

## JÄRELKASVU KOONDISTE VALIKSÜSTEEM TIITLIVÕISTLUSTELE 2020/2021 HOOAJAL

### TREENINGKOGUNEMISED

- **Talvelaager**  
U-19                      04.-10.01.2021 Jõulumäe            7 päeva
- **Varakevadine treeningkogunemine**  
U-19 ja U-23            08.-27.03.2021 Skradin            20 päeva
- **EMi eelne treeningkogunemine**  
U-19                      04.-10.05.2021 Pärnu                7 päeva  
U-23                      16.-22.08.2021 Pärnu
- **MMi eelne treeningkogunemine**  
U-23                      07.-20.07.2021 Pärnu                14 päeva  
U-19                      19.-31.07.2021 Pärnu
- **Baltic Cup'i eelne treeningkogunemine**  
U-18                      08.-12.09.2021 Pärnu                5 päeva

### KONTROLLSTARDID

- Väikesed paadid                      24.-25.10.2020 Tartu
- C 6000m EMV                            21.11.2020 Viljandi
- C 2000m PMV                            12.12.2020 Pärnu
- C 1000m Alfa                            23.01.2021 Tallinn
- Kang                                        14.02.2021 Kohtadel
- Jooks 3000m                            13.02.2021 Pärnu
- C 2000m EMV                            06.03.2021 Tartu v virtuaalne
- Croatia Open                            27.-28.03.2021 Zagreb
- Emajõe KV                                24.-25.04.2021 Tartu
- Koondiste katsevõistlused            01.-02.05.2021 Viljandi
- Eesti KV                                    29.05.2021 Pärnu
- Balti Cup-i katsevõistlus            04.-05.09.2021 Viljandi

### VÕISTLUSED

- Croatia Open                            27.-28.03.2021 Zagreb
- Emajõe KV                                24.-25.04.2021 Tartu
- U19 EM                                    21.-23.05.2021 München
- Eesti KV                                    29.05.2021 Pärnu
- Eesti MV sprint                        12.06.2021 Tallinn
- Merevaigust Aer                        25.-27.06.2021 Trakai (MM-i koondiste valikvõistlus)
- U23 MM                                    07.-11.07.2021 Racice
- EUSA Games                            14.-16.07.2021 Belgrad
- Balti MV                                    17.-18.07.2021 Viljandi
- U19 MM                                    11.-15.08.2021 Plovdiv
- U23 EM                                    03.-05.09.2021 Kruszwica
- Balti Cup                                    25.-26.09.2021 Trakai

## PUNKTISÜSTEEM

### SÕUDMINE: Väikeste paatide regatt 2020 ja Emajõe KV 2021

Paadiklass	2000m WBT (mm:sek)	2000m WBT -> sek	4000m WBT (mm:sek)	4000m WBT sek
M1x	06:31	391	13:02	782
M2-	06:08	368	12:16	736
N1x	07:08	428	14:16	856
N2-	06:50	410	13:40	820
Alus: vastava paadiklassi tippaeg (World Best Time), Valem: (tippaeg sekundites : tulemus sekundites) x 100				
<b>Näide:</b> M1x 2000m tulemus 7:00,0 = 420 sek <b>Valem:</b> 391 sek : 420 sek x 100 = 93,1 punkti				

### SISESÕUDMINE: Eesti MV - 6000m, Pärnumaa MV – 2000m, Alfa – 1000m, Eesti MV – 2000m

Klass	WBT (min:sek,0)			WBT (sek)		
	6000m	2000m	1000m	6000m	2000m	1000m
M	18:03,1	05:35,8	02:39,9	1083,1	335,8	159,9
Mkk	19:16,0	05:56,7	02:53,4	1156,0	356,7	173,4
N	20:17,7	06:22,8	03:04,9	1217,7	382,8	184,9
Nkk	21:56,7	06:53,8	03:28,2	1316,7	413,8	208,2
Alus: tippaeg (World Best Time) M; N; Mk/k; Nk/k, Valem: (tippaeg sekundites : tulemus sekundites) x 50 ja 1000 m x 25)						
<b>Näide:</b> M C 2000m tulemus 6:00,0 = 360 sek <b>Valem:</b> 335,8 sek : 360 sek x 50 = 46,6 punkti						

### ÜKE: jooks 3000m

P võitja aeg (PA parim aeg) 10.00 (600:600)x25=25,00

T võitja aeg (TA parim aeg) 12.34 (754:754)x25=25,00

- Et kandideerida koondisesse tuleb osaleda kõigil plaanilistel kontroll- ja testvõistlustel.
- Punktitabeli arvestust peetakse väikestel paatidel osalenute vahel
- Kõik võistlused lähevad arvesse ja võrdsete punktide korral on parem see kes on näidanud parimat tulemust 2000m sõudedistantsil
- ÜKE teste on võimalik mõjuval põhjusel teha kas enne võistlust (eksam, olümpiaad jne.) ja pärast võistlust (haigus) nädala jooksul.
- **KANG** (punktisarvestust ei peeta, kuid test tuleb sooritada: 240x, max tõmme ja rinnale) (kangi 240x raskus: **M**-55kg, **U-23**-50kg, **U-19**-45kg ja **N**-40kg, **U-23**-35kg, **U-19**-30kg).

