

MÄRJAMAA
 RAHVATRIATLON
5. JUULI 2025

VÕISTLUSJUHEND

1. EESMÄRK:

- Pakkuda kohalikule kogukonnale liikumisrõõmu või võimalust omavaheliseks sportlikuks konkurentsiks.
- Ühendada inimesi ja tugevdada kogukonnatunnet.
- Elavdada huvi sportimise ja liikumisharrastuste vastu ja pakkuda positiivseid elamusi läbi spordivõistluste.
- Selgitada välja oma vanusegruppide parimad.

2. VÕISTLUSTE AEG, KOHT JA AJAKAVA :

2.1. AEG

5.juuli 2025

2.2. KOHT:

REGISTREERUMINE JA VÕISTLUSMATERJALIDE VÄLJASTAMINE:

Järta Terviseraja keskus.(asukoht:<https://maps.app.goo.gl/pstrezT1bzqakfGj6>)

MUDILASTE- JA NOORTEDUATLONI START:

Järta Terviserada (asukoht:<https://maps.app.goo.gl/pstrezT1bzqakfGj6>)

TRIATLONI START:

Vanakubja liivakarjäär (asukoht: <https://maps.app.goo.gl/9dCtKPjutZEKjhhc8>)

MUDILASTEDUATLONI, NOORTEDUATLONI JA TRIATLONI FINIŠ:

Järta Terviserada (asukoht:<https://maps.app.goo.gl/pstrezT1bzqakfGj6>)

2.3. AJAKAVA :

09:30 Avatud võistluskeskus **Järta Terviseraja keskus**

10:30 **Mudilasteduaton**

11:00 *ERA Valduse* **Noorteduaton** start **M/N12 JA M/N14** (Järta terviserada)

12:00 **Rahvatriatlon** start (Vanakubja liivakarjäär):

12.00 I START: Eliit - (eraldistardirataste kasutajad)

12.10 II START: Võistlusklassid: **M16,M17-39,M40,M50+**

12.20 III START: Võistlusklassid: **N16,N17-39,N40,N50**

12.30 IV START: Fun-klass ja võistkonnatriatlon

14.00 Autosustamine Järta Terviseraja keskus

15.00 Finiši sulgemine

3. VÕISTLUSKLASSID JA DISTANTSID :

VÕISTLUSKLASS	OSALEJAD	DISTANTS, KM
Mudilasteduathlon		Ratas + Jooks
ajavõtuta	kõigile soovijatele	0,4 + 0,4
ERA Valduse Noorteduathlon		Ratas+jooks
M/N 12	2013-ja nooremad	3,0 + 1,4
M/N 14	2011-2012	3,0 + 1,4
Rahvatriatlon		Ujumine + ratas + jooks
M/N 16	2009-2012	0,2 + 15 + 3
M/N 17-39	1986-2008	0,2 + 15 + 3
MV/NV 40	1976-1985	0,2 + 15 + 3
MV/NV 50+	1966 ja vanemad	0,2 + 15 + 3
Fun klass**	kõigile soovijatele (paremusjärjestust ei selgitata)	0,2 + 15 + 3
Võistkonnatriatlon***	kõigile soovijatele	0,2 + 15 + 3
Eliit*	eraldistardi- ratastel võistlejad	0,2 + 15 + 3

***Võistlusklassi "Eliit"** - siia kuuluvad kõik osalejad, kes kasutavad jalgrattadistantsi läbimiseks eraldistardi ratast. Eraldistardiratta kohta loe lähemalt [SIIT](#)

**** Fun võistlusklass** - ujumiseks võib kasutada ka abivahendeid, nagu ujumisrõngas, ujumismadrats või kätised. Rattadistantsi võib läbida ka elektrirattaga või -tõukerattaga.

***** Võistkonnatriatlon** - Võistlus toimub kolmeliikmeliste võistkondadena, kus iga liige sooritab ühe triatloni etappidest: ujumise, rattasõidu või jooksmise.

