

KoMo Suusasari 2010 ja maakonna meistrivõistlused
JUHEND

1. Osalejad

Osaleda võivad kõik soovijad, olenemata elu-, töö- või õppimise kohast.

2. Vanuseklassid

Arvestust peetakse tüdrukute/poiste (meeste/naiste) seas eraldi alljärgnevalt:

M10 ja N10 - 2000 ja hiljem sündinud

M12 ja N12 - 1997 ja 1999 sündinud

M14 ja N14 - 1996 ja 1997 sündinud

M16 ja N16 - 1994 ja 1995 sündinud

M18 ja N18 - 1992 ja 1993 sündinud

Meeste põhiklass -1971 -1991 sündinud

Naiste põhiklass -1976 -1991 sündinud

MV I - 1961 – 1970 sündinud

MV II - 1960 ja varem sündinud

NV I - 1966 – 1975 sündinud

NV II – 1965 ja varem sündinud

* Korraldajal on õigus ühisstartiga võistlustel lubada startida mitmel vanuseklassil korraga.

3. Võistluste kava

<u>Kuupäev</u>	<u>Koht</u>	<u>Kirjeldus</u>
17. jaanuar	Järvakandi	Rapla mk. MV, vabastiili lühidistsantsid, eraldistart
23. jaanuar	Järta	Rapla mk. MV, kl. stiili lühidistsantsid, eraldistart
14. veebruar	Paluküla	Rapla mk. MV, klassikasprint
24. veebruar	Paluküla	Rapla mk. MV, vabastiili pikad distantsid, ühisstart
27. veebruar	Paluküla	Rapla mk. MV, kl. stiili pikad distantsid, ühisstart
7. märts	Paluküla	Rapla mk. MV, suusavahetusega sõit, ühisstart

4. Arvestus ja autasustamine

Etapi punktiarvestus:

1. koht 50 p

2. koht 46 p

3. koht 43 p

4. koht 41 p

5. koht 40 p, edasi iga järgmine koht ühe punkti võrra vähem.

Igal etapil autasustatakse iga vanuserühma kolme parimat võistlejat diplomiga. Maakonna meistrivõistluste medalid antakse välja juhul, kui vanuseklassis on vähemalt 5 osalejat. Maakonna meistri medal antakse välja juhul, kui vanuseklassis on vähemalt 3 osalejat.

KoMo karikasarja arvestusse lähevad 4 võistluse tulemused 6-st.

KoMo karikasarja üldarvestuses autasustatakse vanuserühmade kolme parimat karikaga. Karika väljateenimiseks peab võistleja saama tulemuse vähemalt 3-lt etapilt.

5. Võistluste algus

Võistluste esimene start algab kell 12.00.

Võistlejate registreerimine algab kell 11.00 võistluspaigas.

6. Võistluste stardimaks

Stardimaks täiskasvanutelt (võistlusklassid M, MV I, MV II, N, NV I ja NV II) on 25 krooni.

7. Korralduse muudatused

Korraldajal on õigus muuta etappide toimumise järjekorda, toimumisaega ja toimumiskohta.

8. Informatsioon

Kõige ajakohasem informatsioon internetis:

Rapla Maakonna Spordiliidu www.raplamsl.ee ja

Raplamaa Rattaklubi KoMo kodulehel www.komo.ee

Täiendav teave suusavahetusega sõidu kohta:

Suuski **tuleb** vahetada, keppe ja saapaid võib vahetada.

Mööndus - kui kellelgi ei ole 2 paari suuski ja soovib sõita 1 paariga, siis vahetusalas võtab suusad jalast, astub suuskadelt maha ja siis paneb suusad uuesti alla.