

ORIENTEERUJA

06. november 1999

Nr. 8 (44)

Presidendi veerg.
Kas orienteerumislit on juhi-
tav? Lk 2

Tagasivaade 4ESTile
(ja mitte ainult) Lk 2

Üldkogu esialgne
päevakava. Lk 3

Orienteeruja intervjuu
Külli Kaljusega Lk 4 - 6

Test: Orienteerujate
mõtlemisprofiil Lk 7

Rogaining Lk 8

Rattaorienteerumine,
Klubimats' jm põnevad Lk 8-9

Tulemused:
Suunto Games;
Pärnumaa maraton

Sel aastal saab
Orienteerujat tellida ka
Interneti võistlus-
keskuse (IVK) kaudu!

Tellimusi vormistavad ka
kõik postkontorid!

Orienteeruja
intervjuu Külli
Kaljusega
Lk 4 - 6



Test: Orienteerujate mõtlemisprofiil Lk 7



Presidendi mõtteid



LEHO HALDNA

Kas orienteerumisliit on juhitav?

Kaks aastat on möödas EOL Üldkogust, kus Eesti riigi nõudel tuli põhimõtteliselt muuta EOLi põhikirja. Varem pea iga kuu kogunenud klubide esindajate koosoleku asemel valiti 7-liikmeline juhatus ja traditsiooniline sügisene kongress sai uue aja vaimus nimeks üldkogu.

Tunnistan, et kui selliseid muudatusi ei oleks meilt nõutud, oleks tulnud need ise välja pakkuda ja ära teha. Volikogu oli ju üleminekuaja laps, kus kogu ühiskonnas valitses umbusk ja isetegemise tahtmine. Nüüd oleme saanud juba küpsemaks ja anname juhatusele volitused orienteerumiselu igapäevaküsimuste üle otsustada. Hinnangu juhatuse tööle peab andma aga igasügisene üldkogu.

Vastavalt põhikirjale võiks EOL-il olla iga aasta uus juhatus, vaid juhatuse esimees valitakse 2 aastaks. Siiski usaldasid valijad alaliidu juhatust sedavõrd, et kõik kaks aastat olid juhatuses Sixten Sild, Erik Aibast, Paul Poopuu, Tarvo Avaste, Mati Poom, Arvo Saal ja Leho Haldna.

Selle aja jooksul toimus 21 juhatuse koosolekut, kokku veetsid juhatuse liikmed seal kokku 380 tundi. Koosolekute toimumissagedus vähenes ja pikkus lühenes aga järjekindlalt. Suur osa juhatuse tööst toimus viimasel aastal elektronposti abil. Kahjuks jäid ilma e-posti võimaluseta juhatuse liikmed paratamatult kiirete probleemide lahendamiseks kõrvale. Praktistel kaalutlustel võiksid uue juhatuse valijad arvesse võtta ka seda, kas kandidaadil on võimalik tänapäevasel tasemel tööd teha.

Tänavused valimised töötavad olulisi muudatusi juhatuse koosseisus. Senisest koosseisust on mitmeid loobujaid ja on sahistatud uutest, värsketest ideedega kandidaatidest.

Isiklikult olen otsustanud osaleda juhatuse esimehe valimistel. Lubasin kaks aastat tagasi üldkogule, et alustan kaheaastast lõpu spurti juhatuse esimehena. Tänavu leian aga, et tänu hästi tööle hakanud juhatusele ja heale koostööle tegevjuhi Ormar Lutsbergiga on mul jõudu veel üle. Tahaks ise veel üritada midagi ära teha, kuid olen nõus alati andma teed neile, kelle ideed on paremad ja aega nende elluviimiseks rohkem.

Juhatus on muutunud alaliidu juhtimise ja orienteerumiselu probleemide lahendamise palju täpsemaks ja läbikaalutletumaks. Oleme tänu sisemisele tööjaotusele pääsenud liikvele mitmete projektidega, mille käivitamiseks ei olnud varasematel aastatel jõudu. Eriti tahaks ära märkida Paul Poopuu tööd noortega ja Tarvo Avaste tegevust infotehnoloogia alal.

Orienteerumise arengu võtmeküsimus mitte alaliidu juhatuse ja tegevjuhi rabelemine, vaid see kuidas meie klubid arenevad. Vaadates meie klubide arengut viimastel aastatel on saanud selgeks see, et kiiremini liiguvad edasi need, kes on palganud tegevjuhi või noortetreeneri. Klubide juhatustes võivad olla toredad ja targad inimesed geniaalsete ideedega, kuid kui puudub nende igapäevane elluviija, siis on oht jääda järgi vaid omi mõtteid mõlgutama. Kohalikud omavalitsused hakkavad järjest enam toetama klubides tehtavat noortetööd. Kas me oleme valmis seda toetust taotlema ja kasutama? Tihti tundub, et mitte. Tartlasena on mul häbi, et orienteerumine ei pääsenud Tartus 15 eelisarendatava spordiala hulka, kuid näiteks võistlustants pääses.

Klubide töö muutumisega professionaalsemaks, muutuvad ka nõudmised EOLi juhtimisele rangemateks. Kus on järgmine Tallinna orienteerumiselu igapäevak? See on enamlevinud küsimus, mille pärast helistatakse EOLi kontorisse. Tahaks jõuda sellelt tasemelt kõrgemale ja ootame uusi väljakutseid oma liikmetelt.

Tänavune EOLi üldkogu 19.-21. novembril Jänedal töötab tulla eriti rahvarohke, sest samaaegselt toimuvad ka koondise kontrollpäevad. Koos praeguste juunioride ja täiskasvanutega kutsume esmakordselt osalema noori, kelle sportlik eesmärk on 2003. a Põlvas toimuvad juunioride MM-võistlused. Oodatud on kõik, keda huvitavad orienteerumise arengusuunad ja -probleemid uue aastatuhande alguses.

Kohtumiseni Jänedal
LEHO HALDNA

Avaldamata materjalide jälgedes

Tänavune 4EST peeti teatavasti Saaremaal, lisaks neljapäevasele traditsioonilisele jooksule oli kavas ka kaks lisa-atraktsiooni, mida tahaks meenutada.

8. juulil katsetati Karujärvel ratsaorienteerumist. Püüdis-orienteerujate hulgast registreerus kolm julget: Aili Piirikivi Rae klubist, Jüri Pärnik Peko klubist ja 14-aastane Niina Forsblom Soomest. Neile lisaks tulid starti 5 Saaremaa noort neidu, kes küll ratsutamises väga tublid, kuid kellele stardis kiiruga kaardi põhitingimärke pidi seletama. Ratsaorienteerumise korralduse idee autor, Saaremaal tuntud ökopõllumees ja turismitalu pidaja Aivar Kallas oli Jüri kõrval teine meesvõistleja, talle olid vähemalt kaardimärgid tuttavad.

Rada 6,6 km, 6 KP. Jüri Pärnik arvas eelnevalt, et rada on liiga pikk, nii võib hobuse surnuks ajada. Aivar Kallas viitas seepeale infos olnud punktidele, et võistleja peab lõpetama raja KOOS HOBUSEGA, st. tal tuleb nii iseendale kui hobusele sobiv tempo valida. Tagantjärele võib vaid kahetseda, et rajal ei olnud ühtegi vaatepunkti, rohked pealtvaatajad oleksid veel suurema elamuse saanud.

Kokkuvõttes jäid ratsutamiskeskused (ja ilmselt hobuste tundmise eelis) peale ja võitjaks tuli kohalik ratsanik Annika Maripuu. Tulemused (võistleja nime järgi ei ole mitte klubi nimi, nagu me oma protokollide traditsiooni järgi

arvaks, vaid suuremat koormust kandnud võistleja e. hobuse nimi):

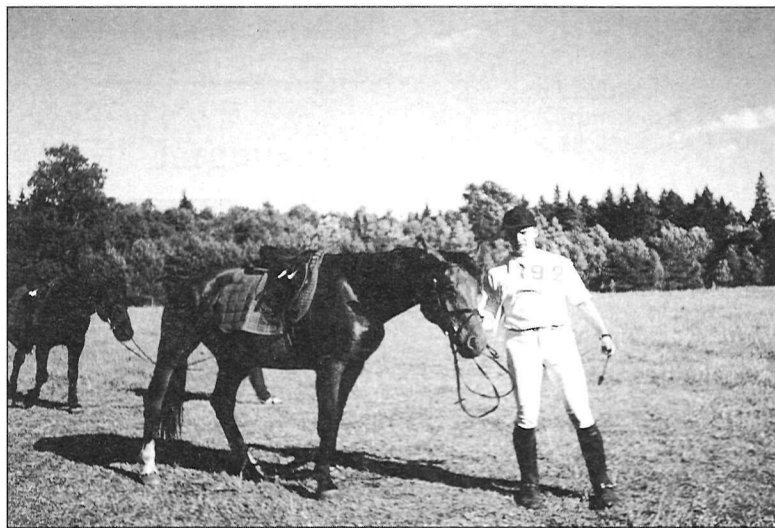
1. Annika Maripuu	Arpa	36.39
2. Jüri Pärnik	Viida	37.57
3. Aivar Kallas	Etapp	39.12
4. Niina Forsblom	Timm	39.59
5. Mai Kahest	Taara	41.09
6. Tiina Vester	Mart	42.35
7. Elita Torn	Beria	44.23
8. Aili Piirikivi	Evrika	46.26
9. Merilis Metsamäe	Rebeca	1:15.30

Teine atraktsioon-pargivõistlus, tõmbas järgmisel õhtul Kuressaare linnusevallidele veelgi suurema hulga pealtvaatajaid kui oli Karujärvel. Pettuda ei tulnud, jooksjate teevalikulahendused pakkusid vaatajatele kaasakiskuvat elamust, kuigi võistlejad ise ilmselt mudastes vallikraavides suplust nii palju ei nautinud.

Sixten Sild ja Armo Hiie olid teisest selgelt üle. Anu Äijälä jäi rivi lõppu ilmselt vale ujumisstiili valiku tõttu, tema üritas kord kõhuli, kord selili. Kõige kiiremini pääses vallikraavist läbi rahulikult kõndinud Sixten, vesi oli tegelikult vaid rinnust saati.

Tulemused (rada 2,3 km, 10 KP):

1. Sixten Sild	Võru	EST 11.29
2. Armo Hiie	Ilves	EST 11.33
3. Erik Aibast	Tammed	EST 12.01
4. Alar Viitmaa	Lehola	EST 12.04
5. Tarvo Avaste	Võru	EST 12.24
6. Raivo Pellja	JOKA	EST 12.31
7. Alar Abram	Rakvere	EST 12.39
8. Timo Äijälä	LYNX	FIN 12.49
9. Alari Kannel	M.A.R.U.	EST 12.52



Jürka ja Viida lõdvestumas.

Foto: Anne Keerberg

Teelahkmel: Euroopasse või...?

Sõna sekka ajendasid mind ütlema hr presidendi tänavuste EMV järgsed mõtted (Orienteeruja 7/43).

Mina pean konfliktsituatsioonide lahendamisel arukaks lähtuda esmalt võistlusreeglitest. Noorte ja veteranide tegevõistluse tühistamine oli minu arvates ainuõige samm. Orienteerumispordi võistlusreeglite p.17.4 nõuab: Tähis tuleb paigutada kaardil märgitud objektile vastavalt kontrollpunkti kirjeldusele. Tähis peab olema võistlejaile nähtav hetkel, kui ta näeb kirjeldatud kohta. Seekord aitäh mõnede pahatahtlikele (?) "saajatele" ning vähemalt ühele

protestijale. Euroopasse pürgiva riigi meistrivõistlused peavad olema kõrgtasemel, seda radadest alates. Võistlejad maksavad seal võrreldes rahvavõistlustega taseme võrra kõrgemat osavõtumaksu.

Kummalisel kombel kipub hr president õigustama "äpusid" korraldajaid ning kutsub üles antud juhul lubamatule "kõiki rahuldavale kompromissile". Meenuvad absurdid võistlustulemuste "klapitamised" 1997. aasta Jõu MV-l teatejooksus ning sama aasta 4EST-i 1. päeval klassides H18 ning H21B. Mõlemal juhul oli aps I.KP-ga. Kõrgtasemega võistlustel on

10. Madis Tiik	SOK	EST 12.52
11. Timo Suppi	Orion	EST 12.59
12. Elo Saeu	Ilves	EST 14.02
13. Edith Madalik	Tammed	EST 14.54
14. Martti-J Miljan	TA OK	EST 15.12
15. Jaana Pietilä	Kangasala	FIN 15.19
16. Anu Äijälä	LYNX	FIN 15.56

Koos hooldusmeeskondadega Koli 4EST-il üle 800 osaleja, see oli Saaremaa jaoks suur spordisündmus, mida ka kohalik ajaleht vastavalt oma ajakirjanike mõistmistasemele püüdis kajastada. Ehk tõstavad mõned katked Meie Maa keele- ja stiilinäidetest pisut teie tuju: Orienteerujad jagunesid 48 võistlusklassi, kuhu paigutati osavõitjaid nii vanuse kui meistrilikkuse põhjal. ... Kõik klassid startisid eri aegadel ning läbisid erinevaid punkte. ... Orienteerumisevõistluse stardid olid looduse säästmiseks hajutatud, nagu taolistel suurvõistlustel reeglits. ... Õhtul pool kaheksa suunistusid parimad Kuressaare pargis. ... Orienteerujad tulevad taolistele üritustele pere- ja puhkama, nii saavad ka väikesed lapsed oma esimesed orienteerumisalged. ...

