



## LÄÄNEMAA MEISTRIVÕISTLUSED MURDMAASUUSATAMISES JUHEND

### EESMÄRK

Selgitada välja maakonna parimad suusatajad meeste 11 km ja naiste 5,5 km distantsidel.

Populariseerida suusatamist. Läänemaal.

### AEG JA KOHT

Läänemaa meistrivõistlused toimuvad 23. veebruaril 2013.a. Paliveres 5,5 km ringil vabas tehnikas, eraldistardist. Võistluste algus kell 12 hüppestorni tagant.

### REGISTREERIMINE

Registreerimine kohapeal kuni pool tundi enne starti. Loosimine kell 11.30.

### OSAVÕTJAD

Osa võivad võtta kõik soovijad. Eraldi arvestus on naistele ja meestele ning naisveteranidele ja meesveteranidele.

Naised	1974 ja hiljem sündinud	Kuni 39a
Naisveteranid	1973 ja varem sündinud	40 ja vanemad
Mehed	1969 ja hiljem sündinud	Kuni 44a
Meesveteranid	1968 ja varem sündinud	45 ja vanemad

### AJAKAVA

12:00 naised, naisveteranid                      5,5 km                      paarisstart, intervall 1 min

12:15 mehed, meesveteranid                      11 km                      paarisstart, intervall 1 min

### AUTASUSTAMINE

Võistlustel autasustatakse Lääne maakonna parimaid suusatajaid medalitega.

### MUU

Finišis ootavad kõiki soojad joogid.

Iga osaleja vastutab oma tervisliku seisundi ja varustuse eest ise.

### JUHTIMINE

Võistlust korraldab Suusaklubi Sula, tel. 53 412 016. Peakohtunik on Juhan Lukk.