

# Voka Triatlon 2015

## Juhend

### 1. Korraldus ja aeg

Voka Rahva Triatlon toimub laupäeval, 27. juunil 2015. a. Voka spordikeskuses, Vokas, Toila vallas Ida-Virumaal. Triatloni korraldaja on **MTÜ Alutaguse Maraton**.

### 2. Võistluskeskus: rada, start, finiš

Võistluskeskus asub Voka Spordikeskuses. (Riietevahetamise ja pesemise võimalus)

Võistluse programm:

- 15.30 - Laste duatlon (jooks 400m/ratas 800m/ jooks 400m) (1ring / 2 ringi / 1 ring)
- 16.00 – Põhivõistlus (600m/20km/6km) (1ring / 4 ringi / 2 ringi)
- 16.00 - Rahvadistants (150m/10km/3km) (1 ring / 2 ringi/ 1 ring)

**Põhivõistluse start antakse ujumisega Voka tiigis Spordihoone juures kell 16.00. Start rahvadistantsile antakse koos põhidistantsiga.**

**Ujumine** toimub Voka tiigis. Läbitakse vastupäeva 600m ring. Ujumisdistansi algus ja lõpp samas kohas. Veest väljumisel tuleb läbida 100m pikkune osa vahetusalani.

Kalipso kasutamine on lubatud.

**Rattadistants** moodustab 50% metsateid ja 50% kõvakattega teed. Läbida tuleb neli 5 km ringi. Osavõtjad on kohustatud ohutuse tagamiseks järgima liikluskorraldajate märguandeid. Rattadistantsil on kiivri kandmine kohustuslik.

Ratas võib olla nii maastikuratas kui tugevamate kummidega maanteeratas.

Rattadistants videopildis: <https://www.youtube.com/watch?v=mfxXbvZs2Xk>.

**Jooksudistants** koosneb 90% kõvakattega teest ja 10% ulatuses metsateest. Jooksudistantsil tuleb läbida kaks 3 km ringi.

Jooksudistants videopildis: <https://www.youtube.com/watch?v=aeHYtp4AZjo>

**Vahetusala** asub Voka staadioni murul. Rattad asetatakse püstiselt vastu selleks ette nähtud aedu.

### 3. Osavõtjad

Osavõtt Voka Rahva Triatlonist toimub omal vastutusel.

Osaleda võivad kõik 1999. a. ja varem sündinud, kes on piisavalt treenitud antud distantsi läbimiseks. Erandkorras lubatakse lapsevanema kirjalikul loal ja vastutusel rajale ka nooremaid osavõtjaid.

### 4. Vanuseklassid

P/T (sünd 1995 ja hiljem)

M/N (1976-1994)

MV/NV (1975 ja varem sündinud)

Harrastajad M/N (vanusele piiranguid ei ole)

Võistkondlik arvestus: kolm liiget, üks võistleja igal etapil.

## 5. Registreerimine

Registreerimissoov saada aadressile [alutaguse@gmail.com](mailto:alutaguse@gmail.com), märkides ära: Voka Triatlon, ees- ja perekonnanimi, võistlusdistsants, vanuseklass, sünniaasta ja spordiklubi või elukoht. Võistkonna puhul märkida ära võistlejate nimed ja alade jaotus.

Lastevõistluse registreerimine toimub võistluspäeval 13.00-15.10 võistluskeskuses.

## 6. Osavõtumaksud

Kuni 25. juunini 10 eurot individuaal / 18 eurot võistkond  
(26. juunil registreerimist ei toimu).

Võistluspäeval kohapeal 20 eurot individuaal / 36 eurot võistkond.

1994 ja hiljem sündinutel ning Toila valla elanikel on stardimaks 50% soodsam.

Lasteduatlon on TASUTA ja registreerimine kohapeal Voka Spordihooones.

Osavõtumaksud tuleb tasuda võistluspäeval võistluskeskuses ning samas väljastatakse ka stardimaterjalid.

## 7. Autasustamine

Autasustamine toimub peale viimase võistleja finišeerimist Voka staadionil (orienteeruvalt kell 18.00). Autasustatakse 6 paremat meest ja 3 paremat naist, 3 paremat noort, parimat võistkonda ning vanuseklasside võitjaid.

## 8. Protestid

Kõik protestid võistlustulemuste, määruste rikkumiste kohta tuleb esitada 15 minuti jooksul pärast esialgsete tulemuste avalikustamist. Protesti tasu on 20 EUR, mis tagastatakse ainult protesti rahuldamisel.

Kõik võistlustega seotud protestid lahendab võistluste žürii: võistluste juhataja, rajameister, peakohtunik.

Juhendis käsitlemata juhud lahendatakse korralduskomitee poolt jooksvalt.

## 9. Üldinfo

Osavõtjatele kindlustatakse rada, rinnanumber, ajavõtt, tulemus lõpuprotokollis, teenindus toitlustuspunktides, esmaabi võistluskeskuses, soe supp.

facebook: <https://www.facebook.com/groups/1527448514148253/>

## 10. Kontakt ja info:

MTÜ Alutaguse Maraton

Ida-Virumaa, Jõhvi, Tartu mnt 20-12, 41538

Info: Robert Peets

[alutaguse@gmail.com](mailto:alutaguse@gmail.com) +372 556 810 84