



Raplamaa valdade liikumissari 4X4 2025

SUP laual (aerulaud) aerutamise JUHEND

1. Aeg ja koht.

Võistlus toimub **31.augustil** algusega kell 12.00 Kohila „Beach Arena“ rannavolle kõrval oleval Keila jõel. Aadress Viljandi mnt 11a Kohila. Vaata asukohta - <https://kaart.delfi.ee?bookmark=0f9c49f8dd77997b3ed1799fd667a84b>

2. Registreerimine

Registreeruda saab kuni **28.augustini** Rapla MSL - **registreerimismoodulis** või e-posti aadressil info@raplamsl.ee

Kohapeal saab registreeruda kella 11.45-ni. **Start avatakse 12.00 ning suletakse 13.00**
SUP laual (stand up paddling ehk SUP) aerutamine on Raplamaa valdade 4x4 liikumissarja üheks osavõistluseks ning individuaalsed kui ka võistkondlikud tulemused kuuluvad sarja arvestusse

Peakohtunik Piibe Linnus tel. 5817 3711

Info Priit Karjane e-post info@raplamsl.ee

2. Ohutus

Võistlejad vastutavad oma tervisliku seisundi ja sportliku ettevalmistuse eest ning osalevad täielikult omal vastutusel ning on kohustatud täitma käesoleva juhendi nõudeid. Võistlema lubatakse ainult ujumisoskusega võistlejad. Kõikidele osalejatele antakse päästevest, mille kandmine on kohustuslik kogu võistluse vältel. Soovitav on kanda veesportdiks sobivat riietust ja jalanõusid. SUP-laual võistlusel võib olla oht vette kukkuda, seetõttu on soovitatav kaasa võtta varuriided ja rätik.

3. Osalejad

Osalejate arv on piiramata. Kuna tegemist on Raplamaa valdade liikumissarjaga, siis osaleda saavad Raplamaal elanud ja elavad, töötavad, õppivad või vallas registreeritud spordiklubidesse kuuluvad elanikud. Arvestust peetakse järgnevalt

P/T15 (Noored) – sünniaasta 2010 ja hiljem sündinud

M/N19 (Juuniorid) 2009 – 2006.a.

Mehed põhiklass 2005 - 1986 s.a.

Naised põhiklass 2005 - 1991 s.a.

Mehed veteranid I (MV I) 1985 – 1976 s.a.

Naised veteranid I (NV I) 1990 – 1981 s.a.

Mehed veteranid II (MV II) 1975 ja varem sündinud

Naised veteranid II (NV II) 1980 ja varem sündinud

4. Rajakirjeldus

Start ja lõpp on Keila jõel Kohilas rannavolle „Beach Arena“ väljakute kõrval. Raja pikkus on järgmine;

*Mehed juuniorid, mehed põhiklass, meesveteranid I, II - u. 250 meetrit.

*Noored P/T15, naised juuniorid, naised põhiklass, naisveteranid I, II - u. 150m

Läbida tuleb distants aerutades pöördega ümber ujupoi. Aerutada võib mistahes asendis, sõltuvalt aerutaja oskustest ja vilumusest. Võistlemiseks on kohapeal 4 touring tüüpi SUP lauda. Et kõigil oleks võrdsed tingimused, siis oma SUP lauaga võistelda ei saa.

5. Tulemuste arvestus

Parim SUP laual aerutaja on distantsi kiiremini läbinud võistleja. Võistlus on individuaalne vastavalt võistlusklassidele.

SUP laual distantsi läbijad saavad kirja osaluskorra Raplamaa valdade 4x4 liikumissarjas, kus vähemalt 9 osavõistluse või ürituse läbinu osaleb aktiivse liikuja auhinnaloosis.

Võistlusel osalenud võistlejad saavad individuaalselt punkte järgnevalt; I koht 50 punkti, II-48, III-46, IV-45 jne punkti, alates 48. kohast 1 punkt.

Valdade vahelisse võistkondlikusse arvesse lähevad 4 parema tüdruku/neiu ja 6 poisi/noormehe, 4 parema naise ja 6 parema mehe tulemused ning 4 parema naisveterani ja 6 parema meesveterani tulemused mõlemas veteranide kategooriates. Osaleda saavad ka kõik ilma ajavõtuta SUP laual aerutada soovijad. Selleks on vaja kohapeal registreeruda. Osalemine toob omavalitsusele lisapunkti ning osaluskorra aktiivse liikuja auhinnaloosis.

6. Autasustamine

Peale startide sulgumist autasustab Rapla Maakonna Spordiliit võistlusklasside kolme paremat võistkonda Raplamaa valdade 4x4 liikumissarja medalite ja diplomitega.

7. Üldiselt

1. Iga võistleja vastutab oma tervisliku seisundi eest ise.
2. SUP laua võistluse korraldaja on Rapla Maakonna Spordiliit koostöös võistluste läbiviija Pirgu Külaseltsiga
3. Kõik antud juhendis määratlemata küsimused lahendab Rapla Maakonna Spordiliit koos võistluse peakohtunikuga.
4. SUP laua võistluse tulemused avaldatakse Rapla Maakonna Spordiliidu veebilehel www.raplamsl.ee ja sotsiaalmeedias Rapla MSL Facebook. Võistlusel tehtud fotod on avalikud.
5. Võistluse korraldaja jätab endale õiguse muuta juhendit lähtudes võimalikest muudatustest toimumisajas, toimumiskohas ja võistlejate arvust.