



EESTI LAHTISED AVAVEEÜJUMISE MEISTRIVÕISTLUSED 2024

10 km MARATONUJUMINE

JUHEND

AEG Pühapäeval, 11. augustil 2024

KOHT Pühajärve, Otepää vald. Võistluskeskus asub Pühajärve rannas.

AJAKAVA

10:30 – 11:30	Stardimaterjalide väljastamine
11:45	Peakohtunik tutvustab uujatele reegleid, võistlusrada ja raja spetsiifikat
12:00	10 km maratonujumise start
Ca 15:30	Autasustamine - ca 15 minutit peale viimase võistleja lõpetamist

DISTANTS 10 km maratonujumine. 8 x 1,25 km ringi. Ajalimiit 3 h 15 min.

VANUSEKLASS Absoluut, mehed ja naised (alates sünniaastast 2010. ja vanemad).

OSALEMISE TINGIMUSED:

- Eesti Ujumisliidu, Eesti Triatloniliidu või mõne teise riigi veespordi alaliidu litsentsi olemasolu.
- Määrustepärane ülesandmine.
- Stardimaksu tasumine.
- 10 km avaveeujumise Eesti meistrivõistluste arvestuses osalevad isikud, kes omavad Eesti kodakondsust (ja Eesti spordikodakondsust) ning EULi litsentsi.
Esikolmikusse jõudnud ujuja, kes ei vasta Eesti meistrivõistluste nõuetlee, saab vastava koha võistluste osalusmedali.

KORRALDUS

- Võistluste peakorraldaja on Eesti Ujumisliit, kaaskorraldaja Ujumise Spordiklubi.
- Võistluste peakohtunik on Sander Paavo.
- Võistluse korraldamise aluseks on WA võistlusmäärused ja EUL-i võistluste üldjuhend.
- Võistluste strass on tähistatud poidega, rajaskeem on nähtav võistluskeskuses.
- 16-aastased ja vanemad osalejad vastutavad oma tervisliku seisundi eest isiklikult, tõendades seda kohapeal allkirjaga tervisliku seisundi deklaratsioonil (TSD).
- 15 aastaste ja nooremate uujate tervisliku seisundi eest vastutab allkirjaga TSD-l lapsevanem või treener.
- Võistlused toimuvad vaid juhul, kui veetemperatuur on vähemalt 16 kraadi ja mitte üle 31 kraadi.

AUTASUSTAMINE Kolme kiiremat meest ja naist autasustatakse medalitega.
Korraldajal on õigus panna välja eri- ja loosiauhindu.

REGISTREERUMINE 6. augustini 2024 lingil <https://timesport.ee/> **NB!** Kohapeal registreerumist ei toimu.

STARDIMAKS: Registreerudes **1. augustini – 15 EUR, 2.-6. august – 30 EUR.**
Tasuda Ujumise Spordiklubi arveldusarvele EE632200221025128610,
selgitusse „Ujuja nimi, Eesti MV 10 km“.
Tasumine tagab registreerumise!
Arve soovist anna teada enne makse sooritamist!

REEGLID JA MUUD TINGIMUSED:

- Veetemperatuuril +18 kuni +31 C, on lubatud ainult tekstiilist ujumiskostüümid, mis ei kata kaela ja õlgu, ei ulatu allapoole pahkluid (WA III p 7.1), ei tohi olla lukke, haake jm. kinnitusvahendeid (WA I p 7.5.1.6). Kasutada võib ujumisprille, maksimaalset kahte (2) ujumismütsi, ninaklambrit ja kõrvatroppe.
 - NB! Vähemalt ühe ujumismütsi kandmine on kohustuslik!
- Alla 18-kraadise veetemperatuuri korral on lubatud kasutada kalipsot.
- Võistluste korralduskomiteel koos EUL-i esindajaga on õigus äärmuslike ilmastikutingimuste puhul lühendada distantsi võistlejate turvalisuse tagamiseks.
Lisaks veetemperatuurile arvestatakse muid tingimusi (õhutemperatuur, tuul, lainetus) ning võimalusi stardi- ja finišipaigas (sooja duši või sauna olemasolu jmt.).
Otsusest tuleb osalejaid teavitada esimesel võimalusel, või hiljemalt laupäeval, 9. augustil kell 20:00.
- Võistlejate turvalisuse tagamiseks ei ole ujujatel lubatud kanda ehteid ja käekella.
Ujujate sõrme- ja varbaküüned peavad olema lõigatud, mõistliku pikkuse ja kujuga, et mitte vigastada kaasvõistlejaid. Kohtunikel on õigus mitte lubada starti võistlejat, kes antud reegleid eirab.
- Start toimub veest, lõpetamine käe puutega vastu silda (tähistatud).
 - Iga ringi järel puudutab ujuja käega finišiseina ringiaja fikseerimiseks, seejärel siirdub uuele ringile.
 - Ujujale tohib süüa või juua ulatada ainult tähistatud toitmisalal toitmiskepi abil (WA reeglid).
 - Keelatud on pudeli ja söögi käest andmine või vette viskamine.
- Ujuja ei tohi terve distantsi vältel hoida kinni servast ega poist; jalad põhjas võib seista, kuid põhjas ei tohi kõndida ega põhjast tõugata uuesti ujuma hakates.
- Turvalisus - distantsi ajal saadavad ujujaid saatepaadid ja/ või SUP-laudadel turvajad.
- Rannas on info võistluse kohta; rannasolijaid ja veesõidukite laenutuspunkte teavitatakse ujujate arvestamise vajadusest.
- Juhendis käsitlemata või vaidlusalased küsimused lahendab peakohtunik võistluste korralduskomiteega.

KORRALDAJAD JA KONTAKTID:

Eesti Ujumisliit	Kristiina Arusoo, +372 5665 6831, avavesi@swimming.ee
Peakohtunik	Sander Paavo, +372 534 65016 sanderpaavo112@hotmail.com
Ujumise Spordiklubi	Kaja Haljaste, +372 511 7839, info@ujumine.ee