavate rullsuuskadega (Swenor Alutech).  
Rullide kättejagamine ~10min enne starti.  
Soojendussõitudeks tuleb kasutada isiklikke rullsuuski.  
Korraldaja poolt antavate rullsuuskade modifitseerimine, õlitamine jne. on keelatud.



#### 4. Registreerimine

Nimeline eelregistreerimine kuni 3. oktoober 2024 kell 23:59 Suusaliidu e-poe kaudu (epood.suusaliit.ee). Kohapeal registreerimist ei toimu!  
Mudilaste jooksule eelregistreerimist tegema ei pea.

#### 5. Osavõttasud

Osavõttasud kõikidele klassidele 10€/võistleja. Osavõttasud saab tasuda Suusaliidu e-poes või võistluspaigas kohapeal.

#### 6. Ohutus

##### **KIIVRI KANDMINE ROLLERIRAJAL ON KOHUSTUSLIK!**

Kiivri osalejate tulemus tühistatakse. Kiivri ja prillideta osalejaid rullsuusa starti ei lubata.

#### 7. Osaleja vastutus

Alutaguse Sügisrulli võistlustel võivad osaleda kõik, kelle tervislik seisund ja sportlik ettevalmistus lubab läbida oma vanuseklassi distantsi. Soovitav on omada õnnetusjuhtumi ja/või tervisekindlustust. Korraldaja ei vastuta osavõtjale tekkinud tervisekahjude ja isikliku vara purunemise või kadumise eest.

Registreerimisega kinnitab osaleja, et on tutvunud käesoleva võistlusjuhendiga ja osaleb võistlusel omal vastutusel (alaealiste võistlejate eest kannavad vastutust nende vanemad või volitatud saatjad).

#### 8. Info ja tulemused

Tulemused ilmuvad Suusaliidu ja Noorte MK kodulehtedele.

Live tulemused: [www.teamtime.ee/results](http://www.teamtime.ee/results)

Pretensioonid esitada sekretariaati hiljemalt 15 minutit peale esialgsete tulemuste avaldamist.

#### 9. Autasustamine

Alutaguse Sügisrullil autasustatakse iga vanuseklassi kolme paremat medali ja meenetega. Mudilaste jooksul igale osalejale meene.

#### 10. Alutaguse Sügisrulli korraldusmeeskond

Võistluse korraldaja: Eesti Suusaliit, Alutaguse Suusaklubi

Võistluse peakohtunik: Tanel Ojaste

Ajavõtt: Jaak Teppan

Võistlusradade ülem: Avo Sambla