

### Teemad:

1. Kirill Kotšegarov saavutas USA-s Lake Tahoe Ironmanil ekstreemsetes oludes 4. koha
2. Kaidi Kivioja stardib ITU MK etapil Alicantes
3. Saaremaa duatlon, EKV IV etapp toimus 21. septembril
4. Türi-Paide sügistriatlon toimus 22. septembril
5. Baltimaade MV duatlonis toimuvad Riias 28. septembril
6. Projektikonkursid
7. Koolitused
8. Personali Arenduskeskuse koolitused
9. Strechingu koolitus

1. Kirill Kotšegarovi võistlushooaeg jätkus 22. septembril USA-s Lake Tahoe Ironmaniga. Kõledas külmas toimunud võistluse ajaga 9:04:39 neljandana lõpetanud eestlase sõnul oli see tema senise karjääri raskeimaks katsumuseks. 3,8 km pikkuse ujumise läbis Krill ajaga 0:55:01, olles sellega veest väljudes 31. kohal. Et vahed olid aga suhteliselt väikesed, andis see hea rattasõitjana tuntud Kirillile võimaluse ennast ettepoole pedaalima hakata. Viimast asus eestlane ka innukalt tegema, tõustes rattadistantsi esimese 45 kilomeetriga juba seitsmendale kohale. 180 km pikkuse rattaetapi lõppedes oli meie mehe koht paranenud veel kahe positsiooni võrra. Jooksurajale sööstes oli vahe neljandal kohal asuva prantslase Romain Guillaumega 1 minut ja 53 sekundit. Prantslase tempo oli aga selgelt nõrgenenud ning vaid esimese üheksa kilomeetri läbides oli vahe vähenenud juba kolmveerand minuti jagu. Napid kuus kilomeetrit hiljem oli Kirill juba prantslase kinni püüdnud ning ise neljandale positsioonile asunud. Kolmandal kohal liikuvat austraallast Joe Gamblesit Kirillil enam kätte saada ei õnnestunud, ehkki jooksukiirus oli siingi selgelt eestlase kasuks. Pealegi hakkasid jooksuetapi viimases faasis Kirilli kimbutama ka dehüdratsiooniprobleemid. Nii jäigi ihaldatud kolmandast kohast lahutama lõpuks 1 minut ja 44 sekundit. Finišiprotokollis märgiti Kirilli ajaks 9:04:39. Tänavust Lake Tahoe Ironmani kommenteeris Kirill ise järgnevalt: „Oli elu raskeim võistlus. Peale ujumist, ratta järele haarates, oli see jääs. Juua ei saanud, kuna pudelid olid jäätunud. Lõpus sai endast antud kõik, et tulla kolmandaks, mis omakorda viis meditsiinilki.” Raske katsumuse võidumeheks krooniti ameeriklane Chris McDonald, kes jooksuetapi teisel pooltel suutis mööduda seni pikalt võistlust juhtinud Maik Twelsiekist. McDonaldi aeg finišis oli 8:55:14, kaasmaalane Twelsiek kaotas talle teisena 2 minutit ja 39 sekundit.

2. Kaidi Kivioja stardib eeloleval pühapäeval, 29. septembril Hispaanias Alicantes ITU MK etapil.

Olümpiadistantsil toimival võistlusel läbitakse ujudes 2 korda 750m ring, sõidetakse ratastega 6 korda 7,1km mööda mägist ja tehnilist rada (kokku 42,6km) ja joostakse 4 korda 2,5km ühtlase reljeefiga rajal. Kaidi stardib numbri all 50. Stardinimekiri: [http://www.triathlon.org/events/start\\_list/2013\\_alicante\\_itu\\_triathlon\\_world\\_cup/260025](http://www.triathlon.org/events/start_list/2013_alicante_itu_triathlon_world_cup/260025)  
Soovime Kaidile edu!

