

SK SAARDE KIIRUSLIKU VASTUPIDAVUSE TŠEMPIONAADI
JUHEND: **SÕUDEERGOMEETRI TÕMBAMISES** ja
JOONEJOOKSUS

EESMÄRK:

Tutvustada läbi võistlussarja sõudeergomeetrit CONCEPT 2. Pakkuda võimalust nädalavahetuse ühiselt sportlikult aega veeta. Propageerida tervislikku eluviisi ja arendada füüsilisi võimeid. Selgitada välja SK Saarde **kiirusliku vastupidavuse tšempionid 2010**.

KOHT:

Kilingi-Nõmme Spordihoone

AEG:

Alates **14. novembrist 2010** kuni **26. detsembrini 2010** igal laupäeval ja pühapäeval kell 12.00 – 20.00

OSAVÕTJAD:

Osaleda võivad kõik, kel huvi oma võimeid testida ja soov aktiivselt aega sisustada. Osalejad on kohustatud täitma Spordihoone kehtestatud sisekorra eeskirju (**NB! Puhtad saalijalanõud!**)

VANUSEKLASSID: M/N kuni 10 (ainult joonejooks)

M/N 10 – 13 sünd. 1997.-2000.a (ainult joonejooks)

M/N 14 - 16 sünd. 1994.-1996.a

M/N 17 - 19 sünd. 1991.-1993.a

M/N 20 – 29 sünd. 1981.-1990.a

M/N 30 – 39 sünd. 1971.-1980.a

M/N 40 - 49 sünd. 1961.-1970.a

M/N 50 - 59 sünd. 1951.-1960.a

M/N 60 - sünd. 1950.ja varem

DISTANTS:

Tõmbed sõudeergomeetril - 500 m

Joonejooksu distants spordihoone peaväljakul.

OSAVÕTUTASU:

Võistlustest osavõtt on TASUTA
Joonejooks kõigile soovijatele vabadel saaliaegadel.

AUTASUSTAMINE:

Võistluste pidulik lõpetamine ja autasustamine toimub 26.12.10 Spordihoones Saarde valla spordirahva TÄNUPÄEVAL. Kõikide vanuseklasside kolme paremat mõlemal võistlusdistantil eraldi (ergomeetri tõmmetes ja joonejooksus) autasustatakse SK SAARDE diplomiga koos eripreemiaga. Iga vanuseklassi **kiirusliku vastupidavuse tšempioneid** (ergomeetri tõmbed + joonejooks) autasustab SK Saarde medali ja diplomiga. Saarde Vallavalitsuselt tublimatele saardelastele **ÜLLATUSAUHINNAD!!!**

MUUD:

Aasta lõpuni (seitsmel nädalavahetusel) peetavatest etappidest summeeritakse iga võistleja neli paremat tulemust kummagil alal. Joonejooksu tulemused korrutatakse kahega. Tulemused fikseerib administraator või tema poolt selleks määratud isik. Paremusjärjestus selgitatakse mõlemal alal, kuid tšempioni arvestus toimub vaid nelja joonejooksu ja nelja ergomeetri distantsi läbimisel, kahes nooremas vanuserühmas ainult nelja joonejooksu tulemuste summeerimisel. Võistluste tulemused ja edetabel ilmuvad SK Saarde kodulehel www.sksaarde.ee

Võistlusi korraldab SK Saarde koostöös Saarde Vallavalitsusega.
Võistluste peakohtunik Toivo Tallo.

INFO:

SPORDIHOONE 44 92 752 spordihoone@sksaarde.ee