- Põhidistantsi start antakse Vanakubja liivakarjääris kell 12:00. Ujutakse poidega märgistatud rajal.
- Rattarada kulgeb kõvakattega (90% asfaltkattega) teed mööda avatud liiklusega maantee marsruudil Vanakubja karjäär- Valgu- Kasti-Haimre ja Järta terviserada.
- Jooksurada kulgeb Järta terviseraja suusaradadel, looduslikul pehmel pinnasel. Rada on tähistatud.
- Osavõtjad peavad ohutuse huvides järgima liikluskorraldajate märguandeid.
- Ujumiskalipsod on lubatud, kui veetemperatuur on 1h enne starti alla 24C
- Ujumisdistantsi julgestatakse vee peal, ujujate vahetus läheduses.
- Ujumisdistants kulgeb stardiga kaldast ning ümber vette paigaldatud 2 poi tagasi finišialasse.
- Võistleja peavad kandma võistluste numbrit rattadistantsil ja jooksudistantsil.
- Võistlejad peavad kandma ka ajavõtukiipi, mis tuleb panna parema pahkluu ümber.
- NB! 12:00 peavad kõik rattad olema stardi alas, olenemata stardi kellaajast!
- Rattadistantsil on kiivri kandmine kohustuslik.
- Ratast võib puutuda alles pärast kiivri pähe panemist.
- Rattadistantsil on tuulesõit lubatud. Eliitklassis võistlejatele on tuulesõit keelatud.
- Vahetusalas rattaga sõita ei tohi.
- Põhistardi stardid toimuvad viitstartidena ca 10 minutiliste vahedega.
- Stardigrupid moodustatakse võistlusklasside järgi.
- Stardigruppide suurused selguvad peale võistlejate registreerimist.

*Muudatustest teatatakse kodulehtede ja Facebooki vahendusel .

MUDILASTE- JA NOORTEDUATLON :

10:00 Võistluskeskuse avatud [Järta Terviserajal](#).

11:00 **Mudilasteduatloni** start Järta Terviserajal.

11:20 **Noorteduatloni** start Järta Terviserajal.

- Rattadistantsil on kiivri kandmine kohustuslik.
- Nii ratta-kui jooksurada kulgevad looduslikul pehmel pinnasel.

OSALEJAD :

- Triatlonil võivad osaleda kõik, kes on piisavalt treenitud antud distantsi läbimiseks.
- Triatlonist osavõtt toimub oma vastutusel (alaealistel lapsevanema või hooldaja vastutusel). Korraldajad soovivad enne registreerimist läbida tervisekontrolli, et arst kinnitaks võimekust vastav distants läbida.
- Stardigrupid moodustatakse eelregistreerunute vahel, arvestades võimalusel eelnevaid sportlike tulemusi.
- Eliitvõistlejad paigutatakse I stardigruppi individuaalselt. Startima peab oma stardikoridorist, vales koridorist startinud võistleja diskvalifitseeritakse.

REGISTREERIMINE :

- Võistlusel piirmäär on **250 osalejat**.
- Eelregistreerimine toimub Märjamaa Valla Spordikeskuse kodulehel kuni **3.juulini kell 23:59.**
<https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSf7LNPUBV1XvSn9uj-BLpuyj1QR1KvPPn2oLEKLALpr73-bvw/viewform> ja Märjamaa Spordihoones (Staadioni tn 3, Märjamaa).
- Vabade kohtade olemasolul on registreerida võimalik ka võistluspäeval kohapeal, makstes kohapeal registreerimise stardimaksu.
- Registreerimine lõpeb 30 minutit enne starti.
- Registreerimine toimub võistleja sünniaasta alusel.
- Ümberregistreerimine on võimalik kuni 3. juuli kella 23.59-ni. Võistluspäeval ümberregistreerimist ei toimu. Kõigil ümber registreerimisel on tasu 5 EUR (sh nimevahetus).

OSAVÕTUTASUD :

- Lastele (kuni 16-aastased k.a) on võistlustel osalemine eelregistreerides **tasuta**. Kohapeal registreerides **10€**.
 - Eelregistreerides (alates 17-aastastest) on osavõtutasu **15 €** ja kohapeal registreerunutele osavõtutasu **25 €**.
 - *Ajavõtuta osaleja osalustasu on 5 €.*
 - *Võistkonnatriatloni osalustasu on 30€. Osaleda saab ainult eelregistreerides enne 3.juunit kell 23:59.*
 - Tasumine kohapeal sularahas.
-
- SA Märjamaa Valla Spordikeskuse arveldusarvele:
SEB EE571010220272138224

Selgitusse märkida: TRIATLON2025, ees- ja perekonnanimi, sünniaasta
(Nt: TRIATLON2025, Velje Vello 2000.a).