Saaremaa lehest meenub veel aastatetagune uudis märkeorienteerumisest (märkeorienteerumise asemel) ning sel sügisel väitis leht, et Anne Keerberg jooksis Eesti MV-tel tänavarada...

Vaevast, et meie leht ainuke erand on, kes orienteerumisest asjatundmatult ja lapsikult kirjutab. Tahan vihjata samale murele, millest mitmed teisedki rääkinud - omaette on meil kena koos olla ja maailma mõnusaima spordialaga tegelda, aga laiad massid ei tea meie tegemistest tuhkagi. Ja ise me ka neile ei seleta. Loogiline oleks, et korraldajad ise tulemused ja kommentaarid lehte(desse) kirjutaks, aga nagu 4EST-i ja iseenda pealt nägin, õnnestub seda mõtet kogu aega edasilükatavate asjade hulka paigutada. Kas EOL-i üldkogu suudaks valida/kohustada kellegi pidevaks informatoriks? Või kui see nimi on liiga hale, siis PR-meheks/naiseks?

ANNE KEERBERG
Saaremaa OK

nimetatud käitumismall lubamatu. Ja hukutav.

Lähtulevikus on Eestil ees MK-Letappide ja juunioride MM korraldamine. Peatagem hetkeks karusell ning kontrolligem hoolikalt kõiki kinnitusi. Tänavune Paukjärve "ämber" tuleb kainenel, ausalt ja arukalt läbi seedida ning teha edaspidi paremini. Võtkem end kokku ning... ELAGEM VEEL!

TOOMAS PUSS
4.oktoobril 1999

Juhatus otsused

03.10.1999.a.
(XIX koosolek, Mustla-Nõmmel) -

EOLi juhatuse otsus nr 95
EOLi võistluste korraldamine
2001-2002. a.

Eesti Orienteerumisliit ootab oma liikmetelt pakkumisi EOL-i 2001-2002.a. võistluste läbiviimiseks. Tingimused on järgmised:

* võistlused on isemajandavad, s.o. EOL-i poolne rahaline abi puudub

* EOL kindlustab Eesti MV medalid ja diplomiblankeid

* EOL toetab rahaliselt Eesti suusaorienteerumise meistrivõistlusi

* EOL võib oma Üldkogu otsusega kehtestada võistluste stardimaksule lisanduva maksu

Pakkumised on avatud järgmistele võistluste läbiviimiseks:

* Eesti MV suusaorienteerumise lühirada (jaanuar-veebruar 2001)

* Eesti MV suusaorienteerumise tavarada, teade (veebruar 2001)

* Eesti MV orienteerumisjooksus lühirada (HD21 eeljooksuga, juuni 2001)

* Eesti MV orienteerumisjooksus öine tavarada

* Eesti MV orienteerumisjooksus tavarada (HD21 eeljooksuga eelmisel päeval, ülejäänud klasisid ilma eeljooksuta aug.-sept. 2001)

* Eesti MV orienteerumisjooksus teade HD 21 (juuni 2001)

* Eesti MV orienteerumisjooksus teade juun.+veteranid (aug.-sept. 2001)

* Eesti MV orienteerumisjooksus pikk rada (september 2001)

* Suunto Games in Estonia - 2 päeva ind. võistlus (oktoober 2001)

* 4EST - 4 päeva ind. mitmepäevajooks (juuli 2001, juuli 2002)

EOL-ile tehtud pakkumine peab sisaldama järgmisi andmeid:

* võistluse nimetus

* korraldaj klubi(d)

* peakorraldaja

* kaardistaja(d)

* võistlusmaastiku kirjeldus, võistluskeskuse asukoht

* klubi poolt esitatavad lisatingimused ja ettepanekud

* mittekohustuslik, kuid soovitatav on võistluse ligikaudne eelarve koos võimaliku stardimaksu suuruse pakkumisega

Kirjalikud ettepanekud võistluste läbiviimiseks peavad olema laekunud EOL kontorisse hiljemalt 31.oktoobriks 1999.a.

Kinnitatud EOL-i Juhatuses 02.10.1999.a. Mustla-Nõmmel

14.10.1999.a.
(XX koosolek, Tartu)

EOLi juhatuse otsus nr 96.
Juunioride MM-võistluste preemiasummade jagamine

Vastavalt EOL juhatuse varasemale otsusele jagada 10000 krooni juunioride MM-võistlustel osalenute toetuseks vastavalt sportlikele tulemustele, jagati nimetatud summa järgnevalt:

Anu Annus: 7000 kr

Doris Sabre: 1000 kr

Age Poom: 1000 kr

Marek Nõmm: 1000 kr

2. EOLi Üldkogu koos koondise kandidaatide kontrollpäevadega

19.-21.novembril Jänedal

Toimumiskoht: Jänedal ÖNK.

Esialgne programm (täpne päevakord saadetakse klubidele 7 päeva enne Üldkogu toimumist, koondise kandidaatidele edastatakse kutse ja teatatakse täpne programm isiklikult):

REEDE 19.november

13.00 - 17.00 koondise kontrollpäevadest osavõtjate saabumine, ind. treening.

18.00 järgmise hooaja plaanide ja võimaluste tutvustus

LAUPÄEV 20.november

9.30 analüüs eelnevalt tehtud terviseuuringutest ja testidest ning spordimeditsiiniline lisateave/õpetus

10.00 - 13.45 EOL üldkogu delegaatide registreerimine

10.00 - 21.00 avatud orienteerumiserada kõigile (reg kohapeal, tasu 15.- kr)

11.00 - 12.30 koolitusüritus klubijuhtidele

11.30 koondislaste ühistreening maastikul

12.20 - 13.30 LÕUNA

14.00 **EOL üldkogu töö algus.**

Kavas:

* Kokkuvõtted 1999.a. tööst; juhatuse liikmete, suusa-o koondise treeneri, noortetöö juhi ja ajalehe toimetaja aruanded tehtud tööst.

* Ülevaade kontori tööst jne.

* EOL liikmemaksu määramine 2000.aastaks.

* EMV, 4EST, SG juhendite kinnitamine.

* Koondiste koostamise reeglite kinnitamine jne.

* Sõnavõtted ja autasustamine.

18.30 ÖHTUSÖÖK

21.00 - 24.00 Klubi, O-videode vaatamine, soovijatele saun

PÜHAPÄEV 21.november

9.30 EOL üldkogu töö jätkub.

* Tegevuskava 2000 - 2001, sõnavõtted jne

* EOL juhatuse liikmete valimine.

13.00 EOL üldkogu töö lõpp.

Muud tingimused:

* EOL päevadel osalemine ei ole piiratud, kuid igal liikmesklubil on hääletamisel üks hääl.

* Majutuse ja lõuna- ning õhtusöögid tuleb ette tellida EOL kontorist (tel/fax 2-6398681; e-mail: eol@spin.ee) hiljemalt 12.novembriks k.a.

(vt. hinnad allpool).

* Üldkogu töös osalemine on tasuta. Tasuta on ka kohvipausid üldkogu töö ajal. Tasuda tuleb tellitud majutuse ja söökide eest EOL-ile. Samuti peavad majutuse ja söökide eest tasuma koondise kandidaadid või nende klubid.

Hinnad Jänedal:

Ööbimine: 1-ne tuba - 160.-; 2-ne tuba - 260.-; 3-ne tuba - 330.-; 8-ne tuba 560.-

(Hinnad on tubade eest ja sisaldavad ööbijate hommikusöögi(d) rootsilauas).

Lõunasöök 55.- krooni. Õhtusöök 45.- krooni.

ORMAR LUTSBERG

Lauri Piirise parima noore rändkarika võitis ülekaalukalt Varvara Guljajeva

OK Põlva Kobrased noored klasisid HD 14, 16 ja 18 võistlesid läbi 1999. a talve- ja suvehooaja tiitlivõistluste Lauri Piirise poolt välja pandud Mitmekülgeima noore karikale. Arvesse läksid nii Eesti meistrivõistlused kui kõik Põlva maakonna meistrivõistlused; kokku 10 võistlust, millest arvestati seitset parimat tulemust.

30.oktoobril Mooste mõisas peetud hooaja lõpetamisel andis klubi president Kolla Järveoja

rändkarika selle esimesele võitjale Varvara Guljajevale (D16) pidulikult terveks aastaks hoiule.

Teiseks tuli Tarmo Tomson, kes kogus meistrivõistlustelt 50 punkti jäädes nõnda Varvarast maha 14 punktiga.

3. Mairit Trei 49 p

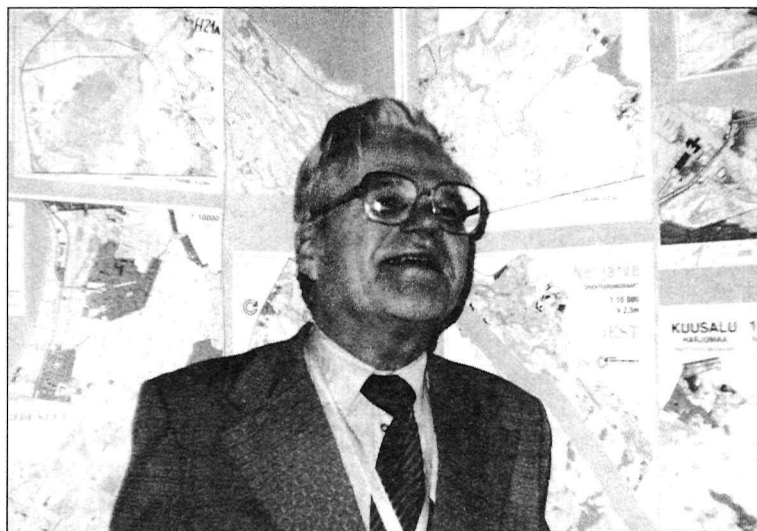
4. Sander Vaher 46 p

5. Mihkel Järveoja 43 p

6. Annika Rihma 36 p.

MARET VAHER

25 aastat o-neljapäevakutel!



Peedu Retel (67) on püstitanud ainulaadse rekordi: ta on osalenud 25 järjestikusel hooajal kõigil kahekümnel Tallinna O-neljapäevakul. Kes pakub konkurentsi?

Avaldame sügavat kaastunnet Taavi Tatsile

isa

kaotuse puhul

Klubikaaslased OK LUSist

RISTSÕNA

Eelmises lehes ilmunud rist-sõnale on saabunud 8 õiget vastust. Täna kõiki vastuse saatjaid ning ühtlasi teatan kõigile teistele, et ootan veel õigeid vastuseid.

Orienteeruja tasuta aastatellimuse saaja loositakse kõigi õieti vastanute vahel välja EOLi päevade ajal Jänedal.

Maret Vaher

Palju õnne sünnipäevaks!