3. EKV duatloni karikasarja IV etapp, Saaremaa duatlon toimus Urmo Raiendi ja SK Stamina korraldusel 21.septembril Kuressaares.  
Stamina SK eestvedamisel toimus 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 raames võisteldi kolmel distantsil: lasteduatlonil 2-5-1, noortele ja harrastajatele mõeldud duatlonil 4-13-2 ja põhidistantsil 8-33-4. Põhidistantsil asus võistlust dikteerima Harri Sökk, kes suvise triatlonihooaja põhjal on tähelepanu tõmmanud ennekõike oma tugeva rattasõidu ja kompromissitute duellidega noore tulevikulootuse Markko Etverkiga. Rattaaeg oli Harril parim ka Saaremaal, ent lisaks sellele domineeris Harri ka mõlemal jooksuetapil, tagades sellega endale ülejäänud konkurentide ees suhteliselt kerge võidu. Finišikell näitas Harri lõppajaks 1:34:23. Teise koha nimel oli põnevust märksa rohkem. Olles esimese kahe osaala järel Rigo Räimile selgelt alla jäänud, asus Marek Antoniak viimase jooksuetapiga kaotatud vahet tagasi tegema. Paraku oli 4 km pikkune jooksudistants selleks aga liialt lühikene ning nii tuli Marekil leppida Saaremaal kolmanda kohaga. Mareki lõppajaks fikseeriti 1:42:07, teisena lõpetanud Räim sai kirja numbrid 1:41:47. Naiste arvestuses tuli ülekaalukalt võitjaks Tabasalu Triatloniklubi liige Sirlet Viilas, kes lõppajaga 2:02:32 edestas teisena finišeerinud Sirje Kõresaart. Noorte distantsil läksid esikohad Andres Nõpsile ja Laura Kallasele. Lastedistantsil võidutsesid Kaarel Trepp ja Marie-Elisabeth Martinson.

4. Marge Merisalu, Mati Sadam, Indrek Juhansohn koostöös Paide Spordi- ja Tervisekeskuse ning Türi SKL rahvaga korraldavad aastas kaks vahvat basseinitriatloni: kevadisel võistlusel starditakse Paides, sõidetakse ratastega Türi ja joostakse ning finišeeritakse kevadpealinnas, sügisel basseinitriatlonil ujutakse Türi, sõidetakse ratastega Paidesse ja lõpetatakse võistlus Paides.

Pühapäeval, 22. septembril Türi-Paide basseinitriatlonil, distantsil 0,3-12,8-2 oli kiireim Türi Rattapoe võistkond koosseisus Kristo Männa, Alar Nõmmik, Olavi Allase individuaalvõistlejate Urmas Utari ja Jaak Kanniste ees. I ja II koha vahelises duellis oli tugevat võistluspinget. Rattaetapilt saabus esimesena kindla edumaaga Urmas, kes on ka suurepärase jooksja ning paljukordne Türi-Paide basseinitriatloni varasem võitja. Et aga teatevõistkonnas jooksnud Olavi sai startida puhanud jalaga, suutis ta Urmasest mööduda ning 1 sekundilise eduga oma võistkonna võidukalt finisisse tuua. Võitja aeg 32.14.

Kiireim naisvõistleja oli noorteklassi kuuluv Katrin Glück Tabasalu Triatloniklubist.

5. Läti Triatloni Liit kutsub osalema 28. septembril Baltimaade duatloni Meistrivõistlustel Riias. Rohkem infot: [www.triatlons.lv](http://www.triatlons.lv)

Riia duatlon on Balti karikasarja eelviimane etapp. Finaaletapp toimub 4.oktoobril Jõulumäel.

Võisteldakse lastedistantsil 1,6km jooksu + 5,5km rattasõitu + 0,9km jooksu:

Noortedistantsil 3,2km + 16,5km + 1,6km:

Põhidistantsil 8km + 38,5km + 4,8km:

Harrastajate distantsil 3.2km+16.5km+1.6km

Majutusvõimalused Riias: Keizarmežs <http://www.keizarmežs.lv/en/home/hotel/>

või Hotel Mezaparks [www.booking.com](http://www.booking.com)

6. EASil on avatud ettevõtlikkuse konkurss, 23. oktoober.

EAS algatas taas ettevõtlikkusprojektide konkursi, mille eesmärgiks on arendada üldist ettevõtlikkust ning tõsta ettevõtlusteadlikkust ja -aktiivsust. Konkursi läbiviimist rahastatakse Euroopa Sotsiaalfondi vahenditest. Konkursile oodatakse projekte, mis on



## TRIATLONI INFOKIRI 37

26.09.2013

suunatud alustavatele kõrge kasvupotentsiaaliga ettevõtjatele või õpilastele-üliõpilastele. Projektid tuleb ellu viia ühe aasta jooksul ning projekti maksumus peab jääma vahemikku 1 600 – 10 000 eurot.