## VALIKSÜSTEEM TREENINGLAAGRISSE/TIITLIVÕISTLUSTELE

- Treeninglaagrisse paremustabeli alusel **U19** - 7 (vajadusel komisjoni poolt kuni 3), **U23** - 7 (vajadusel komisjoni poolt kuni 3)
- **EM**-i ja **MM**-i koondiste väljasaatmise kriteeriumiks on mudelaegade täitmine ametlikel võistlustel ja koondiste ametlikel katsevõistlustel
- **U-19 EM**-ile koondise katsevõistluste alusel (01.-02.05.21)
- **U-23 MM**-ile koondise katsevõistluste (01.-02.05.21) või eelnevate ametlike võistluste põhjal. **PS! Lõplik kinnitamine Merevaigust aerul (ülesandmine ei ole veel lähetamine).**
- **U-19 MM**-ile Merevaigust aeru regati tulemuste põhjal või eelnevate ametlike võistlustulemuste põhjal
- **U-23 EM**-ile hooaja ametlike võistlustulemuste põhjal
- **NB! Kui normi täitjaid ei ole, siis teeb otsuse spordikomisjon ja kinnitab SL juhatus**

### KATSEVÕISTLUSED

01.-02.mai ja 06.-07.september 2021 VILJANDI

- **PAADIKLASSID** 1x, 2-, 2x, 4-, 4x ja vajadusel 8+ (võistlustele lubatakse Emajõe KV esimesed 8 kohta ühestel (1x) + 4 spordikomisjoni otsusel ja esimesed 4 kohta kahestel (2-) + 2 spordikomisjoni otsusel)
- **1. PÄEV** kell 12.00 eelsõit 1x ja 2- hajutamine Emajõe KV 2000m põhjal 1.-3. koht pääseb A finaali ja 4.-6.koht pääseb B finaali kell 17.00 finaalsõidud vastavalt programmile
- **2. PÄEV** 10.00 treening 2x ja 4- (paariline valitakse sportlase ja treeneri poolt, kuid mitte rohkem kui üle kahe sportlase näit. 1. kuni 4.koha, 2. kuni 5.koha jne.) kell 16.00 finaalsõidud vastavalt programmile
- **3. PÄEV** 10.00 treening 4x ja 8+ (paatkonnad komplekteeritakse treenerite koosoleku arutelu põhjal projektijuhi ja peatreeneri nõusolekul) kell 15.00 finaalsõidud vastavalt programmile

**PS! Kõik sportlased on kohustatud läbima kogu komplekteerimise (näit. 1x võitja võistleb lõpuni jne.)**

### KOKKUVÕTTEKS / EESMÄRGID

- Aastamaht 550-600 tundi
- Aruandlus Sportlyzeris
- Nädala maht 12 - 15 tundi (tavanädalal)
- Treeninglaagris 18 tundi +/- tundi
- Katsevõistlus (1x/2-, 2x/4-, 4x/8+)
- Balti Cup komplekteerimine katsevõistluste põhjal.

## MUDELAJAD aastaks 2021

M/N	Klass	WBT*	MM	U23	U19MM	U19EM
			+5%	EM+MM	+11%	+12%
Mehed	M1x	6:30,74	6:50,2	7:02,0	7:13,7	7:17,6
	M2-	6:08,50	6:26,9	6:38,0	6:49,0	6:52,7
	M2x	5:59,72	6:17,7	6:28,5	6:39,3	6:42,9
	M4-	5:37,86	5:54,8	6:04,9	6:15,1	6:18,4
	M4+	5:58,96	6:16,9	6:27,7	6:38,5	6:42,1
	M4x	5:32,26	5:48,9	5:58,9	6:08,9	6:12,2
	M8+	5:18,68	5:34,6	5:44,2	5:53,8	5:56,9
Naised	W1x	7:07,71	7:29,1	7:41,9	7:54,7	7:59,0
	W2-	6:49,08	7:09,6	7:21,8	7:34,1	7:38,2
	W2x	6:37,31	6:57,2	7:09,1	7:21,0	7:25,0
	W4-	6:14,36	6:33,1	6:44,4	6:55,6	6:59,3
	W4+	6:43,86	7:04,1	7:16,2	7:28,3	7:32,4
	W4x	6:06,84	6:25,1	6:36,1	6:47,1	6:50,8
	W8+	5:54,16	6:11,9	6:22,5	6:33,2	6:36,7
	Mkk	LM1x	6:41,03	7:01,1	7:13,1	
LM2-		6:22,91	6:42,0	6:53,5		
LM2x		6:05,36	6:23,7	6:34,6		
LM4-		5:43,16	6:00,4	6:10,7		
LM4x		5:42,75	5:59,9	6:10,2		
Nkk	LW1x	7:24,46	7:46,7	8:00,1		
	LW2-	7:18,32	7:40,2	7:53,4		
	LW2x	6:47,69	7:08,1	7:20,3		
	LW4-	6:36,40	6:56,2	7:08,1		
	LW4x	6:15,95	6:34,8	6:46,1		

\*WBT - World Best Time

**PS! k/k normi täitmiseks peab olema sportlane kaalutud FISA reeglite kohaselt  
Normi täitmine seisval veel**

Kinnitatud spordikomisjoni poolt 19.11.2020