31.10 Ormar Lutsberg -34

03.11 Tõnu Nurm - 52

04.11 Ruth Vaher - 28

07.11 Madis Alev - 49

08.11 Andreas Kraas - 20

11.11 Tõnu Raid - 60

12.11 Ülo Saar - 53

18.11 Mare Ojaste - 50

19.11 Toivo Saue - 51

23.11 Johannes Tasa - 49

24.11 Rain Eensaar - 25

01.12 Arne Kivistik - 66

05.12 Erik Aibast - 26

06.12 Ülo Needo - 49

08.12 Kalju Albert - 45

10.12 Ene Altmäe - 56

10.12 Jaan Miljan - 50

11.12 Raul Kudre - 29

11.12 Kirti Rebane - 26

13.12 Kuno Rooba - 27

13.12 Kalle Luuk - 45

14.12 Anne Keerberg - 43

15.12 Virve Poom - 51

17.12 Ingrid Kala - 31

18.12 Leena Annus - 50

18.12 Ilona Vanaveski -57

Külmetushaiguste vastu võitlemiseks:

* pese käsi

* naera

* liigu palju värskes õhus

* söö õunu, kaalikaid ja jõhvikaid

* joo kibuvitsateed

* trennist tulles pane kohe selga kuiv särk

* söö mett

* käi regulaarselt saunas

* kasuta kõiki oma salanippe haiguse vastu

Orienteeruja intervjuu

Orienteeruja intervjuu

Küllli Kaljus

*Jooksuvõimed lubaks Külli Kaljusel tulla maailmameistriks.
Puudu on eneseusust ja keskendumisvõimest.*

Eesti Orienteerumisliidu president
LEHO HALDNA

Sünniaeg: 22. jaanuar 1973
Pikkus 160 cm, kaal 46 kg
Hariduskäik: Põlva Keskkool (lõpetas 1991)
Tartu Ülikool (1991-1995), geograaf; praegu geograafiamagistrant
Töökoht: kartograafiafirma Regio
Klubid: Kobras (kuni 1990); Peko (alates 1990)
Soomes: Hyvinkään Rasti (1990-1991), Liedon Parma (alates 1993)
Keeled: inglise, soome, vene
Saavutused: Kuldmedaleid Eesti MV-lt orienteerumises — kokku 22.
Suvel: lühirada (1994, 1995, 1996, 1997, 1998); tavarada (1993, 1994, 1995, 1996); pikk rada (1994, 1997, 1998); öine (1996); teatejooks (1992, 1993, 1994, 1996, 1997, 1999); **Talvel:** suunateade (1990, 1991, 1994)
Hõbemedaleid — 15; pronksmedaleid — 9
Kokku medaleid Eesti MV-lt orienteerumises — 46.
Kuulunud Eesti orienteerumiskoondisesse — kokku 47 korda
Orienteerumises Eesti edetabelivõidud 1993 — 1999
Medaleid Eesti MV-lt kergejõustikus: kuldasid - 3; hõbedaid - 2; pronkse - 1

Millal hakkasid orienteerumisega tegelema?

Olen pärit sportlikust ja loodussõbralikust perest. Ema tegeles agaralt sportvõimlemisega, isa sportis mitmekülgsesti: suusatas, tegeles kergejõustiku ja tõstesportiga. Juba väikesest peale võeti mind metsa ja mujale loodusesse matkama kaasa. Suusatama hakkasin tillu tüdrukuna, suusatamas käisime kogu perega. Sügisel, kui esimene lumi maha tuli, otsisime suusad välja ja tegime paar väikest ringikest kusagil põllu peal. Vanasti oli lund ka rohkem. Kolmeaastasena osalesin oma esimesel suusavõistlusel. Suusatasin päris pikka aega, see arendas vastupidavust.

Mind on lapsest saati kasvatatud kohusetundlikuks; see omadus on mind mitmel korral sundinud võistlust lootusetus olukorras jätkama ning ka lõpetama.

Orienteerumistreeningul hakkasin vanemate õhutusel käima kolmandas klassis 1982. aasta sügisel Põlvas Elli Eljand-Saali juures. Vanem õde Ülle käis juba seal trennis ja arvas, et mina võiksin ka. Ülle on samuti tulnud Eesti meistriks ja kuulunud Eesti orienteerumiskoondisesse. Orienteerumisega tegeleb ka noorem vend Kalle. Olen juba algusest peale olnud kergejalgne jooksma. Trennis olid kõik minust vanemad, pidin õe ja vanemate tüdrukutega koos jooksma, võtsin algusest peale neid kui võrdseid. Keskkooli ajaks oli meie treeningkamp lagunenu, trenni tegin üksi. Selles (trenniseltskonna) mõttes ei olnud Tartusse tulek üldse raske.

Esimene suurem võit, esimene medal?

Kui ma esimest korda üleeestilistel võistlustel N-10 klassis võitsin, olin maru pettunud, kui mulle selle eest ainult märk, mitte medal anti. Esimene medal oli minu jaoks oluline. Selle saamise eriline tunne on praeguseni mees, võistlus ise on ununenud.

Sa olid arengus ekaaslastest ees. Millal kuulsid esmakordselt Eesti naistekoondisesse, millal tulid esimesed võidud?

Esimene maavõistlus naisteklassis oli 1988. aasta talvel Eesti - Läti, sain siis märkes kuuenda koha. Esimesed võidud sain 17-aastasena Eesti - Leningradi maavõistlusel märkes ja märketeates 1990. aasta algul. Suvel võistlesin esimest korda naistekoondises 1989. a. Liidu meistrivõistlustel, kus me teates võitsime hõbemedali.

Meistrinorm oli Sinu sündimise ajal Eesti orienteerujatele suureks stiimuliks. Kas Sinu ajal ja Sulle endalegi oli meistrinorm ja Eesti koondisesse saamine stiimuliks?

Minu sporditegemise alguses oli meistrimärk ja Eesti koondis suureks stiimuliks. Järgnormide täitmised olid mulle omaette saavutused. Meistri kandidaadi märgi sain kätte, aga meistrimärki mul pole. Meistrinormi täitsin küll, aga järgnormid kaotati Eestis napilt enne ära ja märki enam kätte ei saanudki.

Eesti koondisesse kuulumine on minule iseenesestmõistetav. Olen koondises nii kaua olnud, et mul on raske hinnata sinna

saamist. Praegu see eraldi eesmärk pole, minu sihid on veidi kõrgemale seatud. Noortele võiks see innustavaks eesmärgiks olla küll. Neile, kes teevad pühapäevaspordi, polegi arvatavasti oluline Eesti koondise eest kusagil võistelda. Kes aga Eesti koondisesse jõuab, teeb ka rohkem trenni ja on oma eesmärgid kõrgemale seadnud.

Koondisesse pürgimine oleks ehk suurem stiimul kui sellele kaasneks ka mingi materiaalne toetus. Praegu pole vahet — kas

ning kaugemad kohad, kus käinud olen, on Hiina, Hong-Kong ja USA.

Treenerid? Millal alustasid koostööd Tõnu Raidiga? Mis siis muutus?

Keskkooli aja olin iseseisvalt treeninud ja lõpuks tundsin, et midagi jääb puudu. Polnud tarkust ja kogemust nii palju, et oleks suutnud päris iseseisvalt trenni teha. Tundsin, et oleks vaja kedagi toeks. Nii ma läksin teise kursuse tudengina 1992. aastal Tõnu juurde rääkima. Ta

kõikuma. Seetõttu tuleks kasuks, kui ettevalmistusperioodil keegi kõrvalt harjutama õhutaks ja usku enesesse sisendaks.

Maailmameister Jörgen Rostrop harjutab 600 tundi aastas, Väike eine pärast Eesti MV tavaraja suusatamas läbimist. 1999. a Jussil: Foto: Tõnu Raid ei käi. Kui palju Sina harjutad?

Treeningute maht ei ole eriti suur, kuid see-eest olen pidev harjutaja. Ma ei ole treeningunarkomaan, ära ennast ei tapa. Harjutan umbes 300 tundi aastas. Suusatamist on järjest vähemaks jäänud. Spetsiaalselt lund otsida on raske, lihtsam on jooksma käia.

Millal toimuvad peamised treeningud?

Jooksmine meeldib, pärast tööd lähen mõnuga jooksma — nii saan kergesti tööpingest lahti. Vaid sügisestel pimedatel õhtudel on ebameeldiv jooksma käia, siis pean end sundima. Rohkem trenni kevadeti ja viimastel aastatel ka suvisel võistlusperioodil. Treeningupause on ette tulnud harva, needki seotud haigustega.

Kumb orienteerumise pool - jooks või töö kaardiga maastikul - tuleb Sul paremini välja? Kas liigne pühendumine jooksule ei mõjuta orienteerumist?

Üldiselt mul jooksuvormiga probleeme pole, välja arvatud mõned korrad, kui enne võistlusti pikemat tervis korras pole olnud. Seevastu tehniline pool pole just alati kiita, puudu jääb enesekindlusest ja õigest keskendumisest. Orienteerumise võlu ongi saada need kaks poolust omavahel tasakaalu — mida paremini see õnnestub, seda parem tuleb resultaat.

Maastiku-treeningud kaardiga peavad olema eraldi. Tartus polegi võimalik maastikul joosta. Tuleb läbi ajada maanteeservadega. Seetõttu spetsiaalseid kaardi-treeninguid teen ma suhteliselt harva. Kaardiga jooksu peamiselt võistlustel ja laagrites. Sellel aastal piirdusin vaid ühe



1987. a kevad Hatikul: Öppiva Noorsoo spartakiadi pronksmedalisti hoogne finiš.



1987. a kevad Hatikul: Öppiva Noorsoo spartakiadi pronksmedalisti hoogne finiš.

Foto M. Vaheri erakogust

oled Eesti koondises või pole — kõik maksad nagunii ise.

Võistlusreisid

Vanasti oli jõuproove Eestist väljapool küll tunduvalt rohkem, kuigi NL piires. Tänapäeva noortega võrreldes oli meil rohkem võimalusi proovida ennast teistel maastikel. Pidevalt käisime väljas võistlemas. Noorteklassis on oluline proovida jõuda rohkem kodust väljas võraste vastastega. Kodus tuntud kaaslastega joosta — sellest jääb arenguks väheks.

Tänu orienteerumisele olen päris palju reisida saanud. Olen läbi sõitnud enamuse Euroopast

oli nõus. Sellest alates, kui ta mulle plaanid tegi, tõusis koormus ja sain hüppe jälle edasi. Lisaks sellele, et treeningkoormus tõusis, suurenes ka enesekindlus ja tahtmine. Oli oluline, et keegi toetas kõrvalt.

Nüüdseks olen ennast rohkem tundma õppinud ja pole niivõrd oluline, et oleks kõik punktuaalselt ette kirjutatud. Tuleb kuulata oma sisetunnet. Järgmisel hooajal üritan siiski oma treeningut muuta ja lisada sinna juurde intensiivsust ja jõudu, üritan järgida ka jooksutreeneri Harry Lembergi näpunäiteid.

Kuna trenni enamasti üksi, lööb eneseusk aegajalt

nädalalõpulaagriga Soomes, seda on muidugi mõista väga vähe. Loodetavasti läheb järgmistel aastatel paremini.

Kas igapäevaseid tugitooli-kaardiharjutusi teed?

Minule see ei sobi, et ma iga päev kaarte uuriks, see väsitab mind psühholoogiliselt. Selleks pean olema piisavalt puhanud. Mõne konkreetse võistluse eel võtan küll kindla eesmärgiga mingi sarnase maastikuga kaardi kätte ja püüan enda jaoks võistlusmaastikust pildi luua. Siis täidab see oma kindlat eesmärki.

Tehnilisi oskusi aitavad parandada ka orienteerumiskaartide joonistamine metsas.

Mina metsas kaarte joonistanud pole.

Kuidas loed metsas kaarti, kas täiskiirusel või aeglustad jooksu? Kas teatejooksul ja ühisstardis jääd konkurentidest kaardilugemisega maha?

Etapil üritan joostes kaarti lugeda, loen suuremaid objekte ja vorme. Aga enne punkti, eriti Põhjamaade maastikel, kui pilt on väga kirju, siis tuleb loomulikult korra seisatada ja korralikult välja lugeda, mis seal punkti ümbruses toimub, kus punkt asub. Suure kiirusega punktile peale joosta ei saa. Isegi teates tuleb seda teha hetkeks, konkurent ei jõua selle ajaga kaugele minna, teen mõned kiiremad sammud ja olen tal jälle järel. Põhiline on ikka see, et ma ise oleks asjas kindel. Lihtsalt riskantselt joosta ei saa.

Vahest muidugi tuleb ka riskida ja joosta julmalt suunaga, mingile kindlale objek-



Kevad 1987: Hetk Öppiva Noorsoo spartakiadi autastamisest: N15 (vasakult): 1. Maret Vaher 2. Maarika Lihtsa 3. Külli Kaljus

Foto M. Vaheri erakogust

tile, siis pole vaja aega raisata enese määramisega maastikul.

Kumb on olulisem, kas individuaalvõistlus või teade? Millist vahetust teates meeldib enam joosta?

Tavaliselt pööran individuaaljooksule suuremat tähelepanu, sest meil Eestis puudub naiskonnas neli võrdset naist kõrgete kohtade võitmiseks suurvõistlustelt.

Meeldib joosta esimest või viimast vahetust, sest siis saan konkurentidest suuremat jooksukiirust vajalikus kohas kergesti enda kasuks pöörata. (Suunnistaja on nimetanud Külli maailma parimaks teatevõistluste avaetapi jooksjaks.). Soome klubis Liedon Parma (sama, kus võistles eestlastelegi tuttav mitmekordne maailmameister Liisa Veijalainen) olen jooksnud esimest vahetust, mitmel korral suurvõistlustel selle võitnudki. Liisa Veijalainen pool olen mõned korrad õõbinud ka. Ta võtab praegugi teatevõistlustest osa.

