

ÜLDSÄTTED

1. Rakendamine:

- 1.1. Käesoleva juhendi eesmärgiks on ühtlustada sisesõudesarja (edaspidi „Sari“) osavõistluste programmi ja punktiarvestust.
- 1.2. Sisesõudesarja arvestuses osalevad võistlusklassid on osavõistluse programmis markeeritud alajoonega.
- 1.3. Osavõistluse korraldajal on õigus lülitada programmi sarjaväliseid võistlusklasse.
- 1.4. Osavõistluse korraldajal on õigus vajadusel ühildada eri võistlusklasse ühte sõitu.
- 1.5. Võimalusel kannab sari sponsori nime.

2. Võistluste toimumise aeg:

- 2.1. Võistluste toimumise kuupäevad on määratud vastava aasta sõudevõistluste kalendriga.
- 2.2. Korraldajal on õigus muuta võistluste algusaega kui see tuleneb suurest võistlejate arvust.

3. Registreerimine:

- 3.1. Võistlejate täpne nimeline koosseis tuleb esitada kirjalikult e-postiga vastava osavõistluse korraldajale võitlustele eelneva kolmapäeva kella 24:00-ks.
- 3.2. Registreering tuleb teha Korraldaja poolt ette antud vormi alusel (milline on avaldatud Sõudeliidu kodulehel)
- 3.3. Peale stardiprotokolli avaldamist on täiendavad registreeringud lubatud vabade kohtade olemasolu korral kuid sel juhul tuleb tasuda kahekordne osavõtutasu.

4. Loosimine

- 4.1. Loosimine toimub vastava osavõistluse juhendiga ette nähtud ajal.
- 4.2. Juhul kui vastava võistlusklassi osalejate arv ületab kasutuses olevate ergomeetrite arvu, loositakse võistlejad sõitusesse nii, et hilisemas sõidus oleksid täidetud kõik rajad.
(N: 12 rada, 30 osavõtjat -> 3 (eel)sõitu, 1. Sõit = 6 osalejat, 2.sõit 12 osalejat, 3.sõit 12 osalejat)
- 4.3. Stardiprotokollid avalikustatakse Sõudeliidu kodulehel üldjuhul 4 tundi peale loosimist.

5. Osavõtutasu sisesõudesarja võistlustel:

- 5.1. Osavõtutasu on määratud vastava võistluse juhendiga
- 5.2. Peale loosimist täiendavalt juurde registreeritud võistlejate osavõtutasu on kahekordne.
- 5.3. Osavõtutasu makstakse korraldajale.

6. Tervislik seisund

Iga võistleja vastutab ise oma tervisliku seisundi eest.

7. Kergekaalu sportlaste kaal sisesõudmise võistlustel:

- 7.1. Naiste kergekaalu võistleja maksimaalne kehakaal võib olla 61,5 kg.
- 7.2. Meeste kergekaalu võistlejate maksimaalne kehakaal võib olla 75,0 kg.
- 7.3. Kaalumine toimub 2 tundi kuni 1 tund enne vastava võistlusklassi starti.

8. Stardikäsklused:

Stardikäsklused antakse ergomeetri monitoride kaudu: „Ready“ – „Attention“ – „Row“ („Valmis“ – „Tähelepanu“ – „Sõua“)

9. Tehniline rike ergomeetril või võistlussüsteemis:

- 9.1. Kui tehniline rike toimus esimesel 100 meetril siis antakse kordusstart.
- 9.2. Kui tehniline rike toimus eelsõidus peale 100 meetri läbimist, antakse vastavale võistlejale (võistkonnale) võimalus läbida distants uuesti korraldaja äranägemisel mõnes teises võistlussõidus.
- 9.3. Kui paatide kujutused peatuvad suurel ekraanil vms, kuid ergomeetri monitorile ilmub tekst „Keep rowing“ ehk „jätka sõudmist“ tuleb sõuda lõpuni või kohtuniku märguandeni. Sellise rikke korral fikseerib ergomeeter võistleja individuaalse aja.

