



EESTI LAHTISED AVAVEEÜJUMISE MEISTRIVÕISTLUSED
4x1,5 km TEATEÜJUMINE
10 km MARATONUJUMINE

JUHEND 2023

Aeg ja koht

Võistlused toimuvad 12. - 13. augustil 2023. a. Elva linnas, Verevi järves.

Võistluskeskus asub Verevi järve rannas.

Ajakava

12. august

- 11:30 Stardimaterjalide väljastamine 4x1,5 km teateujumisele ja 1 km rahvadistantsile (lõpeb 15 min enne vastava distantsi algust!)
- 12:50 Peakohtunik tutvustab rahvadistantsi ujujatele reegleid, võistlusrada ja raja spetsiifikat
- 13:00 1 km rahvadistantsi start
- 13:50 Peakohtunik tutvustab teateujujatele reegleid, võistlusrada ja raja spetsiifikat
- 14:00 4x1,5 km start
- 16:30 Meistrivõistluste autasustamine. Algusaeg on orienteeruv ja sõltub viimase võistleja finišeerimisest (15 min peale seda).

13. august

- 10:00-10:45 Stardimaterjalide väljastamine 10 km distantsile
- 10:50 Peakohtunik tutvustab ujujatele reegleid, võistlusrada ja raja spetsiifikat
- 11:00 10 km maratonujumise start
- 14:30 Meistrivõistluste autasustamine. Algusaeg on orienteeruv ja sõltub viimase võistleja finišeerimisest (15 min peale seda).

Distantsid ja vanuseklassid

Meistrivõistluste distantsid

4 x 1,5 km teateujumine 2M+2N

absoluutklass
juuniorid U19 (s.a. 2004 ja hiljem)
noored U16 (s.a. 2007 ja hiljem)
masters 100 - 159
masters 160 - 239
masters 240 +

10 km maratonujumine

absoluutklass M, N

Eesti meistrivõistluste arvestuses on õigus osaleda kõikidel sportlastel, kellel on Eesti kodakondsus (v.a. *Masters* meistrivõistluste arvestuses, kus võivad osaleda ka välisriikide litsentseeritud ujujad).

Välisriikide litsentseeritud ujujate võistkonnad võivad osaleda väljaspool arvestust.

Lisatingimused:

- EULi litsentsi olemasolu
 - Vanuseklassi kuulumine (NB! 10 km distantsil 14-a. ja vanemad!)
 - Määrustepärane ülesandmine
 - Stardimaksu tasumine
- Vanuseklassi kuulumist arvestatakse seisuga 31.12.2023.
 - Teateujumise võistkonnad peavad koosnema ühe klubi liikmetest.
 - Masters-võistkonna liige peab olema vähemalt 25-aastane, vanuseklass määratakse kõigi 4 liikme vanuste summeerimisel.
 - Võistlustrassid on tähistatud poidega ning rajaskeem on nähtav võistluskeskuses.
 - Teateujumises on ujumisjärjestus on vaba. Võistkonna iga liige läbib ringi ühe korra. Võistkonna liikmeid või ujumisjärjestust võib vahetada ka kohapeal võistluskeskuses kuni 13:45. Võistkonna vanuseklassi pärast ülesandmistähtaega muuta ei saa.

Rahvadistants (meistrivõistluste väline distants)

1 km ujumine kõigile avatud ujumine 1 km ringil

Korraldus

- Võistluste peakorraldaja on Eesti Ujumisliit koostöös Meisterujumise U-Klubiga ja MTÜ-ga Uju talvel.
- Võistluse korraldamise aluseks on WA võistlusmäärused ja EUL-i võistluste üldjuhend.
- 16-aastased ja vanemad osalejad vastutavad oma tervisliku seisundi eest isiklikult, mida nad tõendavad allkirjaga tervisliku seisundi deklaratsioonil (TSD, mida saab täita koha peal). Alla 16-aastaste osalejate tervisliku seisundi eest vastutab allkirjaga TSD-l lapsevanem või treener.
- Võistlused toimuvad vaid juhul, kui veetemperatuur on vähemalt 16 kraadi ja alla 31 kraadi.

Autasustamine

- Meistrivõistluste kõikide distantside kõikide vanuseklasside kolme paremat autasustatakse meistrivõistluste medalitega.
- Rahvadistantsil autasustamist ei toimu. Distantsi läbimise aeg fikseeritakse protokollis. Kõigile lõpetajatele diplom ja osalejamedal.
- Korraldajal on õigus panna välja eri- ja loosiahindu.