Eestis olen viimase vahetuse jooksja, ka siin olen lõpus enamasti vaekausi enda kasuks kallutanud.

Kas lõpus oled kedagi mööda lasknud?

Taanis MK osavõistlusel 1992. aastal, kui jäin ühisstardiga jooksus teiseks, jooksis Marlena Jansson lõpus minust jõuga mööda — tema jooksu võime oli tollal minust üle. Viimati jäin lõpuheitluses teiseks Tiomila teatejooksul 1997. aastal. Viimase punkti võtsime tookord Heather Monroega koos, aga temale vastu ei suutnud lõpus hakata. Paaril viimasel aastal pole minust lõpus mööda joostud.

Milliseid medaleid kodus on? Suuremaid võite?

Viimastelt NL meistri- võistlustelt võitsin hõbeda ja kulla. Juhtus see nii. Eestis oli kümnekond aastat tagasi kolm võimekat naisorienteerijat ja medalivõitjat — Marje Idavain, Riju Johanson ja Ede Ümarik. Neljalikmelises teatenaiskon- nas puudus aga aastaid neljas naine. Nii ma siis 16-aastase tüdrukuna sinna jooksma sattusin ja kohe võitsime medali. Orienteerumisjooksus tuln ma

enne NL tšempioniks kui Eesti meistriks!

Üliõpilaste maailmameistri- võistlustelt orienteerumises olen võitnud ühe hõbeda ja ühe pronksi. MK-osavõistlustel on parimad kohad teine ja kaks kolmandat. Rahvusvahelisel pargituuril (Park World Tour) olin 1996. aastal kokkuvõttes teine.

Eesti meistri- võistlustel on mul orienteerumises võidetud 46 medalit, neist 22 kuldset. Ka kergejõustikus olen mõned korrad tulnud Eesti meistriks ja medalivõitjaks.

Olen oma võistkonnaga Eestis võitnud Jüriööjooksu ja Ilvesteate, Soomes aga populaarse Jukola teatejooksuga koos peetava naiste Venla- jooksu (rohkem kui 400 naiskonna seast).

Tänavu võitsin mainekal Soome viiepäevajooksul kahel päeval ja kokkuvõttes esikoha.

Oled võistelnud Jicini ümbruses Tšehhi paradiisis (Cesky Raj), kus elutseb teatavasti õilis rõõvel Rumcajs. Kas loodus on seal tõesti eriline, rõõvellik?

Jicini juures käisime esimest korda 1988. aastal, see Tšehhi viiepäevajooks oli mul päris esimene välisreis. Siis oli see mulle tõeline elamus joosta pöögimetsades suurte kaljude vahel. Venemaal oli küll käidud pöögimetsades, aga niisuguseid kaljusid polnud ma varem üldse näinud. See oli tõesti suurepärane vaatepilt, kui tornimoodi kaljumürakad seisis seal keset metsa ja paistsid puude vahelt silma. Tol ajal ei osanud neid elamusi Rumcajsiga küll seostada. Seda, et Rumcajs seal elutseb, sain alles hiljem teada.

Millisel maastikul meeldib kõige rohkem joosta? Kuidas saad hakkama vihmasemas metsas jooksimisega?

Kõige enam meeldib samblane männimets, kus on hea kerge joosta. Mäed mind ei hirmuta, sest füüsiliste võimete poolest suudan igast mäest üles küll joosta... Ei, päris nii see pole. Mõni mägi on ikka nii suur, et seal tuleb üles roomata!

Ei meeldi soo ja võsa, millega aga orienteerumiserajal tuleb kui paratamatusega leppida. Kui

juba metsas joostakse, siis pole mingit vahet, kas sajab vihma või ei saja, kas mets on märg või mitte. Just metsa minek, kuni riided märjaks saavad, on ebameeldiv. Kui sadu on aga nii tugev, et "klaasipühkijad" ei jõua vett näolt ära pühkida, on ka muidugi ebameeldiv.

Milline rada on Sinu jaoks ideaalne — kas pikem või lühem; paljude KP-dega või vastupidi — "otsustava teevalikuga", pikkade jooksuetappidega rada?

Raja algus peaks olema minu jaoks natuke lihtsam ja võib-olla pikemad etapid, mitte otsustava teevalikuga, et jõuaks sisse elada. See, mis seal lõpus toimub, see pole probleemiks. Ei meeldi väga lühikesed paarisaja-meetrised etapid. Aga samas ei meeldi mulle ka mingid kahekilomeetrilised etapid, kus ma pean vaatama ühest kaardi otsast teise. Rada peaks olema vahelduvam, vahel mõni pikem etapp ka, siis vahel lühemad punktivahed. Vaheldusrikkas.

Palju on Sul orienteerumismisstarte? Üldse kokku? Aastas? Tänavu?

Ma pole statistikahuviline ning ei pea arvestust kõikide võistluste kohta.

Viimastel aastatel tuli mul 35 - 40 orienteerumismisstarti ja 5 - 10 jooksuvõistlust aastast. Tänavu lugesin kokku 29 orienteerumismisvõistlust.

Nooremana oli neid võistlusi palju rohkem, kogemusi oli niimoodi vaja saada. Siis tuli küll 50 starti aastas. Nüüd ma hoian end selles suhtes. Eriti kui põhivõistlused on hooaja lõpupoole, peab selle kevadise perioodiga ettevaatlikum olema. Ma olen täheldanud, et kui mõnel aastal olen palju võistelnud, väsin sügiseks väga ära. Tuleb hoida end värskena.

Milliseid vigu teed orienteerumiserajal? Palju lased end sellest häirida?

Olen oma orienteerumisa- ja jooksul teinud mitmesuguseid vigu. Kõige hullemad on need korrad kui olen avastanud end 180° vales suunas jooksmas. Üldiselt häirib ikka küll, kui ma ei leia punkti oodatud kohas - siis lööb välja eba- kindlus.

Pärast eriti rasket kehalist pingutust, näiteks pärast eriti viingeid tõuse, tuleb vahel mõttekramp. Sageli väga lihtsas situatsioonis. Siis tuleb mõnisekundpaigal seista, nii saab lained tagasi.

Väikese vea unustan kohe. Kiirustama, et kaotatud aega tagasi teha, ei hakka.

Võib-olla on mul veel üks selline viga, et lähen punktist välja liialt kiirustades. MM-I jälgisin, Kirsiga (Boström) oli võrdlusmoment, tema ikka võttis asja väga rahulikult. Kui ta punkti ära komposteeris, seisis tükk aega ja planeeris järgmist etappi. Mina nagu ei kannata punktis seista, konkurent näeb ju. Pealegi on mulle õpetatud, et enne punkti võtmist peaks järgmise etapi ära lugema ja alles siis punkti minema. Võibolla on hoopis vastupidi — viid sellega mõtte mujale ja punkti võtmine võib kannatada? Viimasel ajal on punktivõtmised ka piisavalt keerukad, kogu tähelepanu peaks olema punkti võtmise juures. Alles seejärel peaks keskendumise järgmise etapile. Võibolla liigne tormakus viib vigade tekkele?

Edaspidi võiks mõelda ja proovida: natuke rohkem aega pühendada punktist väljaminekule, et mitte teha liigseid kaari. Selles mõttes oli MM-il nähtu uudne kogemus. Enda jaoks peab optimaalse üles leidma.

Kas Sul on iga-hinna- eest- võitmise hing ja piisavalt auahust?

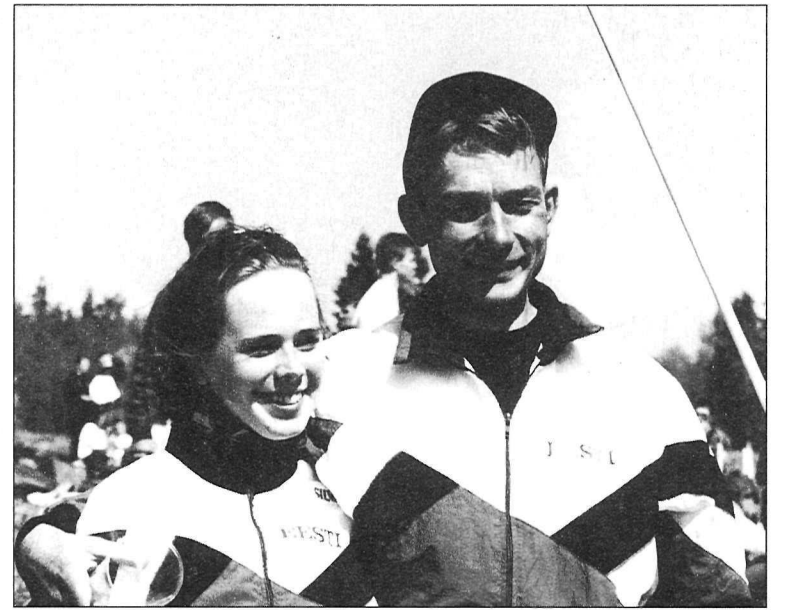
Patoloogilist auahustust mul pole. Ennast lõhki jooksma ei lähe. Kui on õige sportlik vorm, siis tuleb kõik iseenesest välja. Ei mõtlegi, et jooksan aeglaselt või kiiresti, võistlustahe on selline, mis piitsutab tagant. Sellisteks mõtlemisteks metsas aega ei jää. Kõik oleneb sellest, kuidas suudad end motiveerida, kuidas vorm on.

Missugune on Sul hea võistluse tunne?

Paljudel Eesti võistlustel lähen lihtsalt jooksma ja rada läbima. Eestis kõik mõtlevad, et ma pean alati võitjana metsast välja tulema. See rõhub.

Mõten küll, et ma ei jookse teiste, vaid enda jaoks, aga alati ei aita. Seetõttu tulevad välismaa võistlused paremini välja. Juba kodust väljasõit ja reis ise loovad teise meeleolu ja maailma, olen mõtetega võistluse juures.

Positiivsed emotsioonid tulevad ikka võitlustest. Üritan tasakaalu leida, oluline on sisemine tunne. Vahel tunnen juba enne võistlust, et täna ei tule võistlustest midagi välja. E e s t i



MK etapil Cesises, kevad 1996: kaks võitjat: Külli (3.koht) ja Sixten (1.koht). Foto: Tõnu Raid

meistrivõistlused satuvad minu jaoks kehvale ajale. Nagu tänavu — tulime MM-It ja olin pingelanguse seisundis. Sageli ei leia siis enda jaoks piisavalt motivatsiooni, ei suuda maksimaalselt keskenduda ja vead tulevad sisse. Metsas teadsiingi, et lähen valesti, aga justkui ei tahtnudki midagi ette võtta ning läksingi valesti edasi. Kuidagi raske oli end sundida ja leida õiget võistlusrütmi.

Palju Sul on vigastusi olnud?

Mõned aastad tagasi olin hädas luuümbrise põletiku ja "jooksja põlvega", paari süstiga sai asi lahendatud. Selles suhtes on mul üsna kergelt läinud.

Sellel suvel MM-võistlustel väänasin esimest korda oma elus jala välja (ilmselt olen nüüd õige orienteeruja). MM-i näidiserajal jooksin aga orgi omal niimoodi silma, et ei julgenud tükk aega silma lahti teha. Selline asi lõi mind üsna tükiks ajaks endast välja. Vaatasin, et mets ongi niisuke hull ja ma pean sellisesse metsa minema ja veel võistlustempoga jooksma.

Põlve olen löönud ühel korral vastu kivi nii, et nädal aega pole joosta saanud. Siin on palju tähtsust õnnel või juhusel. Sinikatega metsast välja tulemine on küll tavaline.

Võistlustel teen küll selliseid asju, mida muidu iialgi ei teeks, hüppan mõnest kaljust alla või mõnest paarimeetrisest kraa-

vist üle. Need kõik käivad võistlusega koos, trennis midagi sellist tegema ei hakka.

Mida arvad teisest (esimene kaotaja) või neljandast (Neljas koht on jama) kohast?

Ei maksa endale pingeid luua. Oleneb, mis võistlusega on tegemist ja kellele kaotada. Kahju on, aga järgmine võistlus annab uue võimaluse ja selles suhtes pole kaotus mingisugune maailmalõpp. See, kes on minust parem, see on parem ja seda tuleb tunnistada.

Ede Ümarikule kuulub tõdemus: Orienteerumine on ala, kus lisaks vastupidavusele on vaja ka jõudu. Liha annab vihase jõu, millega metsas ja pehmel pinnasel hakkama saada. Mida Sina sööd?