10. Piirangud

- 10.1. Võistlusergomeetritel on keelatud kasutada logikaarte ja monitoriga ühilduvat pulsimõõtjat.
- 10.2. Võistlejatel on võistlussõidu ajal keelatud kasutada kõrvaklappe/kuulareid (va vaegkuuljatele mõeldud vahendid)
- 10.3. Kõik võistlejad peavad alluma konkreetsel võistluspaigal kehtivatele sisekorra eeskirjadele. (näiteks vahetusjalatsite nõue vms)

11. Sarja ja etappide paremusjärjestus, auhinnad ja tiitlid

- 11.1. Igal etapil (osavõistlusel) selgitatakse konkreetse osavõistluse paremusjärjestus ja väljastatakse auhinnad vastavalt selle võistluse juhendile.

12. Sarja punktiarvestus:

- 12.1. Iga võistlusklassi võistlejatele jagatakse igal etapil kohapunktid järgnevalt: I koht 1 punkt, II koht 2 punkti jne
- 12.2. Etappide kohapunktid liidetakse
- 12.3. Vähima punktisumma saaja vastavas võistlusklassis on sarja võitja selles võistlusklassis.
- 12.4. Sarja üldvõitja selgitamiseks arvestatakse iga osavõtja kolme paremat tulemust neljast etapist.
- 12.5. Üldarvestuses osalemiseks peab võistleja olema osalenud vähemalt kolmel etapil.
- 12.6. Võrdsete punktide korral saab parema asetuse pikemal distantsil parema koha saanud võistleja.

13. Osavõtjate majandamine:

- 13.1. Kõik võistlustest osavõtuga seotud lähetus-, majutamis- ja toitlustamiskulud kannavad osavõtjad organisatsioonid või sportlased ise.
- 13.2. Võistluste korraldamisega seotud kulud kannab Korraldaja.

14. Erijuhtumid ja juhendiga reguleerimata küsimused:

- 14.1. Erijuhtumite korral võtavad võistluste Korraldaja ja žürii tarvitusel vajalikud meetmed.
- 14.2. Kõik võistlusreeglite ja juhenditega määratlemata jäänud küsimused lahendatakse võistluspaigas Korraldaja ja võistluste žürii poolt.
- 14.3. Iga osavõistluse korraldaja määrab võistlustele peakohtuniku.

Eesti meistrivõistlused sisesõudmises pikamaa distantsil (6000m)

Sisesõudesarja I etapp

1. Võistluste toimumise aeg ja koht:

- 1.1. vastavalt jooksva aasta võistluskalendrile
- 1.2. võistluspäeva algus kell 11:00

2. Registreerimine peab olema toimunud võistlustele eelneva kolmapäeva kella 24:00-ks e-posti teel aadressile info@soudeliit.ee, vastava vormi alusel.

3. Loosimine toimub Sõudeliidus võistlustele eelneval neljapäeval kell 15:00.

4. Osavõtutasud

- 4.1. Täiskasvanud – 6,00€ (kuus eurot) iga osavõtja kohta.
- 4.2. Noorte vanuseklassid – 4,00€ (neli eurot) iga osavõtja kohta.

5. Distantsid

- 5.1. 6000 m – Täiskasvanud, Vabaklassid, noorte A- ja B-vanuseklass, veteranid
- 5.2. 3000 m – parasõudjad,
- 5.3. 500m – noorte C-vanuseklass

6. Ulatus ja alluvus

- 6.1. Võistluste korraldajaks on Eesti Sõudeliit.

7. Programm

- 7.1. TC, PC, TB, PB, TA, PA, VN27-35, VN36-42, VN43-49, VN50-59, VN60+, VabaN, LTAN, LTAM, VM27-35, VM36-42, VM43-49, VM50-59, VM60+, VabaM, Nkk, N, Mkk, M.