<http://www.projektid.ee/eas-ettevotlikkuse-konkurss/>

Tartumaa Arendusseltsis on avatud Leader toetus, tähtaeg 15. oktoober.

Avatud on ettevõtluse, kogukondade ja noorte meede. Taotlusi saavad esitada TASI piirkonda kuuluvad MTÜd, SAD, äriühingud ning kohalikud omavalitsused, kes tegutsevad Alatskivi, Haaslava, Kambja, Konguta, Laeva, Luunja, Meeksi, Mäksa, Nõo, Peipsiääre, Puhja, Tartu, Tähtvere, Vara, Võnnu, Ülenurme vallas ning Kallaste linnas.

[www.projektid.ee/tartumaa-arendusselts-leader/](http://www.projektid.ee/tartumaa-arendusselts-leader/)

Ettevõtluse Arendamise Sihtasutusel on jooksvalt avatud ettevõtjatele stardi- ja kasvutoetuse taotlemine. Septembris on meil hooaja alguse kampaania, kus saad tellida mahuka kasvutoetuse dokumentatsiooni paketi koos äriplaaniga starditoetuse hinnaga.

Uuri, kas Sinu ettevõtte vastab tingimustele

<http://www.projektid.ee/info/kasvutoetus/> NB! Nõue selle kohta, et juhatuse liige ei või viimase 12 kuu jooksul olla olnud teise samas valdkonnas tegutseva ettevõtte juhatuses, pole enam jõus. <https://www.facebook.com/projektid/posts/596208633746930>

EMP finantsmehhanismi „Riskilaste ja -noorte“ kaasrahastatava programmi raames avatud taotlusvoor „Noorte- ja noorsootööorganisatsioonide võime kaasata riskilapsi ja noori on paranenud“. Tähtaeg on 14. oktoober 2013.

Eesmärk on parandada noorsootöö teenuste kättesaadavust, suurendada noorte- ja noorsootööorganisatsioonide võimekust ning arendada noorsootöötajate, valdkonna spetsialistide ja vabatahtlike pädevust noortega töötamisel. Toetus on 170 000-868 201 eurot.

<http://www.projektid.ee/noorte-ja-noorsootooorganisatsioonide-voime-kaasata-riskilapsi-ja-noori-on-paranenud/>

### 7. Koolitused

Ettevõtlustoetuste kiirkoolitus alustavale ettevõttele, tegutsevatele ettevõttele, projektitoetused MTÜ ja avalikule sektorile

Kindlusta endale koht siin:

3. okt. Tallinn [www.projektid.ee/ettevotlus](http://www.projektid.ee/ettevotlus)

17. okt. Tartu [www.projektid.ee/kiirkoolitus-ettevotlustoetused-ariplaanile-tartus/](http://www.projektid.ee/kiirkoolitus-ettevotlustoetused-ariplaanile-tartus/)

+ boonusena PRIA rahastusvõimalused

10. okt. Tallinn Äriplaani ja finantsplaneerimine (tulud-kulud, prognoosid, kassavooplaan, kasumiaruanne jmt)

[www.projektid.ee/koolitused-2/ariplaani-kirjutamise-koolitus-tln/](http://www.projektid.ee/koolitused-2/ariplaani-kirjutamise-koolitus-tln/)

3. okt. Kuressaare äriplaani kirjutamise koolitus

[www.projektid.ee/ariplaani-kirjutamise-koolitus-kuressaares/](http://www.projektid.ee/ariplaani-kirjutamise-koolitus-kuressaares/)

