

Teemad:

1. Kaidi Kivioja võistles U23 MM-il Londonis
2. Kirill Kotšegarov stardib eeloleval nädalavahetusel USA-s Lake Tahoe Ironmanil
3. Eesti Koolisportdi Liidu egiidi all toimus 14. septembril Tabasalu basseinitriatlon
4. Saaremaa duatlon, EKV IV etapp toimub 21. septembril
5. Kutse RKM Kõrvemaa rattamaratonile
6. Treenerite koolituskalender
7. Soome KUTU triathlon kutsub treeninglaagrisse
8. Loengutesari haarstussportlastele
9. EOK kuulutab välja teadusprojektide konkursi

1. Rahvusvahelise Triatloni Liidu ITU MM-sarja finaaletapil Londonis selgitati välja 2013.a. maailmameistrid. Naiste U-23 vanuseklassis võistles ka meie Kaidi Kivioja, lõpetades võistluse 33. kohaga.

Londoni Hyde Park'i kuulsatel olümpiaradadel aset leidnud võistlusele oli kohale saabunud kogu maailma triatloniparemik, mis andis Kaidile hea võimaluse võrrelda oma hetkevormi selle ala tipptegijatega.

Kaidi start toimus traditsioonilisel olümpiadistantsil, mis koosneb 1,5 km ujumisosast, 40 km rattasõidust ja 10 km jooksuetapist. Kaidi lõpetas ajaga 2 tundi, 6 minutit ja 20 sekundit, mis andis talle finišis 33. koha. U-23 maailmameistriks krooniti naiste arvestuses austraallanna Charlotte McShane, kes tihedas lõpuheitluses saavutas võiduajaks 1:55:38. Naiste esikolmik mahtus seejuures kolme sekundi sisse.

Eliitklassi meestest krooniti maailmameistriks Javier Gomez ja naistest Non Stanford.

Juba teist aastat järjest tõi hooaja viimane MM-etapp endaga kaasa haarava finišiheitluse hispaanlase Javier Gomez ja inglase Jonathan Brownlee vahel. Ja sarnaselt möödunud aasta finaaletapile oli jällegi Gomez see, kes tegi uskumatu viimase hetke lõpuspurdi, kindlustades sellega oma karjääri kolmanda ITU maailmameistri tiitli.

Vaid napid 200 meetrit enne lõppu näis juba, et Brownleel on õnnestunud hispaanlane otsustavalt maha raputada, kuid hetk enne lõpujoone ületamist oli Gomez end taas esikohakonkurentsi pressinud. Siit edasi oli Brownlee ka murtud ning ajaga 1:48:16 läks Londoni etapivõit ühes tänavuse MM-tiitliga Javier Gomezile. Kahte kanget jäi finišis lahutama kõigest üks sekund.

Jonathan Brownlee teine koht tähendas inglasele hõbemedalit ühtlasi ka MM-sarja üldkokkuvõttes. Gomez kaasmaalane Mario Mola lõpetas Londoni etapi kolmandana, tagades sellega sarja üldarvestuses endale pronksi.

Sarja üldliidrina Londoni etapile läinud olümpiavõitja Alistair Brownlee võidulootused kustusid ühes rattaetapi lõpus välja lõõnud Achilleuse kõõluse vigastusega. Ehkki siirdunud küll liidergrupi hulgas 10 km pikkusele jooksurajale, hakkas Alistair peagi oma konkurente järjepanu mööda laskma. Tugevalt longates ületas Alistair finišijoone lõpuks 52. kohaga, mis kukutas ta sarja üldarvestuses neljandaks.

Omamoodi dramaatiliseks kujunes ka naiste võistlus, kus ajaga 2:01:32 finišeeris võitjana Walesist pärit Non Stanford, edestades 25 sekundiga iirlannat Aileen Reidi ja temast veel kolm sekundit hiljem lõpetanud austraallannat Emma Moffatti. Ühes Londoni finaaletapi võiduga krooniti Non Stanford ühtlasi ka tänavuse hooaja maailmameistriks.