**Osavõistluste ärajäämisel korraldajatest mitteolenevatel põhjustel või võistleja loobumisel võistlusel osalemisest osavõtumaksu ei tagastata.*

Tulemuste link: <https://marjamaaspordikeskus.ee/>

STARDIMATERJALID :

- Stardimaterjalide hulka kuuluvad stardinumbrid (jooks, ratas), ajavõtukiip, numbrite kinnitused, sponsorite materjalid.
 - Jooksunumber kinnitatakse kas haaknõeltega särgile või kui osalejal on kummipael olemas, siis kummipaela külge.
 - Võistkonnatriatloni võistkond saab oma ühe kiibi, mida võistlejad vahetusalas edasi annavad.
-
- Rattanumber kinnitatakse ratta lenkstangi külge.
Stardimaterjale välja andes kirjutavad sekretariaaditöötajad osalejate käele ja/või põsele stardinumbri ujumise etapi jaoks.
Stardinumber peab olema nähtav kogu võistluse vältel.
-
- Stardimaterjalide väljastamine toimub võistluspäeval, 5. juulil alates kella 10.00st kuni kl. 11.00 Järta Terviseraja võistluskeskuses.

Stardinumber on personaalne.

Konkreetsel stardinumbriga tohib võistelda ainult selle all registreeritud osaleja.

- Iga osaleja lapsevanem ja/või treener vastutab isiklikult noore võistleja tervisliku seisundi eest.
- Triatloni ujumisdistsants algab u. 15 km kaugusel võistluskeskuses. Võistlejal tuleb arvestada ajakuluga, mis on seotud võistluskeskusest Vana-Kubija Liivakarjääri jõudmisega.
(asukoht: <https://maps.app.goo.gl/vuAzHqyJED5m6whp9>).

- Korraldaja pakub vajadusel võistlejatele võistluskeskusest stardipaika transporti. Transpordi soovist teada anda aadressil marjamaasport@gmail.com
- Korraldaja transpordib soovi korral peale võistlust võistleja koti koos varustusega Vana-Kubija liivakarjääri vahetusalast Finišisse.
- Korraldajal on õigus lubada startida mitmel vanuseklassil korraga.
- Võistluste korraldaja ei vastuta võistleja poolt registreerimisel esitatud andmete õigsuse eest!

AUTASUSTAMINE:

- Mudilaste duatlonil ajavõttu ei toimu - selles võistlusklassis saavad kõik osalusmedali.
- Fun-klass- paremusjärjestust ei selgitata, kõik võistlejad saavad osalusmedali.
- Võistkonnatriatloni arvestuses autasustatakse parimat võistlkonda.
- Kõikide teiste võistlusklasside kolme paremat autasustakse.
- kõik osalejad saavad unikaalse Märjamaa Rahvatriatloni medali.

MEDITSIIINILINE ABI :

- Meditsiiniline abi on vajadusel tagatud kogu raja ulatuses. Märjamaa rajal hädasolijaid, palume osalejatel teatada sellest järgmisesse TP-sse, rajal liikuvatele eraldusmärkidega meditsiinitöötajatele, korraldamisega seotud inimestele või hädaabinumbri 112.

KATKESTAMINE :

- Võistluse meditsiinipersonalil ja kohtunikel on õigus võistleja rajalt ära kutsuda, kui nad peavad seda vajalikuks.

DISKVALIFITSEERIMINE :

- Korraldajatel on õigus võistleja diskvalifitseerida, kui võistleja ei täida võistluse reegleid, segab kaasvõistlejaid või takistab mõnel muul viisil võistluse korraldamist.

FOTOGRAFEERIMINE :

- Korraldajatel on õigus kasutada võistlusel korraldajate poolt tehtud fotosid ja videoid.

PROTESTID :

- Kõik protestid võistlustulemuste, määruste rikkumiste jne kohta esimese 50 lõpetaja osas tuleb esitada 1 tunni jooksul pärast 50. võistleja lõpetamist, teiste osavõtjate kohta 30 minuti jooksul pärast finiši sulgemist. Protesti tasu on 20 EUR, mis tagastatakse ainult protesti rahuldamisel.
-Kõik võistlustega seotud protestid lahendab võistluste korraldaja.
Juhendis käsitlemata juhud lahendavad korralduskomitee jooksvalt.

KONTAKT JA INFO:

Nimi: Ott Ojand

Tel.nr: 53315477

E-post: marjamaasport@gmail.com