### 8. Personali Arenduskeskuse koolitused:

27.09.2013 Kuidas ideest luua tulemuslik projekt?

03.10.2013 Kuidas suurendada müüki?

09.-10.10.2013 Personalijuhtimise intensiivkursus - 2 päevane väljaõpe

10.10.2013 TÖÖÕIGUS 2013-2014

11.10.2013 Kuidas leida, võita ja hoida oma kliente?



Eesti Triatloni Liit

ESTONIAN TRIATHLON ASSOCIATION

## TRIATLONI INFOKIRI 37

26.09.2013

Erisoodustused on üks kõige nüansirikkamaid kulude valdkondi ja tekitanud seetõttu vaidlusi ja tõlgendamisprobleeme. Oleme välja töötanud koolituse, kus käsitletakse erisoodustuste sõlmprobleeme ja ühte kõige rohkem ebameeldivaid maksutagajärgi tekitavat valdkonda, milleks on ettevõtlusega mitteseotud kulude käsitlemist ja tehingute tõendamine. Ilmselt kõige rohkem ebameeldivusi on toonud maksukontrollide käigus tehingute ümberklassifitseerimine ja tehingute tegeliku toimumise tõendamine ning maksuvaidluste pidamine maksuametiga. Tehkem siis need küsimused endale selgeks.

### ERISOODUSTUSTE JA ETTEVÕTLUSEGA MITTESEOTUD KULUDE MAKSUPROBLEEMID

Aeg ja koht 2.oktoober 2013.a. kell 10.00-16.00, Tallinn, Rävalla pst 8

Lektor Tõnis Jakob, juhtiv maksukonsultant

Kursuse sisu

Muudatused erisoodustuste maksustamisel ja erisoodustuste maksustamise eripära kontsernis

Erisoodustuste saajate ringi oluline laienemine

Töölähetused, sealhulgas välislähetuste probleemid

Sõiduauto kasutamine ettevõtluses, erisoodustus ja sõiduauto hüvitise maksmise probleemid

Töötajate koolitusega seotud maksukäsitlus

Töötavishoiuga seotud maksuprobleemid

Kodukontor

Kulude seos ettevõtlusega ja tehingute tõendamine arvel näidatud isikutega

Kohtupraktika eeltoodud maksuküsimustes

Koolituse hind: 99 EUR +km, sisaldab õppetööd, õppematerjale, lõunasööke ja kohvipause!

Lisainfo ja osavõtuks registreerimine siit, 6556778, 5279999; e-mail [info@personal.ee](mailto:info@personal.ee)

### 9. E Fit Koolitused kutsuvad Teid osalema koolitusel KLASSIKALINE STRETCHING

5. oktoobril Tartus (My Fitness)

6. oktoobril Tallinnas (Golden Club)

Koolitus on suunatud erinevate spordialade treeneritele, õpetajatele ning füsioterapeutidele.

Koolitust juhendab Vaso Januzovic (GER, HOR) -rahvusvaheliselt tunnustatud koolitaja ja treener.

Huvitav ning väljakutseid pakkuv koolituspäev kõigile, kes soovivad kogeda uusi ja põnevaid venitusharjutusi. Kasutame erinevaid tehnikaid ja vahendeid.

Koolitusele palume tulla sportlikult mugavas riietuses.

Osavõtutasu 75 EUR

Loe koolitusest lähemalt: [www.efit.ee](http://www.efit.ee)

Lisainfo ja registreerimine: [ethel@efit.ee](mailto:ethel@efit.ee) või tel. 58058076

E Fit Koolitused korraldab 2007. aastast koolitusi Eestis tegutsevatele rühma- ja personaaltreeneritele ning füsioterapeutidele.

Meie koolitustel on osalenud mitusada treenerit ning meie koolitusi on juhendanud üle 20 erineva koolitaja Euroopast.

Koostööpartneriteks on Euroopa suurimad fitness-koolid nagu Euro Education ja Glucker Kolleg ning Eesti Võimlemisliit.

Rohkem infot:

Tiina Pallas,

tel. 56-951593



Eesti Triatloni Liit

ESTONIAN TRIATHLON ASSOCIATION