Üldarvestuses sarja liidrina startinud Gwen Jorgenseni sõit, ühes võimalusega kindlustada maailmameistri tiitel, lõppes vihmaveest libedal rattarajal, kus raske kukkumine sundis



ameeriklannat võistluse pooleli jätma. Oluliselt paremini ei kulgenud ka üldarvestuses teisena MM-tiitlit püüdma läinud sakslanna Anne Haugi käsi, kelle tavatult nõrk ujumine kukutas sakslanna konkurentsist juba võistluse algfaasis. Siiski oli Londoni finaaletapil saavutatud 34. koht Haugi jaoks piisav, et hooaja üldarvestuses pronksmedalile jõuda.

Tänavuse MM-sarja hõbemedali teenis kodupubliku suureks rõõmuks inglanna Jodie Stimpson, olles Londoni finaaletapil ajaga 2:02:06 neljas.

2. Kirill Kotšegarovi võistlushooaeg jätkub 22. septembril USA-s Lake Tahoe Ironmaniga. Karmivõitu kliimas ootab Kirilli pühapäeval ees tõsine katsumus, kus lisaks distantsi pikkusele (3,8+180+42) tuleb võidelda ka külmaga.

Võistluste käigule saab kaasa elada:

<http://eu.ironman.com/triathlon/events/americas/ironman/lake-tahoe.aspx>

3. Eesti Koolispordi Liidu egiidi all toimus laupäev, 14. septembril 16. Tabasalu laste ja noorte basseinitriatlon.

Võistluse eesmärgiks on spordi- ja liikumisharrastuse propageerimine kooliõpilaste hulgas. Triatlonivõistlusest võtsid osa 36 kooli õpilaste võistkonnad, kellest edukaimaks osutus Rakvere Gümnaasiumi võistkond Tabasalu Ühisgümnaasiumi ees..

Tabasalu basseinitriatlonil toimud kaks starti : 100m ujumist + 2,9km rattasõitu + 1km jooksu ning 200m ujumist + 8,1km rattasõitu + 2km jooksu. Arvestust peeti klassirühmade kaupa: 1.- 3. klass, 4. - 5. klass, 6. - 7. klass, 8. - 9. klass ja 10. - 12. klass.

Võistluste avaala, ujumine, toimus Tabasalu Spordikompleksi ujulas. Vastavalt ujumisetapil saavutatud tulemustele starditi rattaetapile Gunderseni meetodil, mis tähendab seda, et esimesena startis rajale kõige kiirem ujuja ja iga järgmine pääses rattarajale nii mitu sekundit hiljem, kui palju ta liidrile ujumises kaotas. Ratastega sõideti Tabasalu tänavatel 2,6km pikkune ring ümber Spordikompleksi, jooksuetapp toimus kooli kõrval asuvas parkmetsas.

I stardi kiireimad olid sel suvel oma vanuseklassides kõik triatlonivõistlused võitnud Kaarel Trepp Rakvere Gümnaasiumist ja Marie-Elisabeth Martinson Tallinna Prantsuse Lütseumist. Oma klasside võitjateks tulid veel Laura-Liis Valdmaa ja Rasmus Boisen ning Getriin Marii Lessing ja Oskar Hanko. II stardi kiireim oli Audentes Spordikoolis õppiv Elva noormees Cevin Anders Siim, kiireim neiu oli Rakvere Gümnaasiumi esindanud Laura Kallas. 8.-9. klasside arvestuses võidutsesid Tabasalu Ühisgümnaasiumi noored Heikko Peensaar ja Katrin Glück.

4. EKV duatloni karikasarja IV etapp Saaremaa duatlon toimub Kuressaares 21.septembril.

Stamina SK eestvedamisel toimub järjekorras juba 18. Saaremaa duatlon, mis alates 1995.aastast on Jaan Pehki ja Kristjan Raiendi mälestusvõistlus. Just 1994.a.enne Estonia laevale minekut oli Saaremaal, Kuressaares toimunud duatlonivõistlus viimane jõuproov, millest Kristjan Raiend ja Jaan Pehk osa võtsid ja seda ka korraldada aitasid.