8. Kvalifikatsioonisüsteem

- 8.1. Eelsõite ei korraldata.
- 8.2. Sõitusesse paigutamine toimub sportlaste isiklike rekordite alusel, kuid konkreetne rada loositakse.
- 8.3. Juhul kui registreerimisel ei ole sportlase isiklikku rekordit fikseeritud, siis loositakse tema rada varasemasse vastava vanuseklassi sõitu.
- 8.4. Iga vanuseklassi üldjärjestus selgitatakse aegade põhjal.
- 8.5. Kui sportlased saavutavad võrdse tulemuse, siis:
 - 8.5.1. üldjärjestuses parem koht fikseeritakse varasemas sõidus startinule.
 - 8.5.2. kui võrdne tulemus saavutatakse samas sõidus, saavad vastavad sportlased üldjärjestuses sama koha.

9. Tiitlid, auhinnad, diplomid

- 9.1. Iga võistlusklassi I koht annab ühtlasi Eesti Meistritiitli sisesõudmises pikamaa distantsil.
- 9.2. Iga vanuseklassi kolme esimest autasustatakse medali ja diplomiga.
- 9.3. C-vanuseklassi kolme esimest autasustatakse etapivõidu diplomiga.

Pärnumaa ja Sõudekeskus Kalev lahtised meistrivõistlused sisesõudmises

Sisesõudesarja II etapp

1. Võistluste toimumise aeg ja koht

- 1.1. vastavalt jooksva aasta võistluskalendrile
- 1.2. Võistluspäeva algus kell 12:00

2. Registreerimine peab olema toimunud võistlustele eelneva kolmapäeva kella 24:00ks e-posti teel aadressile reetpalm@gmail.com. Vabade kohtade olemasolul saab registreeruda võistluspaigas kell 10:00-10:30.

3. Loosimine toimub võistlustele eelneval neljapäeval Sõudekeskuses Kalev kell 17:00

4. Osavõtutasu

- 4.1. Täiskasvanud ja veteranid – 6,00€ (kuus eurot) iga osavõtja kohta.
- 4.2. Noorte vanuseklassid – 4,00€ (neli eurot) iga osavõtja kohta.

5. Distsantsid

- 5.1. 2000 m – Täiskasvanud, noorte A-vanuseklass.
- 5.2. 1000 m – noorte B-vanuseklass, vabaklass, veteranid
- 5.3. 500 m – noorte C-vanuseklass, võistkonnad.
- 5.4. 250 m – noorte D-vanuseklass, Talispartakiaadi võistkonnad.

6. Ulatus ja alluvus

- 6.1. Võistluste korraldajaks on Pärnu Sõudekeskus Kalev, Pärnumaa Spordiliit, Pärnu Spordiliit, Penteer OÜ.
- 6.2. Võistlus toimub Eesti Sõudeliidu järelevalve all.

7. Programm

9.4. TD, PD, TC, PC, TB, PB, TA, PA, VN27-35, VN36-42, VN43-49, VN50-59 VN60+, VabaN, LTAN, LTAM, VM27-35, VM36-42, VM43-49, VM50-59, VM60+, VabaM, Nkk, N, Mkk, M.

7.1. .

7.2. Võistkondlikud võistlused:

7.2.1.(võistkonnas on 4 sportlast, sh 1 peab olema naine).

7.2.2.Sõudeklubid eraldi võistkondi moodustada ei saa.