Ma pole mingi söögitegemise fänn. Korra päevas üritan midagi sooja süüa, lõuna ajal käin kusagil väljas söömas. Liha ma söön. Ütleme niimoodi, mul pole eesmärki iga päev liha süüa, kui ma seda nädalas paar korda söön, siis on mulle piisav. Lihasöömine on täiesti individuaalne. Hommiku- ja õhtusöögiks ostan poest piima, leiba, juustu, jogurtit, müsli ja helbeid, puu- ja juurvilju, mahla ja mineraalvett.

Kas õhukesti pannkooke armastad küpsetada ja süüa?

Ise küpsetan väga harva. Kui harva saab, siis võib süüa. Kui väga tihti saab, siis ehk kaotavad need oma võlu.

Arne Kivistik on öelnud: Esmaspäev on haavade lakkumise päev. Kuidas on Sinul?

Esmaspäeval ei tule tõsisest treeningust küll midagi välja, oleneb muidugi ka nädalalõpust. Väike lödvistus igal juhul paha ei tee.

Mida ütled metsloomadega kohtumisest?

Ma arvan, et kõigil orienteerujatel on metsloomadega vähemal või suuremal määral kokkupuuteid olnud. Mina olen metsas kohanud sigu ja kitsel peaaegu otsa jooksnud. Suvejoosul nägin ükskord metssiga, siis oli



Kevad 1990: OK Kobrase noored koos treeneritega Ungaris. Vasakult: Ülle Kaljus, Külli Kaljus, Vello Solna, Toivo Toomas, Maret Vaher, Maarika Lihtsa, Kolla Järveoja ja Ruth Vaher.

Foto R.Vaheri erakogust



Õed Ülle ja Külli. Kevad 1990 Ungaris.

Foto R.Vaheri erakogust



Jüriööjooksu võitjad 1992: OK Peko.

Foto: Harry Veide

mul küll hirm, panin täiesti vales suunas jooksu ja üritasin uuesti otsast peale hakata. Kui raja peal suur metsis nina eest võsast välja kargab ja suure hooga üles lendab — selline suur lind! — ehmatab tõesti tükiks ajaks ära. Siis tuleb end kiiresti jälle kokku võtta.

Orienteerumine ja/või kergejõustik?

Põhiala on siiski orienteerumine, sest siin on maailmatipp lähemal. Staadionijooksu teen enamasti vajadusest oma füüsilist vormi proovida. Siin saan võistelda ka iseendaga, s.t parandada isiklikke rekordeid. Sügisestel rahvajooksudel käin aga seepärast, et vaim on orienteerumises väsinud, jooksuvorm aga kestab kauem ning vajab realiseerimist. Samuti on meeldiv võita ja auhindu saada. Jooksualal olen eesmärgiks võtnud joosta täispikka maratoni — tahan näha kui kaugele minu jooksuvõimed küünivad. (Oktoobri lõpus võistleski Külli Frankfurdi maratoni - toim.)

Millised on Sinu isiklikud rekordid?

Sel aastal olen päris kõvasti isiklikke rekordeid parandanud. See näitab ka, et mul oli sel aastal parem füüsiline vorm kui varem. 5000 meetri aeg 16.37,38 on Eesti selle aasta edetabelis parim. Poolmaratonis tulin jälle Eesti meistriks ajaga 1:17.04, isiklikku reko-

rdit parandasin rohkem kui kolme minutiga.

Veel olen 1500 meetrit jooksnud 4.42 ja 3000 meetrit 10.01-ga. Koolis hüppasin kaugust neli meetrit.

Kus ja kellena töötad? Mida peale töö ja orienteerumise veel teed?

Lõpetasin Põlva keskkooli 1991. aastal. Ülikooli minnes kõhklesin kehakultuuri ja geograafia vahel valides. Valiku geograafia kasuks kallutas selle eriala looduslähedus ja asjaolu, et öde õppis seal ees, eriala oli seetõttu tuttav. Tartu ülikooli lõpetasin geograafia 1995. aastal. Bakalaureusetöö teemaks oli "Eesti orienteerumiskaartide andmebaasi loomine", juhendajaks tuntud orienteeruja – dotsent Heino Mardiste. Praegu olen magistrantuuris. Juba kolmanda kursuse tudengina läksin kartograafiafirmasse E.O.Map tööle. Praegu töötan Regios.

Hobideks pole eriti palju aega üle jäänud. Kooliajal laulsin kooris ja tegelesin jõudumööda käsitööga, nüüdseks on need mõlemad unarusse jäänud. Meeleldi loen ajaloolisi ja romantilisi romaane, suurim king on aga tantsimine, eriti meeldivad mulle ladinameerika rütmid ja rock'n'roll.

Kas oled range planeerimise pooldaja või toetud

rohkem emotsioonidele?

Tegelikult pole midagi planeerida, elu ise sunnib peale. Paratamatult tuleb töö olla niipalju tunde ja treeninguks kulub niipalju tunde, siis tuleb vaadata kuipalju tunde järele jääb ja mida sellega teha. Oleneb hetke seisust, kas suudan selle ajaga midagi asjalikku teha või lihtsalt puhata järgmiseks päevaks. See, kui palju suudan päevas korda saata, varieerub periooditi: vahest rohkem, vahest vähem.

Kuidas oled suutnud ühildada sportimise ja pingelise töötamise/õppimise viitele?

Kui ülikoolis käisin, oli töö kolmandajärguline. Kui ülikool läbi sai, tõusis tähtsamale kohale töö ja väga palju energiat läks töösse.

Mõned aastad vahepeal oli sport natuke allapoole nihutatud. Sellel suvel lükkasin töö peaaegu kõrvale, sain suvi otsa rahulikult harjutada, valmistada. Hooaja jooksul tuleb tasakaalu nihutada, olenevalt aastaajast seane esikohale erinevad huvid ja aspektid. Talvel üritan rohkem tööd teha, suvel rohkem orienteerumisega tegelda.

Õppimine on praegu kõrvale jäänud, kolmandale kohale, muidu oleks magistrantuur ka lõpetatud.

Kas elukutselise sportlasena oleks sportlikud tulemused tunduvalt paremad?

Ei tea öelda, kuna pole elukutselise sportlase leiba proovinud. Kindlasti oleks mul parem jooksuvorm. Kui teha rohkem kaardiga jooksu maastikul, võimalik, et siis oleks rohkem enesekindlust, võib-olla suudaksin siis läbi kogu hooaja paremas vormis olla. Seda ei tea aga, kust see piir ette tuleb, et ainult ühe

a s j a g a tegelda — see on mõneti riskantne ja võib hakata vaimselt väsitama. On vaja selliseid tasakaalustavaid asju ka.

Kes rahastab Sinu võistlusreise?

Orienteerumine on minu hobid, võistlen amatöörina oma rahakoti peal. Võistlusreisidel on

mind rahaliselt abistanud EOL, klubid Peko ja Liedon Parma.

Kas avaliku elu tegelasena oled juba harjunud nägema kirjutusi ja enda pilte lehes? Kuidas suhtud pealetükkivatesse ajakirjanikesse ja ajakirjandusse üldse?

Orienteerumine on siiski mõneti teisejärguline spordiala ja ajakirjanikud selle vastu suurt huvi ei ilmuta. Seetõttu pole ka mingeid sellelaadseid probleeme. Huvi minu vastu on viimasel ajal tekkinud seoses jooksuvõistluste võitmisega, a'la teemal - võsajooksik tuleb metsast välja ja teeb pärisjooksjatele säru. Arvan, et avalikkusele olengi tuntumaks saanud just tänu jooksuvõistluste võitudele.

Rääkimine üldiselt vastumeelt ei ole. Aga seda ei oska hinnata, kas kellelegi pakub selle lugemine üldse huvi. Ise olen küll üldiselt *Orienteerujas* kõik need intervjuud läbi lugenud. Väga huvitav on inimeste teiste aspektide pealt tundma õppida.

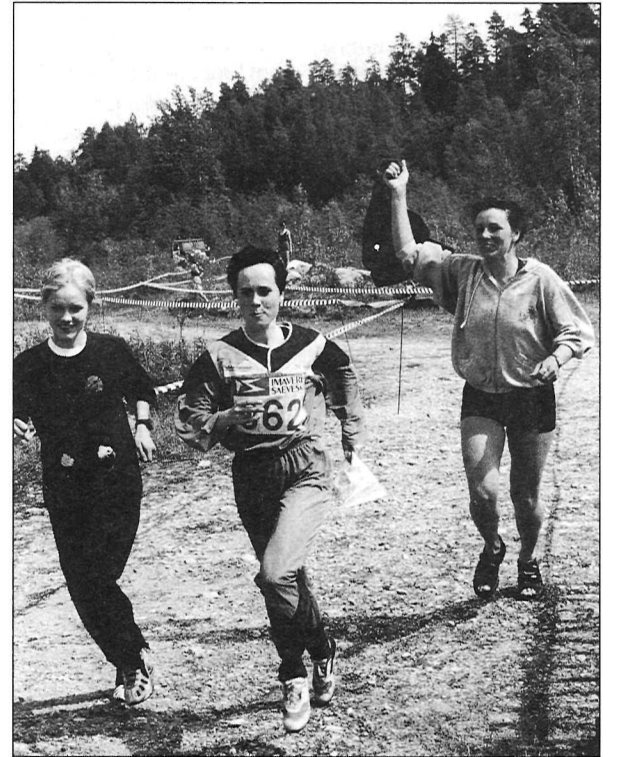
Lõpetuseks suvise MM-võistluse pudemeid Külli Kaljuse silmade läbi.

Mida on meenutada tavaraja finaalist? Mis õnnestus, kus tulid sisse vead?

Ma olen alati suhteliselt aeglane alustaja, kaarti elan sisse raskustega, seetõttu väljun stardist tavaliselt ebakindlalt. Pärast starti on närv pingul, tundub nagu ei jõuaks joosta, kuigi enne starti olen teinud korraliku soojenduse. Alati on sees väike kartus, kuidas täna hakkama saan — kuigi olen juba palju aastaid orienteerumises võistelnud. Kas see on tingitud ülevõi alaerutusest, polegi selge. Tihti teen esimeste punktidega ka vigu. Rajal joostes tuleb aegapidi kindlus ja sellega koos tõuseb ka tempo.

Invernessis kulges tavarada-suure mäe nõlvadel, kus kõrgusjooned olid 5-meetrise vahedega. Kaardil oli selgeid äratundmispaiku vähe, palju oli jooksu piki nõlva. Alustasin ettevaatlikult, lootuses mitte vigu teha. Siiski tegin kohe esimese punktiga rohkem kui kaheminutilise vea, sest ei suutnud KP asukohta täpselt välja lugeda, mistõttu jooksin alul mööda nõlva punkti suhtes liialt madalale.

Kindlus tuli tasapisi, kuid juba enne viendat punkti oli mulle järele jõudnud kolm minutit hiljem startinud soomlanna Kirsi Boström (selle distantsi hilisem maailmameister). Järgmine etapp (5. - 6.KP) oli kahekilomeetriline teevalikuetapp, kus mul õnnestus temast jooksuga uuesti lahti rebida ning selle etapi ma võitsin (aega kulus 14.33). Rajal kohtusin veel mitmel korral Kirsi Boströmiga, see andis kindlust veelgi juurde ning ilma suuremate vigadeta suutsin joosta peaaegu lõpuni. Kolm punkti enne lõppu aga lasin end siiski liiga vara lõdvaks ja kaotasin hooletuse tõttu mõnikümmend väärtuslikku sekundit. Kuigi lõpetasin enne Kirsi Boströmi



EMV teates 1999 Mustla Nõmmel: võidurõõmus OK Peko naiskond. (Anu Annus, Külli ja Ingrid Kala)

Foto: Harry Veide

ja olin lõpetamise hetkel teisel kohal, polnud hea koht sugugi kindel. Jäi oodata veel tosinat naist, kuid minu õnneks pooled neist eksisid minust rohkem. Medalist jäi puudu poolteist minutit.

Nii see seitsmes koht tuli. Kahju on nendest sekunditest, mis mind kuundast pjedestaa-likohast lahutasid.

Lühiraja kolmeteistkümnes koht oli samuti hea. Mida on meenutada?

Hiljem võistlust analüüsid selgus, et olin tegelikult lühirajal medalile lähemal kui tavarajal. Kolmanda-neljanda-viienda etapiga kaotasin rohkem kui kolm minutit, pronksi võitmiseks oleks piisanud poolteistest minutist.

Lühirada on mul vaimselt raskem joosta kui tavarada, kuigi ajalisel kulub tavarajale 2—3 korda rohkem aega. Lühirajal on palju punkte, kuid puuduvad pikad jooksuetapid, kus saaks end vaimselt veidi lõõgastada. Lühirajal tuleb kogu aeg maksimaalse tähelepanulikkusega punkte võtta, see väsitab ning vead on varmad tekkima. Seetõttu on mul

viimasel ajal rohkem õnnestunud tavaraja võistlused.