Saaremaa duatloni võistluskeskus asub Kuressaare tervisepargis, kus toimuvad ka duatloni jooksuetapid. Rattaetapp toimub lõigul Kuressaare tervisepark – Marientali tee-Roomassaare tee-Roomassaare sadam.

Saaremaa duatloni raames korraldatakse kolm distantsi. Lastele mõeldud lasteduatloni start on 11.30, noortele ja harrastajatele mõeldud noorteduatlon stardib 12.30 ja tõsisemate harrastajate jaoks on kell 14 lähte saav põhidistants, kus tuleb joosta 8 km, sõita rattaga 33 km ja lõpuks joosta 4 km.



TRIATLONI INFOKIRI 36

19.09.2013

Saaremaa duatloni info ja registreerimine www.stamina.ee/triatlon

Saaremaa duatloni rajaskeem

<http://www.stamina.ee/resources/editor/File/2012Saaremaa%20duatloni%20RADA.pdf>

Saaremaa duatloni juhend

<http://www.stamina.ee/triatlon/index.php?menuID=731&ids=726%7C731> ja

registreerimine

<http://www.stamina.ee/triatlon/index.php?menuID=647&ids=647>

Klubide registreerimisleht

<http://www.stamina.ee/resources/editor/File/2013SaaremaaDuatlonKlubiRegLeht.xls>

Hea lisapõhjuse veeta sportlik nädalavahetus Saaremaal annab pühapäeval, 22.septembril osalemine Kuressaare Loode tammikus toimuval 128. Pööripäevajooksul

<http://www.saaremaajooks.ee/PPJ/index.php> .

Saaremaa duatlon on Saaremaa multispordi seeriavõistluse finaaletapp. Seeriavõistluse arvestusse lähevad veel 6. juulil toimunud Orissaare 7. triatloni ja 31. augustil toimunud Tõrise triatloni tulemused. Orissaare triatlonil osales 65 võistlejat, kus distantsil 350m ujumist + 15km rattasõitu + 4km jooksu võitsid meestest Priit Ailt ja naistest Alma Sarapuu. Kaarma vallas, Tõrise triatlonil ujuti 700m, sõideti rattaga 15km ja joosti 4km. Kiireim mees rajal oli Toomas Ellmann ja kiireim naine Raili Raudsepp.

Peale Saaremaa duatloni autasustamist tehakse kokkuvõttes ka Saaremaa kolme etapi kokkuvõttes. Meestest on hetkel liider Karel Lõbu ja naistest Reine Väli.

5. RMK KÕRVEMAA RATTAMARATON toimub 21. septembril Sportland Kõrvemaa Matka- ja Suusakeskuses (Anija vald, Harjumaa).

Soodusregistreerimine RMK Kõrvemaa Rattamaratonile kestab 17. septembrini!

40,5 km osalustasu on 20 EUR ja 20,5 km 15 EUR. Perepileti (2 täiskasvanut ja üks või rohkem lapsi kuni 14a) hind 35 EUR. Viimases registreerimisvoorus (18.-21.september) on hinnad vastavalt 25 ja 20 eurot, perepilet 45 eurot.

Registreerimine internetis lõpeb reedel, 20.septembril kell 15.00. Grupi registreerimislehtede saatmise tähtaeg on 13.september. Ümberregistreerimisi on võimalik teha kuni 19.septembri kella 17.00ni. Registreeruda saab ka kohapeal Sportland Kõrvemaa Matka- ja Suusakeskuses 21.septembril kell 10.00-12.45.

RMK Kõrvemaa Rattamaratonil on kavas 40,5 km võistlusdistants ja 21,5 km terviserada.

Lastele toimuvad lastesõidud.

10.00 Võistluskeskuse avamine

11.30 RMK laste rattasõidud

11.55 RMK Kõrvemaa Rattamaratoni avamine

12.00 RMK Kõrvemaa Rattamaratoni 40,5 km START

12.45 RMK Kõrvemaa Rattamaratoni 21,5 km START

14.15 Autasustamine

16.00 Finisi sulgemine

Stardimaterjalide väljastamine toimub võistluspäeval 21. septembril kell 10.00-12.45 stardipaigas Sportland Kõrvemaa Matka- ja Suusakeskuses.