8. Kvalifikatsioonisüsteem

- 8.1. C- ja D-vanuseklassis ning võistkonnavõistlusel eelsõite ei toimu. Võistlejad loositakse sõitudesse ning lõplik paremusjärjestus selgitatakse aegade põhjal.
- 8.2. Igas võistlusklassis, kus on üle 12 võistleja peetakse eelsõidud, finaali pääseb 12 paremat eelsõidu aegade põhjal.
- 8.3. Kui eelsõitudes on võrdse tulemuse saavutanud mitu võistlejat, siis finaali pääsul saab kõrgema asetuse varasemas eelsõidus startinud võistleja.
- 8.4. Kui võrdne aeg sõidetakse välja ühes ja samas eelsõidus siis toimub vastavate võistlejate osalusel ümbersõit 100m distantsil.
- 8.5. Kui võrdne tulemus saavutatakse finaalis, saavad vastavad sportlased üldjärjestuses sama koha.

9. Tiitlid, auhinnad, diplomid

Iga võistlusklassi kolme esimest autasustatakse diplomiga, medali või märgiga ja lisaks võistlusklassi parimat auhinnaga.

Rahvusvaheline sisesõudevõistlus ALFA

Sisesõudesarja III etapp

1. Võistluste toimumise aeg ja koht

- 1.1. vastavalt jooksva aasta võistluskalendrile
- 1.2. Võistluspäeva algus kell 11:00

2. Registreerimine peab olema toimunud võistlustele eelneva kolmapäeva kella 24:00-ks e-posti teel aadressile

- 2.1. kollektiivsed registreeringud: info@soudeliit.ee
- 2.2. Individuaalsed registreeringud: www.alfarace.ee keskkonnas.

3. Loosimine toimub Sõudeliidus võistlustele eelneval neljapäeval kell 17:00

4. Osavõtutasu

- 4.1. Täiskasvanud – 8,00€ (kaheksa eurot) iga osavõtja kohta.
- 4.2. Noorte vanuseklassid – 5,00€ (viis eurot) iga osavõtja kohta.
- 4.3. Võistkonnad – 40,00€ (nelikümmend eurot) iga võistkonna kohta.

5. Distsantsid

- 5.1. 1000 m – individuaalvõistlejad
- 5.2. 500 m – võistkonnad.

6. Ulatus ja alluvus

- 6.1. Võistluste korraldajaks on Eesti Sõudeliit, EMT-Elion koos Tallinna Sõudeklubiga.
- 6.2. Võistlus toimub Eesti Sõudeliidu järelevalve all.

7. Programm

- 7.1. TC, PC, TB, PB, TA, PA, VN27-35, VN36-42, VN43-49, VN50-59, VN60+, VabaN, LTAN, LTAM, VM27-35, VM 36-42, VM43-49, VM50-59, VM60+, VabaM, Nkk, N, Mkk, M.
- 7.2. Võistkondlikud võistlused (võistkonna suurus 4 liiget):
 - 7.2.1. naiskonnad, meeskonnad
 - 7.2.2. kõrgkoolid/kaitsevägei naiskonnad ja meeskonnad
 - 7.2.3. koolide võistkonnad, kuni 9. klass (tüdrukute ja poiste võistkonnad)
 - 7.2.4. koolide võistkonnad, kuni 12. klass (neidude ja noormeeste võistkonnad)
- 7.3. Vajadusel on korraldajal õigus eri võistlusklasside võistlejad ühte sõitu kokku panna.