Registreerimine ja stardimaks

- Registreerida saab kuni 11.augustini 2023 lehel iceswim.ee.
- Stardimaks:
 - 4x1.5 km teateujumine: kuni 8.aug – 40 eurot / võistkond.
9. - 11. aug – 60 eurot / võistkond
 - 10 km maratonujumine: kuni 8. aug – 15 eurot
9. – 11. aug – 20 eurot
 - 1 km rahvaujumine: kuni 11. aug – 10 eurot
kohapeal – 15 eurot
- Stardimaks tuleb tasuda Eesti Ujumisliidu arvele : EE037700771008720022 , selgitusse „võistleja või klubi nimi ja Eesti avavee MV“. Arve soovist anda teada enne make sooritamist!
- Meistrivõistlustele kohapeal registreerimist ei toimu!

Reeglid ja muud tingimused ja täpsustused

- Kui veetemperatuur on **+18 C kuni +31 C, on lubatud ainult tekstiilist ujumiskostüümid**, mis ei kata kaela ja õlgasid ega ulatu allapoole pahkluid (WA III p 7.1) ning kostüümil ei tohi olla lukke, haake jm kinnitusvahendeid (FRSA 4.1.6).
- Kasutada võib ujumisprille, maksimaalset kahte (2) ujumismütsi, ninaklambrit ja kõrvatroppe . NB! Vähemalt ühe ujumismütsi kandmine on kohustuslik!
- Alla 18-kraadise veetemperatuuri korral on lubatud kasutada kalipsosid.
- Võistluste korralduskomiteel koostöös EUL-i esindajaga on õigus äärmuslike ilmastikutingimuste puhul kaaluda ka distantsi lühendamist, et tagada võistlejate turvalisus. Arvesse tuleb võtta lisaks veetemperatuurile ka muid tingimusi (õhutemperatuur, tuul, lainetus) ning olusid ja võimalusi stardi- ja finišipaigas (nt. sooja duši või sauna olemasolu jmt). Vastavatest otsustest tuleb osalejatele teada anda esimesel võimalusel, aga hiljemalt võistlusele eelneva päeva kella 20-ks.
- Tagamaks kõigi võistlejate turvalisust, ei ole meistrivõistlustel lubatud ehted ega käekellad. Samuti peavad ujujate sõrme- ja varbaküüned olema lõigatud ning mõistliku pikkuse ja kujuga, et mitte vigastada kaasvõistlejaid. Kohtunikel on õigus mitte lubada starti võistlejat, kes käesolevaid reegleid eirab.

- **Start** on kõigil distantsidel veest, **finišeerimine** käe puutega vastu silda (tähistatud).
 - **Teateujumise** vahetuse üleandmine toimub vees, nähtava füüsilise kontaktiga. Vahetust lõpetav ujuja puudutab finišiseina, fikseerides enda ringiaja ja seejärel annab vahetuse üle, puudutades vees vahetusalas ootavat järgmist oma võistkonna ujumat.
 - **10 km distantsil** fikseerib ujuja iga ringi järel käepuutega oma ringiaja finišiseinal, siirdudes seejärel uuele ringile.
 - **10 km distantsil** tohib ujujale ulatada süüa või juua ainult tähistatud toitmisalal **toitmiskepi** abil (WA reeglid). Keelatud on pudeli või söögi andmine käest. Keelatud on visata jootja poolt ujujale midagi vette.

- Terve distantsi vältel ei tohi ujuja panna jalgu põhja, hoida kinni servast ega poist.

- Teateujumises on ajalimiit 2 h 15 min, 10 km distantsil 3h 15 min ja rahvadistantsil 50 min.

- **Turvalisus** - distantsi ajal saadavad ujujaid saatepaat ning SUP-laudadel turvajad. Rannas on **info** võistluse kohta, teavitatakse rannasolijaid ja veesõidukite laenutuspunkte ujujate arvestamise vajadusest.

- Kõik juhendis käsitlemata või vaidlusalased küsimused lahendab peakohtunik koostöös võistluste korralduskomiteega.

Korraldajad ja kontaktid:

Eesti Ujumisliit
Peakohtunik
Uju talvel MTÜ

Kristiina Arusoo, +372 5665 6831, avavesi@swimming.ee
Sander Paavo, +37253465016
Rauno Pärn, +372 5543934, raunoparg@gmail.com