RMK lasteala "Noorendik" Sportland Kõrvemaa Matka- ja Suusakeskuses on avatud laupäeval, 21. septembril kell 11:00-14:00. Info aadressil www.jooks.ee

Korraldajad Spordiürituste Korraldamise Klubi, tel 654 8462 , jooks@jooks.ee



Eesti Triatloni Liit

ESTONIAN TRIATHLON ASSOCIATION

TRIATLONI INFOKIRI 36

19.09.2013

6. Treenerite koolituse jätkuvad. Üldainete koolituskalender:

18.-20.okt. 2013	Tartu Ülikooli Kehakultuuri teaduskond, Jakobi 5	Üldained I tase	Tartu Ülikool	Martin Mooses tel. 53463066; martin.mooses@ut.ee ;	-
04.-06.okt., 25.-27.okt., 8-9.nov 2013	Tartu Ülikooli Kehakultuuri teaduskond, Jakobi 5	Üldained III tase	Tartu Ülikool	Martin Mooses tel. 53463066; martin.mooses@ut.ee ;	-
11.-13. okt., 8.-10. nov 2013	Tallinna Ülikool, Terviseteaduste ja Spordi Instituut, Tondi tn. 55, II korrus	Üldained II tase	Tallinna Ülikool	Toomas Herde tel. 5054659; treener@tlu.ee ;	info
15.-17.nov., 29.nov.- 1.dets.,13-14.dets. 2013	Tartu Ülikooli Kehakultuuri teaduskond, Jakobi 5, <i>venekeelne kursus</i>	Üldained III tase	Tartu Ülikool	Martin Mooses tel. 53463066; martin.mooses@ut.ee ;	-
29.-30. nov - 1. dets.; 13.- 15.dets. 2013 ja 18.- 19.jaan. 2014	Tallinna Ülikool, Terviseteaduste ja Spordi Instituut, Tondi tn. 55, II korrus	Üldained III tase	Tallinna Ülikool	Toomas Herde tel. 5054659; treener@tlu.ee ;	info

TREENERITE ERIALANE TÄIENDKOOLITUS

Aeg	Teema, koht	Liik	Korraldaja	Kontakt	Info
21. sept. 2013	Eelkooliealiste laste ujumine - MÄNGULISELT UJUMA, Tartus	täiendkoolitus	Eesti Ujumisliit	Kaja Haljaste tel. 51 17 839; info@ujumine.ee	info
22. sept. 2013	Dr Genadijus Sokolovas'e loeng tippujujate treeningust USA ujumiskoondise kogemuste põhjal, Tartus	täiendkoolitus	Ujumise Spordiklubi MTÜ	Kaja Haljaste tel. 51 17 839; kaja.haljaste@ut.ee	info lisa
22. nov. 2013	„Karnitiin, kofeiin ja valgulise koostisega toidulisandid: kas ja kuivõrd nad harrastussportlase treeningut toetavad?“	täiendkoolitus	Tartu Ülikool	Martin Mooses tel. 53463066; martin.mooses@ut.ee	

7. Soome KUTU Triathlon kutsub Eesti triatloninööri treeninglaagrisse Kuopiossa 8.-10.novembril 2013.



TRIATLONI INFOKIRI 36

19.09.2013

Treeninglaagri maksumus on 130 €, see sisaldab treeningbaaside üüri ja toiotlustmist. Majutus koos hommikusöögiga hotellis Savonia maksab 89 €/in./2 –kohalises toas või 142 €/in./1-kohalises toas.

Laagrisse saab registreeruda: kututriathlon@gmail.com ; Programm (soome keeles):

Reedel 8.11.

klo 8 aamulenkki

klo 10 leirin avaus

klo 11-12 uinti tekniikka

klo 12-13 kehonhuolto

lounas

klo 15-16.30 ravitsemusluento

klo 17-18.30 juoksu/lihaskunto

Laupäeval 9.11.

klo 8-9 uintitekniikka

klo 9.15 uimakilpailu 400 m vapaauinti

klo 10.30-12 luentoja

lounas

klo 15-17 spinning

klo 18-21 illanvietto + sauna

Pühapäeval 10.11.