Etapiaegade tabelid näitavad, et Sul tuli vigu ajalisel rohkem kui konkurentidel. Mis jäi individuaalvõistlustelt hinge kripeldama?

Tagantjärele analüüsid jäi MM-võistluste medalist nii vähe puudu, seda pole varem olnud. Kui ma tänava kõhklesin tippspordis jätkamise mõttekuses, siis nüüd leidsin uut motivatsiooni ning olen otsustanud võistelda vähemalt kuni Tampere 2001. aasta MM-ni. Muide, minu ema on sündinud Tampere lähedal.

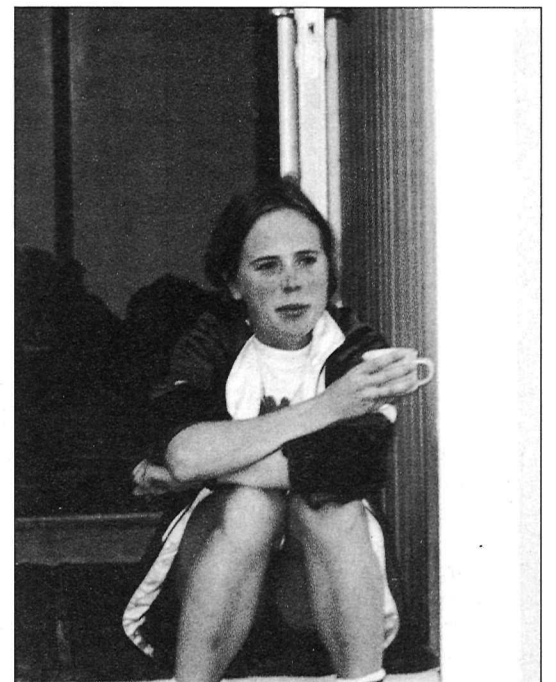
Intervjuu tegi

VELLO VIIRALU

Tartu - Nõo, 6. oktoober 1999



Külli ei tee milleski endale hinnaalandust: tippspordi kõrvalt sai ta edukalt hakkama ka Tartu ülikooli geograafia õppekavaga. Pildil: ülikooli lõpuaktusel koos treeneri Tõnu Raidi ja bioloogist toakaaslasega. Foto Maret Vaheri erakogust



MM 1997 Norras Grimstadis

Foto: Ruth Vaher

MÕTLEMISPROFIIL

Mõtlemisprofiili määramise eesmärk on teha eliitorienteeruja teadlikuks faktoritest, mis on sooritusvõime seisukohalt olulised. Mõtlemisprofiil on välja töötatud Rootsi koondise treenerite püüdlustes aidata iga indiviidi tema aren-

gus. Läbi isiklike vestluste võib inimene saada kinnitust oma tugevatele külgedele ja jõuda arusaamisele oma nõrkadest külgedest.

Indiviidi arengus kehtib printsip teadvustada-aktsepteerida-muuta. Mõtlemis-

profiili testi sooritamise järel võib saada psühholoogiliselt teadlikuks oma sooritusvõimest. Tänu vestlusele treeneriga võib jõuda arusaamisele, miks ollakse just selline nagu ollakse, ja see nõuab praeguse olukorra aktsepteerimist. Kui saad hakkama nende kahe esimese sammuga, siis on suhteliselt lihtne leida loovaid ja konstruktiivseid

lahendusi probleemile - kuidas muuta iseennast ja oma treeningut, et saada paremaks sooritajaks.

Sa pead vastama küsimustele kiiresti ja spontaanselt. Enamasti on just esimene mõte see õige. Sa võid ka seostada küsimusi võistlustega, mis olid sinu meelest olulised ja kus sa tõsiselt üritasid oma parimat

anda. Vasta ausalt, ainult sina ise saad vastustest kasu.

Vastuste punktiarvestuse leiad ajalehe viimaselt leheküljelt, selle abil arvutad oma vastused ümber vastavateks punktideks. Nende vastuste abil saad koos oma treeneriga luua endale hea pildi sellest, milline on hetkel sinu psühholoogiline võistlemisvõime. Iga vastuste rubriigi alt saad ühest küljest tervikliku perspektiivi ja teisest küljest üksikud variatsioonid sinu käitumises või sinu elamustes.

seeläbi pedagoogiliseks tööriistaks. Siit on võimalik leida käitumisviise, mida tuleb tugevdada ja ka neid, mida tuleb muuta. Suhtumisviisi, seisukohavõttu, mõtlemist või treeningut võib tänu dialoogile kinnitada või arendada.

Selle ankeedi peaksid läbi tegema iga hooaja järel. Ta peegeldab seda, mida oled korda saatnud ja arendab eelseisvaks psühholoogiliseks treeninguks.

Orienteerujate mõtlemisprofiil

	Alati	Sageli	Vahetevahel	Harva	Mitte kunagi
1. Ma näen iseennast pigem kaotajana kui võitjana.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2. Tundub, nagu "jalad ei kannu mind", ehkki ma ei ole väsinud.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3. Ma suudan kontsentreeruda võistlusolukorras õieti käitumisele.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4. Ma loon vaimupilte iseendast tegemas head jooksu.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5. Oma parima soorituse soov on minu jaoks tugev motivatsioon.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6. Kui ma hommikul ärkan, siis tunnen igatsust treeningu või võistluse järele.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
7. Ma tunnen ennast häirituna, kui rajal juhtub midagi ootamatut.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
8. Ma ei tea, mida peaksin tegema vahetult enne võistluse algust.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
9. Püüan võistluse ajal olla positiivne ja entusiastlik, sõltumata sellest, mis rajal juhtub.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
10. Mul on võisteldes hea eneseusk.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
11. Ma tunnen ennast võistluse ajal murelikuna ja disharmonilisena.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
12. Mulle on väga tähtis, mida teised minu võistlustulemustest arvavad.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
13. Kui ma peale võistlust koju tulen, võin oma "sisemises nägemuses" taasesitada tervet võistlust või selle osi.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
14. Aeg-ajalt olen omaette mõelnud: Miks ma tegelen raske tipp-sportidiga?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
15. Minus on küllaga "positiivset energiat" kui ma treenin või võistlen.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
16. Ma teen oma parima vaatamata asjaoludele.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
17. Ma ärritun kui kaardi kvaliteet jätab soovida.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
18. Ma hüplen ühelt asjalt teisele, püüdes leida midagi, mis minu tulemusi parandaks.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
19. Mulle meeldib "psüühiline pilt" minust endast kui edukast orienteerujast.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
20. Ma ärritun võistlussituatsioonis kergesti.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
21. Ma mõtlen võisteldes varemtehtud vigadele.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
22. Enne lähenevat võistlust teen ma selle oma mõtteis läbi.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
23. Konkurendid, keda metsas kohtan, mõjutavad mind.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
24. Ma olen süstemaatiline selles, mille ette võtan.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
25. Ma tunnen, et mul pole erilist tahtmist treenida selleks, et saada paremaks orienteerujaks.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
26. Ma annan alla, kui võistlus halvasti kulgeb.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
27. Kui ma kaotan või halvasti esinen, süüdistan ma kedagi muud kui ennast.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
28. Ma usun kindlalt, et olen suuteline paremateks saavutusteks.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
29. Ma kaldun kriitilistel võistlusmomentidel ebaratsionaalselt käituma.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
30. Mul on raskusi keskendumisega tähtsatel võistlustel ja pingelistes situatsioonides.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
31. Ma treenin, et saada "psüühiliselt" tugevaks.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
32. Ma olen valmis andma kõik selleks, et saada parimaks.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
33. Võistlemine teeb mind rõõmsaks ja ma tunnen end sisemuses rahuldatusena.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
34. Ma pingutan edasi, hoolimata sellest, et teen vigu.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
35. Ma esinen halvemini kui vihma sajab või ilm on vilets.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
36. Ma analüüsin oma jookse tagantjärgi	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
37. Mul on raske kujutada ennast eduka sportlasena.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
38. Mida raskem on võistlusolukord, seda paremini ma esinen.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
39. Ma tulevad võistluse ajal pähe mõtted - kas ma võidan või kaotan?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
40. Ma püüan ennast mõtteis ette valmistada keerulisteks olukordadeks, mis rajal ette võivad tulla.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
41. Mulle ei ole vaja meelde tuletada, et peaksin korralikult treenima. Olen ise enda parim tagantkihitaja.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
42. Mind häirib, kui tagapool startinu mu kätte saab.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
43. Ma arvan, et tipp-sportid on liiga palju "teadust" ja liiga vähe spontaansust.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
44. Orienteerumises võistlemine on tõeliselt "kihv".	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
45. Ma olen rahulolematu, kui ei suutnud võistlusel anda endast 100%.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
46. Ma teen võistlustel paremaid sooritusi kui treeningul.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
47. Võistluse kriitilistel hetkedel tunnen, et mind haarab rahutus.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
48. Võistlusolukorras muutun kergesti häiritavaks.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
49. Ma võin juba ette näha, millises rajas osas võib probleeme tekkida.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
50. Eesmärgid, mille ma spordis enda ette olen seadnud, sunnivad mind pidevalt korralikult harjutama.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
51. Mulle tunduvad pikad, rasked ja keerulised rajad pigem probleemidena kui väljakutsena.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
52. Isegi kui mul hakkab raskeks minema, teen ikkagi oma parima.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
53. Telekaamerad maastikul ja vaate punktid häirivad mind.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
54. Mul on olema rutiin, mida ma treenides ja võisteldes järgin.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Vastustest lähtuv dialoog treeneri ja sportlase vahel saab

SIXTEN SILD



28. Me usume kindlalt, et oleme suutelised veel paremateks saavutusteks. Eesti naiskond (vasakult: Elo Saue, Edit Madalik, Kirti Rebane, Maret Vaher; teatejooksu 4.koht) Üliõpilaste MM-I Trondheimis 1998.

Foto Kirti Rebase erakogust

Traditsiooniline Rae - MARU jalgpallimatš

Rae-MARU jalgpallimatši tulemus oli loomulikult õigesti ette ennustatud: Rae võitis MARU 3:1

Mõningaid pilte toimunud üritusest leiab: <http://www.trenet.ee/~heiki/raemarumats/>

Nüüd siis lähemalt:

Matš toimus Kuusalu kooli väljakul ja Tallinast vaadates suutsid ainult päris segased sellist üritust ette kujutada. Juba varahommikust alates sadas tihedat külma lausvihma ja see ei vähenenud ka enne matši algust kell kolm. Siiski oli vanajumalaga otseühendus saadud ja täpselt võistluse alguseks sadu lakkas.

Esimese värava lõi seekord Rae värve kaitsnud Edit juba esimesel mänguminutil. MARU ridades tekkis totaalne segadus. Hilinenud mängijatega kokku osutus palliplatsil viie minuti pärast olevaks vähemalt 26 sportlast (s.h rahvasportlased) ja igatahes MEHI oli MARU poolel tunduvalt rohkem.

Esimese poolaja lõpul suutis Alar oma lubaduse - Rae võistkond sodiks mängida - täita. Ta kohtus Randyga palliplatsil ning selle tulemuseks kujunes olukord, et kõik ülejäänud aitasid Randy jalga porilompi toppida. Rohkem kannatanu füüsiliselt mängus ei osalenud, kuid andis oma moraalse panuse platsiservalt võistluse lõpuminuteil.

Pärast vaheaega (Randy jala leotamist ja kohaliku arsti juurde komandeerimist) oli MARU otseku ümbersündi-

nud. Nõupidamine, kuhu Rae esindajaid juurde ei lastud, oli vilja kandnud. Raivo lõi värava. MARU oli küll nüüd arvulises ülekaalus ja päike oli tulnud välja. 1:1

Kas tõesti tuleb lisa-aeg ja penaltid? Tutkit! Esmalt sai Veiks, ja siis veerand tunni pärast jälle Edit, jala valgeks. 3:1 Rae kasuks. Lõpuni ei aidanud enam ei MARU meeste sõim ega platsiservalt kaasaalajate ähvardused. Neljas matš lõppes spetsialistide poolt ennustatud tulemusega. Ka vihma hakkas uuesti sadama. 3:1

Eraldi tuleb esile tõsta Rae väravat kaitsnud Andrest, kelle eest järgmiseks aastaks MARUKad lubasid suurema summa. Jääb ainult loota, et Andres pole lihtsalt ootetav.

Edasi toimus kõik nagu peab. Kõigepealt pildistamised (ka koos poris lömitavate kaotajatega) ja seejärel vähemalt kahekümnest autost koosneva karavaniga Valkla sauna, millest suutsime kõik välja pigistada. Igasuguseid klubi-liikmeid liitus veel hooaja lõpetamiseks kuni keskööni. Pidu kestab... ja pildid, kui need kunagi peaks üles riputatama, räägivad ise enda eest.