8. Kvalifikatsioonisüsteem

- 8.1. Kui võistlusklassis on üle 16 võistleja peetakse eelsõidud, finaali pääseb 16 paremat eelsõidu aegade põhjal.
- 8.2. Kui võistlusklassis on üle 4 võistkonna, pääseb finaali 4 paremat võistkonda eelsõidu aegade põhjal.
- 8.3. Kui eelsõitudes on võrdse tulemuse saavutanud mitu võistlejat (võistkonda), siis:
 - 8.3.1. finaali pääsul saab kõrgema asetuse varasemas eelsõidus startinud võistleja (võistkond).
 - 8.3.2. kui võrdne aeg sõidetakse välja ühes ja samas eelsõidus siis saab kõrgema koha võistkond, kes läbis summeerituna rohkem meetreid..
 - 8.3.3. kui võrdne tulemus saavutatakse finaalis, saavad vastavad sportlased (võistkonnad) üldjärjestuses sama koha.
- 8.4. Koolide (kuni 9. klass ja kuni 12. klass) võistkondadele eelsõite ei toimu.
 - 8.4.1. Võistkonnad loositakse sõitudesse ning lõplik paremusjärjestus selgitatakse aegade põhjal.
 - 8.4.2. Võrdse tulemuse korral saab kõrgema asetuse varasemas sõidus startinud võistkond.
 - 8.4.3. Kui võrdne tulemus saavutatakse samas sõidus, saavad vastavad võistlejad üldjärjestuses sama koha
 - 8.4.4. Võistkondlik arvestus koolide üldarvestuses toimub kohapunktide alusel kõigis neljas võistlusklassis kokku.

9. Tiitlid, auhinnad, diplomid

Iga võistlusklassi kolme esimest autasustatakse medaliga. Võistlusklassi parimat autasustatakse auhinnaga.

Eesti meistrivõistlused sisesõudmises

Sisesõudesarja IV etapp

1. Võistluste toimumise aeg ja koht

- 1.1. vastavalt jooksva aasta võistluskalendrile
- 1.2. Võistluspäeva algus kell 12:00

2. **Registreerimine** peab olema toimunud võistlustele eelneva kolmapäeva kella 24:00-ks e-posti teel aadressile info@soudeliit.ee, vastava vormi alusel.

3. **Loosimine** toimub Sõudeliidus võistlustele eelneval neljapäeval kell 15:00.

4. Osavõtutasu

- 4.1. Täiskasvanud – 8,00€ (kaheksa eurot) iga osavõtja kohta.
- 4.2. Noorte vanuseklassid – 5,00€ (viis eurot) iga osavõtja kohta.

5. Distantsid

- 5.1. 2000 m – Täiskasvanud, noorte A- ja B-vanuseklass, vabaklassid, parasõudjad, veteranid
- 5.2. 1000 m – noorte C-vanuseklass,

6. Ulatus ja alluvus

- 6.1. Võistluste korraldajaks on Eesti Sõudeliit.

7. Programm

- 7.1 TC, PC, TB, PB, TA, PA, VN27-35, VN36-42, VN43-49, VN50-59, VN60+, VabaN, LTAN, LTAM, VM27-35, VM 36-42, VM43-49, VM50-59, VM60+, VabaM, Nkk, N, Mkk, M.

8. Kvalifikatsioonisüsteem

- 8.1. Eelsõite ei korraldata.
- 8.2. Sõitusesse paigutamine toimub sportlaste isiklike rekordite alusel, kuid konkreetne rada loositakse
- 8.3. Juhul kui eelülesandmisel ei ole sportlase isiklikku rekordit fikseeritud, siis loositakse tema rada varaseimasse vastava võistlusklassi sõitu.
- 8.4. Iga vanuseklassi üldjärjestus selgitatakse aegade põhjal.
- 8.5. Kui sportlased saavutavad võrdse tulemuse, siis:
 - 8.5.1. üldjärjestuses parem koht fikseeritakse varasemas sõidus startinule.
 - 8.5.2. kui võrdne tulemus saavutatakse samas sõidus, saavad vastavad võistlejad üldjärjestuses sama koha.

9. Tiitlid, auhinnad, diplomid

- 9.1. Iga võistlusklassi I koht annab ühtlasi Eesti Meistritiitli sisesõudmises.
- 9.2. Iga vanuseklassi kolme esimest autasustatakse medali ja diplomiga.

IV etapi lõppedes autasustatakse Sõudesarja kokkuvõttes iga võistlusklassi kolme parimat medali ja diplomiga, võistlusklassi võitjat auhinnaga.

Kinnitatud Sõudeliidu juhatuse e-koosolekul 06-08.11.2015