klo 8-9.30 uinti

klo 10.30-12 sauvakävely

lounas

klo 14-15 uinti

klo 15.15-16 leirin päätös

8. Alustab „Treeni teadlikult“ loengusari harrastussportlastele.

1.oktoobril alustab Tallinna Ülikooli Tondi õppehoones harrastussportlastele mõeldud õhtune loengusari „Treeni teadlikult“. Loengud toimuvad novembri lõpuni teisipäeviti kl. 18:00 ja kestavad 1,5h. Loengud toimuvad aadressil Tondi 55, II korrusel. Lektoriteks on Jaak Mae, Kristjan Port, Raul Olle, Kaarel Zilmer, Jaak Salumets, Tõnis Matsin jt.

Ühe loengu osavõttutasu on 5 eurot. Tasumine kohapeal sularahas.

Loengutele registreerimine e-posti teel: katrin.soidra-zujev@tlu.ee, tel. 699 6555

9. Eesti Olümpiakomitee (EOK) kuulutab esmakordselt oma tegevusajaloos välja teadusprojektide konkursi, millega toetatakse rakenduslike spordiuuringute läbiviimist.

EOK presidendi Neinar Seli sõnul on teadusprojektide konkurs vajalik Eesti spordiuuringute taaselustamiseks. „Viimasel kümnendil ei ole Eestis spordispetsiifilisi uuringuid sisuliselt läbi viidud. Konkursi eesmärk on seda tühimikku täita. Selge see, et tegu ei saa olla ühekordse ettevõtmisega – Eesti spordiuuringute jätkusuutlikkuse nimel hakkame seda konkursi korraldama regulaarselt ning püüame igal aastal leida minimaalselt viis spordialast uuringuprojekti, mida EOK toetusel ellu hakatakse viima,“ rääkis Seli.

Konkursile on oodatud eelkõige rakenduslikud uuringuprojektid, mille eesmärk on kaardistada füüsilised, materiaalsed, organisatsioonilised või inimressursid Eesti spordis, samuti toetatakse projekte, mis tegelevad Eesti elanikkonna kehalise aktiivsuse kaardistamisega.



Eesti Triatloni Liit

ESTONIAN TRIATHLON ASSOCIATION

TRIATLONI INFOKIRI 36

19.09.2013

EOK eraldab toetusi kuni kaks aastat kestvatele projektidele. Teadusprojektide konkursi rahaline maht on 2013. aastal 25 000 eurot. Toetusmäära suurus ühe projekti kohta on kuni 5000 eurot. Taotluste saajad määrab EOK moodustatud komisjon.

Taotlusi saavad esitada juriidilised isikud ja asutused. Projekti vastutaval täitjal peab olema Eesti doktorikraad või sellega võrdväärne teaduskraad, projekti põhitäitja peab olema kas doktorant või vähemalt magistrikraadi või vastava kvalifikatsiooniga. Mõlemad peavad olema avaldanud viimase kolme aasta jooksul Eesti Teadusinfosüsteemi nõuetele vastavaid teaduslikke publikatsioone. Lähem info ja tingimused: www.eok.ee.

Taotlused tuleb allkirjastatult esitada hiljemalt 15. oktoobril kell 16.00 EOK meiliaadressile eok@eok.ee või EOK postiaadressile: Eesti Olümpiakomitee, Pirita tee 12, 10127, Tallinn.

Eesti Olümpiakomitee tööd toetavad suures osas Eesti ettevõtted. EOK sponsorid on Elion Ettevõtte, EMT, ERGO, Ilves Extra, JCDecaux, Monton, NIKE, Olympic Casino Eesti, Paf Grupp, Silberauto.

Ülevaade Eestis varasemalt läbiviidud spordiuuringutest: <http://www.spordiinfo.ee/Eesti-spordiuuringud>

Lisainfot annab Peeter Lusmägi, EOK liikumisharrastuse juht, Tel: 603 1507, Mob: 511 9152
E-post: peeter@eok.ee

Rohkem infot:
Tiina Pallas,
tel. 56-951593



Eesti Triatloni Liit
ESTONIAN TRIATHLON ASSOCIATION