Igatahes järgmiseks aastaks on, milleks valmistuda. Võibolla hakkab ka MARU rahvaspordiklubiks?

Vot sedasi.

HEIKI EINPAUL

Tugevate kõrvalmõjudega Otepää metsades

Juba üheteistkümnendat aastat järjest said igaaastase klubimatsi raames kokku kolm Läänemereäärset sõprusklubi: OK Võru, Turun Metsänkävijät ja Meridians. Sel aastal katuti rammu Eestis Otepää sügisel märgades ja kollastes metsades.

Võistluse süsteem on nii mõneski mõttes tavapärastest võistlustest erinev. Igal aastal korraldab võistlusi üks kolmest sõprusklubist. Seega, kui sel aastal toimusid võistlused Eestis, siis järgmisel aastal korraldab neid Soome klubi ja ülejäämisel Meridians. Üks paljudest võistluse võludest tuleb ilmsiks sellega, et külalisklubid ei pea maksma ei stardimaksu ega majutuse eest. Kogu rahaline raskus lasub korraldajaklubi õlgadel. See on igati hea variant võistlustel osalemiseks seni kuni klubi saab jääda lihtsalt osavõtja rolli, kas pole? Siinkohal on mu püha kohus kogu südamest tänada meie sponsoreid, kes aitasid OK Võru tänavuste võistluste korraldamisel nii rahaliselt kui vorstikeste näol. Täname UÜ WÖRO KOMMRTS'i ning ESMOFON VÖRU.

Niisiis, võistlused toimuvad igal aastal erinevas riigis. Peale rahaliste küsimuste võib huvi pakkuda ka see, et võistlustel osalevad ainult mehed (kuigi pole keelatud ka naiste osavõtt). Esimesel päeval on individuaalne jooks. Iga klubi eest võivad joosta kuus meest, kellest arvesse lähvad ainult nelja parema tulemused. Igal aastal on võistkondlike punktide arvutamise süsteem erinev. Tänavu liideti võistkondade parimad ajad kokku ja vastavate tulemuste alusel anti parimale klubile vähem (3) ning halvimalle klubile rohkem (9) punkte. Teisel päeval on traditsiooniks pidada teatevõistlusi,

millele iga klubi peab välja panema kaks võistkonda. Siin on võistkondlike punktide jagamine sama süsteemi alusel - mida kõrgem koht, seda vähem punkte.

Tavapärastest võistlustest erinevaks teeb klubimatsi selle organiseerimise eesmärk, mis

järgmine: Põhiline, et pulli saaks.

Eks igapäev peaks nende "tõsiste" maavõistluste kohta nüüd oma arvamus kujunenud olema.

Niimoodi kogunevadki kolm sõprusklubi juba alates 1989 aastast ning võitlevad ausalt ja

Kui minna selle aasta võistluste juurde, siis esimeseks asjaks, mis erilisel silma torkas oli see, et 28 võistleja jaoks oli muretses EMIT kontrollsüsteem ja selle kasutamiseks spetsiaalselt väljaõpetatud kohtunikud.

Nagu iga kord, oli ka sel aastal klubide võistkondades nii uusi kui vanu nimesid. OK "Võru" esimeses võistkonnas olid Sixten Sild, Heiti Hallikma, Leho Haldna, Tarmo Siimsaare, Vello Uiboupin ja Mattias Puusepp. Meridianse esindasid Aigars Leiboms, Ants Grende, Raimonds Spulle, Guntars Smitins, Ainars Vegeris ja Juris Knets. TuMe'st olid kohal Joni Kemppe, Petri Rintala, Mikko Knuuti, Manu Mutka, Esa Lampi, Sami Virta. Teadupoolest on korraldaja klubil alati eelis

selles mõttes, et ta saab välja panna mitu võistkonda. Võru teises võistkonnas jooksid Aare Huik, Tiit Tiivoja, Toomas Piirmann ja Meelis Hannus.

Esimesel päeval toimus võistlus tehniliselt raskel Viti-palu kaardil. Rada oli 6,9 km pikk ja sellel oli 17 kontrollpunkti. Start toimus kolme-minutiliste intervallide tagant ja kestis 28 võistleja kohta määratult kaua - 1,5 tundi. Kui kõik olid raja läbinud, kes kiiremini, kes aeglasemalt, selgusid järgmised individuaalsed tulemused:

1. Sixten Sild 42.42 Võru
2. Aigars Leiboms 46.25 Meridians
3. Ants Grende 49.25 Meridians

Võistkondlikult aga:

1. Meridians 3:21.09
2. TuMe 3:31.26
3. Võru I 3:34.26
4. Võru II 5:00.25

Peale võistlust kasutati meid majutava Remo Antoni Otepää lähisel asuva hubase talu mugavusi ning kõik-see-meas läks sauna muljeid jagama ja rahvusvahelisi suhteid edendama. Suhtekorraldajatena olid abis Saku Originaal ja Lätimaa aluse näidiseksplarid. Kui saunas käidud ja Pentagoni sööklas keha kinnitatud, mindi ratsutama. Meestel julgusest puudu ei tulnud, aga häda oli hobuste liikuma saamisega.



Finiseerib Manu Mutka - Soome koondise piirile jääv noor talent
Foto Sixten Silla erakogust.

on mitmeti tõlgendatav, kuid mille alamõte jääb ikkagi samaks. Sixten Silla sõnul on võistluste eesmärgiks parimate väljaselgitamine tugevate kõrvalalade mõjuga orienteerumisspordis. Lihtsamini ehk kõlab Tarvo Avaste selgitus: Klubimats on suurepärane võimalus hooaja pingeid maandada ja suvega hüvastijätku veelkord orienteerumist nautida. Siin on sportlik pingemeeldivas kombinatsioonis lustlikku seltskondlikkusega. Leho Haldna arvamus aga on

vapralt eelpool selgitatud alarändkarika eest, millele igal aastal graveeritakse matsi võitnud klubi nimi. Kuna lätlased liitusid eestlaste ja soomlaste võistlustraditsioonidega alles 1992. aastal on nad sellele karikale veel vähe jälgi jätnud (kuid viimasel ajal see-eest üsna intensiivselt). Ühesõnaga, karikalt peegeldub kogu matsi ajalugu:

1989 - TuMe	1994 - Meridians
1990 - Võru	1995 - TuMe
1991 - TuMe	1996 - TuMe
1992 - Võru	1997 - Meridians
1993 - Võru	1998 - Meridians



Teatevõistluse autasustamine, milles kandvat rolli mängis mitmekülgne auhinnalaud Wermo mööbliesemete, Wõro Kommertsi vorstide ja Arma Trüki särkidega.
Foto Sixten Silla erakogust.



Henn Tshuhna läheta rajale OK Võru tuleviku- lootuse Tarmo Siimsaare. Foto Sixten Silla erakogust

Kõigi osaliste tänusõnad kuuluvad Jüri Pärnikule, kes kohaliku suhtekorraldajana valdas võrdset hästi eesti, soome, läti, vene ja hobuste keelt. Tänu temale said asjalikumad proovijad isegi hobuse kõik neli jalga korraga maast lahti! Öhtu jätkus Otepääl iiri pubis, kus mõnuses elava muusika õhkkonnas laoti hea alus pikaks meeleolukaks õhtuks. Hiljem läks rahvas laiali: soomlased Atlantisesse, kus pidid olema kõige ilusamad tüdrukud; lätlased lärmava autoradio saatel koju magama ning võrukad otsisid üles oma klubi uusima liikme ja tundes klubi vaimu enese peal olevat, otsustasid kindlustada tema igavese kuulumise orienteerumisklubisse Võru.

Uuel päeval uue hooga. Orienteerujad kui kohustus-tundlikud sportlased ajasid end kella üheksaks maast lahti ja Sixteni hõike peale, et kümne minuti pärast on väljasõit, lõpetasid Vormel-I võidusõidu jälgimise. Neil ootas ees oma võistlus: teade. Selle võistluse võlu on ee, et start läheb alati jumala õieti, on sul piksind-nupud jalas või ei ole, ütles Tarvo, kui stardini jäänud poole minuti jooksul olid ka viimased avavahetuse võistlejad stardijoonel taga kohad sisse võtnud.

Ja nii nad läksidki Kirikuküla kaardile planeeritud 4,9 kilomeetrisele rajale. Avavahetuse võitis Janis Ozolins Meridian-

side kolmandast võistkonnast. Talle järgnesid kahe minuti pärast Manu Mutka TuMe teises võistkonnast, Heiti Hallikma Võru esimesest ja Mikko Knuuti Tu Me esimesest. Teisest vahetusest tuli liidrina TuMe I esindaja Petri Rintala, teisena TuMe II, kolmandana Meridians I. Võru I oli langenud neljandale positsioonile. Viimane vahetus muutis kõik ja lõpptulemuseks saadi:

1. Võru I 1:32.53
2. Meridians I 1:34.50
3. TuMe I 1:35.04

Tänu sellise muutuse eest jäävad võrukad võlgu Sixtenile, kes jooksis 4,9 km ajaga 27.02.

Kokkuvõttes said kõik kolm võistkonda võrdset seitse punkti ja seega jäid võistkondlikus arvestus kohad muutmatus. See tähendab, et juba kolmandat aastat võitis klubimatsi OK Meridians. Võru jäi seekord auhinnalisele kolmandale kohale. Pärastlõunal toimunud pidulikult autasustamistseremoonial tunnustati võitjaid ja jagati kõigile Võru-TuMe-Meridians püramiidiga kollane T-särk ning loomulikult Wõro Kommertsi poolt toodetud vorsti. Kuigi võistkondlik võit on viimasel kolmel aastal läinud Meridiansile on OK Võru võitnud viimasel kolmel aastal kõikide alade (nii individuaalses arvestuses kui ka teates) esikohad.

ANNI RAUDSEPP

Pärnumaa MV ja OK West auhinnavõistlus - pikk rada Kolga-Veski 16.10.1999

D16	10.2 km 21 KP	D55	10.2 km 21 KP
1. Karola Koopuu Orvand	2:01.39	1. Elga Adrat TON	2:02.36
2. Kati Rooni Orvand	2:03.39	2. Ilse Uus Orion	2:06.46
3. Thea Kaljur Orvand	2:10.34	3. Urvi Sarv Orion	3:16.10
D21	12.3 km 26 KP	H14	10.2 km 21 KP
1. Maret Vaher Kobras	7,1 km Tulemus 0:52.25 1:29.34	1. Helmet Sklave Orvand	1:34.56
2. Margit Blehner West	1:08.40 2:05.15	2. Ragnar Kruusla West	1:37.57
3. Liina Jõgisu TON	1:33.00 2:40.19	3. Lauri Malsroos Tammed	1:39.03
D35	12.3 km 26 KP	H16	12.3 km 26 KP
1. Aivi Kaljur Orvand	7,1 km Tulemus 1:06.00 2:23.00	1. Anti Sklave Orvand	0:54.40 1:31.07
2. Anne Pesti Orvand	1:21.10 2:23.51	2. Tanel Taal Võru	1:09.00 2:01.45
3. Juta Lehtme Orvand	1:25.10 2:26.41	3. Jaan Tarmak TON	1:04.10 2:03.38
4. Marika Pilt Jõulu	1:37.15 2:34.59		

H21	16,1 km 33 KP	H21	16,1 km 33 KP
1. Erik Prank Kape	0:57.00 2:11.56	1. Marek Nõrm Jõulu	0:59.30 1:36.17
		2. Vallo Vaher JOKA	1:06.30 1:49.09
		3. Karli Lambot Orion	1:08.25 1:49.40
		4. Sergei Shirokov SRD	1:01.20 1:56.32
		5. Kaido Hallik Ilves	1:20.00 2:06.23
		6. Reemo Salupõld West	1:45.10 3:12.00
		7. Margus Lehtme Orvand	2:02.00 3:26.58

H35	16,1 km 33 KP	H35	16,1 km 33 KP
1. Maidu Kaljur Orvand	1:08.50 1:53.39	1. Jüri Leesmäe West	0:52.05 1:28.44
2. Peeter Kangur Jõulu	1:25.00 2:17.16	2. Avo Kõrvas Koop	0:56.45 1:41.42
3. Eerik Lossmann	1:34.35 2:43.08	3. Rafael Gordon West	1:02.35 1:45.20
4. Jaak Kanniste West	1:45.20 3:06.00	4. Ülo Vainura Tammed	0:58.50 1:47.38

