

RAHVUSVAHELISE SISEÕUDMISVÕISTLUSE ALFA 2026

JUHEND

Võistlusklassid 1000m

Mehed(s.h.U23)

Naised(s.h. U23)

Mehed kergekaal (sündinud 2007 ja hiljem, kuni 75,0 kg)

Naised kergekaal (sündinud 2007 ja hiljem, kuni 61,5 kg)

Vabaklass mehed

Vabaklass naised

Veteranid 1000m

VM 30+(1996 ja varem sündinud)

VM 40+(1986 ja varem sündinud)

VM 50+(1976 ja varem sündinud)

VM 60+(1966 ja varem sündinud)

VM 70+(1956 ja varem sündinud)

VM 80+(1946 ja varem sündinud)

VN 30+(1996 ja varem sündinud)

VN 40+(1986 ja varem sündinud)

VN 50+(1976 ja varem sündinud)

VN 60+(1966 ja varem sündinud)

VN 70+(1956 ja varem sündinud)

VN 80+(1946 ja varem sündinud)

Noored 1000m

Noormehed A (2008-2009 sündinud)

Neiud A (2008-2009 sündinud)

Poisid B (2010-2011 sündinud)

Tüdrukud B (2010-2011 sündinud)

Poisid C (2012 ja hiljem sündinud)

Tüdrukud C (2012 ja hiljem sündinud)

4-liikmelised võistkonnad 500m

Kõrgkoolid ja kaitsevägi - mehed

Kõrgkoolid ja kaitsevägi - naised

Põhikoolid – noormehed

Põhikoolid – neiud

Gümnaasiumid – noormehed

Gümnaasiumid – neiud

Meeskonnad

Naiskonnad

Parasõudjad 1000m

PR1/PR2 (käed, keha) - naised PR1/PR2(käed, keha) - mehed

PR3(käed, keha, jalad) - naised PR3(käed, keha, jalad) – mehed

1. Kvalifikatsioonisüsteem

- Kui võistlusklassis on üle 20 võistleja peetakse eelsõidud, finaali pääseb 20 paremat eelsõidu aegade põhjal.
- Kui võistlusklassis on üle 5 võistkonna, pääseb finaali 5 paremat võistkonda eelsõidu aegade põhjal.
- Kui eelsõitudes on võrdse tulemuse saavutanud mitu võistlejat (võistkonda), siis:
 - i. finaali pääsul saab kõrgema asetuse varasemas eelsõidus startinud võistleja (võistkond).
 - ii. kui võrdne aeg sõidetakse välja ühes ja samas eelsõidus siis saab kõrgema koha võistkond, kes läbis summeerituna rohkem meetreid.
 - iii. kui võrdne tulemus saavutatakse finaalis, saavad vastavad sportlased (võistkonnad) üldjärjestuses sama koha.
 - iv. Põhikoolide ja gümnaasiumite võistkondadele eelsõite ei toimu.

2. Start ja stardikäsklused

- Võistleja (võistkond) võib teha ühe valestardi, teise valestardi korral võistleja(võistkond) eemaldatakse sõidust.
- Stardikäsklused antakse ergomeetri monitoride kaudu: „**Ready**“ – „**Attention**“ – „**Row**“ („Valmis“ – „Tähelepanu“ – „Sõua“)

3. Tehniline rike ergomeetril või võistlussüsteemis

- Kui tehniline rike toimus esimesel 100 meetril siis antakse kordusstart.
- Kui tehniline rike toimus eelsõidus peale 100 meetri läbimist, antakse vastavale võistlejale (võistkonnale) võimalus läbida distants uuesti korraldaja äranägemisel mõnes teises võistlussõidus.
- Kui paatide kujutused peatuvad suurel ekraanil vms, kuid ergomeetri monitorile ilmub tekst „*Keep rowing*“ ehk „jätkka sõudmist“ tuleb sõuda lõpuni või kohtuniku märguandeni. Sellise rikke korral fikseerib ergomeeter võistleja individuaalse aja.

4. Kaalumine

- Kergekaalu sõudjate kaalumine algab 2 tundi enne kergekaalusõudja esimest starti ning lõppeb 1 tund enne kergekaalusõudja esimest starti.

5. Piirangud

- Iga võistleja vastutab ise oma tervisliku seisundi eest!
- Võistkondades peavad nii eelsõidus, kui ka finaalis võistleva ühed ja samad sportlased. Vahetused pole lubatud.
- Võistlusergomeetritel on keelatud kasutada Logikaarte, mälupulkasid ja monitoriga ühilduvat pulsivastuvõtjat!
- Võistlejatel on võistlussõidu ajal keelatud kasutada kõrvaklappe/kuulareid (va vaegkuuljatele mõeldud vahendid).

6. Autasustamine

Autasustatakse iga võistlusklassi kolme parimat.

7. Korraldaja esindaja: Mihkel Klementssov – mob. 5158315