H40	16,1 km 33 KP	H40	16,1 km 33 KP
	10,0 km Tulemus		10,0 km Tulemus

H50	12,3 km 26 KP	H50	12,3 km 26 KP
1. Jaanus Reha Koop	1:09.15 1:53.46	1. Jüri Leesmäe West	0:52.05 1:28.44
2. Rein Rooni Orvand	1:15.45 2:04.40	2. Avo Kõrvas Koop	0:56.45 1:41.42
3. Kai Willadsen TON	1:12.45 2:05.20	3. Rafael Gordon West	1:02.35 1:45.20
4. Tõnu Taal JOKA	1:18.00 2:08.15	4. Ülo Vainura Tammed	0:58.50 1:47.38
5. Mati Pilt Jõulu	1:17.15 2:10.25	5. Peep Koppel Koop	0:58.10 1:55.13
6. Jüri Rokko SKRT	1:21.15 2:25.59	6. Rein Prank Kape	1:05.15 1:58.20
7. Kalle Nelk Orion	1:29.05 2:56.00	7. Jüri Tarmak TON	1:22.30 2:24.19
8. Ilmar Sarapuu TON	1:46.00 3:00.08	8. Heldur Väijamäe Orvand	2:02.35 katkest
Urmas Org Tahk	1:57.00 katkest		

H55	12,3 km 26 KP	H55	12,3 km 26 KP
	7,1 km Tulemus		7,1 km Tulemus

H60	10,2 km 21 KP	H60	10,2 km 21 KP
1. Enn Aedna TON	1:10.45 2:03.31	1. Rein Küttim Orion	1:36.42
2. Tiit Koppel Orion	1:19.45 2:16.45	2. Ain Relo Tammed	1:43.47
3. Rein Kiisler West	1:18.00 2:23.31	3. Rein Indlo	1:45.39
4. Riho Kilp Tammed	1:27.45 2:25.04	4. Ain Uusna Jõulu	1:50.22

H65	10,2 km 21 KP	H65	10,2 km 21 KP
1. Rein Küttim Orion	1:36.42	1. Karl Valgepea West	1:54.30
2. Ain Relo Tammed	1:43.47	2. Feliks Kipper Orion	1:58.20
3. Rein Indlo	1:45.39	3. Heino Heinloo Tammed	2:23.03
4. Ain Uusna Jõulu	1:50.22	4. Helmut Karin Tammed	katkest

H65	10,2 km 21 KP	H65	10,2 km 21 KP
1. Rein Küttim Orion	1:36.42	1. Karl Valgepea West	1:54.30
2. Ain Relo Tammed	1:43.47	2. Feliks Kipper Orion	1:58.20
3. Rein Indlo	1:45.39	3. Heino Heinloo Tammed	2:23.03
4. Ain Uusna Jõulu	1:50.22	4. Helmut Karin Tammed	katkest

VA	10,2 km 21 KP	VA	10,2 km 21 KP
Andreas Dunker	katkest	Andreas Dunker	katkest

Suunto Games

Ardu 2.-3. oktoober 1999

Koht NIMI Klubi 1. päev 2. päev SUMMA

D8NR

1. Anette Ottesson	Lehola	23.09 [2]	19.51 [2]	43.00
2. Kerstin Uiboupin	Võru	19.41 [1]	23.26 [3]	43.07
3. Anna-Liisa Piirman	Võru	28.39 [7]	18.17 [1]	46.56
4. Britta Panker	MARU	23.27 [3]	26.48 [4]	50.15
5. Kaia Kivikas	Ilves	24.23 [5]	27.28 [5]	51.51
6. Egle Pääslane	Ilves	24.11 [4]	28.01 [6]	52.12
7. Alice Ehala	Rae	27.36 [6]	33.47 [8]	1:01.23
8. Agnes Vask	Ilves	31.05 [9]	33.51 [9]	1:04.56
9. Andra Zagata	Aluksn	29.52 [8]	37.22 [11]	1:07.14
10. Piret Pärnik	Peko	35.36 [10]	32.24 [7]	1:08.00
Gerli Viikmaa	West	ei st.	34.28 [10]	

D9NR

1. Anna Purina	Mona	20.31 [1]	20.18 [1]	40.49
2. Anneli Tamla	Koop	26.33 [3]	22.39 [2]	49.12
3. Alina Listak	Võru	30.27 [4]	24.09 [3]	54.36
4. Helen Vunder		25.53 [2]	30.45 [4]	56.38

D10TR

1. Karmen Alnek	Võru	23.06 [1]	20.06 [1]	43.12
2. Helena Heinväli	Kobras	25.11 [2]	27.49 [5]	53.00
3. Kristi Tomson	Kobras	31.36 [6]	22.21 [3]	53.57
4. Karin Kustavus	Lehola	31.07 [5]	27.00 [4]	58.07
5. Merill Mägi		38.48 [11]	21.19 [2]	1:00.07
6. Kaisa Ilves	Kape	31.59 [7]	29.57 [8]	1:01.56
7. Mirjam Alme	Lehola	33.09 [8]	29.19 [6]	1:02.28
8. Tiina Lind	Ilves	36.44 [10]	29.30 [7]	1:06.14
9. Nele Taba	Ilves	29.54 [4]	43.56 [10]	1:13.50
10. Jutta Tarmak	TON	34.24 [9]	40.25 [9]	1:14.49
11. Renate Lapina	Azimut	26.51 [3]	49.45 [11]	1:16.36
Kerli Jäesaar	Ilves	thist.	tühist.	

D11

1. Krista Mihailova	Avots	21.43 [3]	18.51 [1]	40.34
2. Mirjam Rauba	Võru	22.26 [4]	19.35 [2]	42.01
3. Ly Trei	Kobras	19.56 [1]	22.33 [4]	42.29
4. Marika Kustavus	Lehola	22.57 [5]	21.09 [3]	44.06
5. Elen Lauk	Rakv	27.00 [8]	23.32 [6]	50.32
6. Anne Toode	HOK	21.28 [2]	33.39 [11]	55.07
7. Katri Listak	Võru	26.30 [7]	31.52 [10]	58.22
8. Liisi Reitalu	HOK	31.42 [9]	27.10 [8]	58.52
9. Triin Johanson	Kobras	36.23 [10]	22.37 [5]	59.00
10. Jandra Kõrnan	Võru	24.59 [6]	37.52 [12]	1:02.51
11. Eva-Maria Ehala	Rae	38.30 [11]	29.04 [9]	1:07.34
12. Dana Ivanova	Madona	44.46 [12]	25.44 [7]	1:10.30
Stefi Kärblane	Kobras	tühist.	52.04 [13]	

D12

1. Kati Rooni	Orvand	20.58 [2]	18.03 [1]	39.01
2. Riina Anton	Lehola	20.26 [1]	18.54 [2]	39.20
3. Thea Kaljur	Orvand	25.22 [5]	20.43 [3]	46.05
4. Eili Mändol	Lehola	24.55 [3]	22.46 [4]	47.41
5. Hanna Samoson		25.55 [7]	24.44 [6]	50.39
6. Liva Velkere	Aluksn	25.24 [6]	25.52 [8]	51.16
7. Aili Liping	Võru	27.23 [8]	29.42 [9]	57.05
8. Liisa Keerberg	SOK	31.02 [9]	30.53 [10]	1:01.55
9. Mariann Sulg	Orvand	37.56 [10]	24.47 [7]	1:02.43
10. Janely Aasa	Võru	39.57 [11]	23.54 [5]	1:03.51
11. Kristi Alnek	Võru	25.09 [4]	46.03 [11]	1:11.12

D13

1. Siiri Oras	Ilves	37.10 [1]	28.27 [1]	1:05.37
2. Inga Pridtte	Saldus	37.35 [2]	28.45 [2]	1:06.20
3. Tais Leontenko	SRD	39.57 [5]	30.45 [4]	1:10.42
4. Raail Raudsepp	Võru	39.29 [3]	34.56 [6]	1:14.25
5. Liene Bruvele	Azimut	39.54 [4]	35.16 [7]	1:15.10
6. Ketija Irlke	Madona	46.32 [6]	38.42 [8]	1:25.14
7. Olga Mazina	SRD	46.52 [7]	42.14 [9]	1:29.06
8. Ieva Purina	Mona	58.15 [8]	34.34 [5]	1:32.49
9. Linda Velkere	Aluksn	1:08.43 [9]	53.45 [10]	2:02.28
Kadri Uiboupin	Võru	tühist.	29.11 [3]	
Ilona Marhele	Aluksn	tühist.	tühist.	

D14

1. Una Berzina	Madona	27.02 [1]	27.07 [1]	54.09
2. Merliis Sulg	Orvand	34.20 [2]	36.51 [3]	1:11.11
3. Annika Aljas	Kose	49.17 [3]	38.04 [4]	1:27.21
Guna Poga	Madona	tühist.	33.52 [2]	

D16A

1. Eveli Saue	HOK	42.08 [1]	32.35 [1]	1:14.43
2. Sari Suomalainen	LeSi	54.29 [2]	36.13 [2]	1:30.42
3. Maarja Punak	Kobras	56.31 [4]	38.59 [4]	1:35.30
4. Annika Rihma	Kobras	57.25 [5]	39.24 [5]	1:36.49
5. Piret Klade	Lehola	56.05 [3]	46.56 [8]	1:43.01
6. Anita Karnit	SRD	1:06.37 [10]	41.02 [6]	1:47.39
7. Varvara Guljajeva	Kobras	1:02.16 [7]	47.45 [9]	1:50.01
8. Liis Johanson	Kobras	1:12.03 [12]	38.29 [3]	1:50.32
9. Terje Terasmaa	Lehola	1:10.22 [11]	43.24 [7]	1:53.46
10. Mairit Trei	Kobras	1:02.12 [6]	56.20 [12]	1:58.32
11. Pille-Riin Kokk	Rakv	1:05.45 [9]	55.21 [11]	2:01.06
12. Natalija Pelepec	Madona	1:12.43 [13]	51.00 [10]	2:03.43
13. Marje Prank	Kape	1:02.56 [8]	1:05.36 [13]	2:08.32

D16B

1. Mailika Hindrikson	Võru	37.38 [1]	40.30 [2]	1:18.08
2. Berit Roiland	Kobras	47.04 [5]	36.10 [1]	1:23.14
3. Evelin Nõmmiste	Kape	43.24 [3]	41.32 [3]	1:24.56
4. Helena Hinto	Kobras	40.47 [2]	49.16 [4]	1:30.03
5. Maarja Lillsaar	Lehola	45.08 [4]	1:01.50 [6]	1:46.58
6. Triin Limberg	Rakv	51.05 [6]	57.22 [5]	1:48.27

D18A

1. Tuuli Mäeots	Võru	50.46 [2]	45.56 [3]	1:36.42
2. Ingrid Van Cruysee	TAOK	1:00.57 [5]	44.59 [1]	1:45.56
3. Kadri Limberg	Rakv	56.59 [3]	49.51 [4]	1:46.50
4. Marilin Sulg	Orvand	1:01.04 [6]	45.54 [2]	1:46.58
5. Anni Raudsepp	Võru	47.07 [1]	1:03.16 [5]	1:50.23

6. Anneli Saarepuu	Võru	58.00 [4]	1:15.54 [7]	2:13.54
7. Janely Leer	Võru	1:02.00 [7]	1:19.54 [8]	2:21.54
8. Ede Pähn	Võru	1:15.23 [8]	1:11.18 [6]	2:26.41
Angela Sarapuu	Orion	1:15.25 [9]	ei st.	

D20

1. Age Poom	TON	46.28 [1]	37.55 [1]	1:24.23
2. Doris Sabre	Kobras	49.00 [2]	40.32 [2]	1:29.32
3. Karin Lepp	Kobras	55.37 [3]	48.59 [4]	1:44.36
4. Piia Paasma	Lehola	1:10.05 [5]	42.34 [3]	1:52.39
5. Anu Möistlik	Orion	1:04.05 [4]	49.28 [5]	1:53.33
Kristi Aule	Heer	1:20.09 [6]	ei st.	
Egne Kriks	Rakv	1:48.09 [7]	tühist.	

D21E

1. Maret Vaher	Kobras	53.45 [1]	51.35 [5]	1:45.20
2. Elo Saue	Ilves	57.54 [2]	48.41 [1]	1:46.35
3. Iveta Bruvere	Magnet	1:02.06 [3]	49.34 [2]	1:51.40
4. Ruth Vaher	Kobras	1:02.07 [4]	51.09 [3]	1:53.16
5. Edith Madalik	Sau T	1:06.50 [6]	51.42 [6]	1:58.32
6. Triin Vask	Ilves	1:04.04 [5]	58.04 [10]	2:02.08
7. Zanda Abzalone	Magnet	1:08.52 [7]	53.32 [8]	2:02.24
8. Ieva Vegere	ASK	1:10.58 [8]	51.34 [4]	2:02.32
9. Ieva Susta	ASK	1:14.35 [9]	52.28 [7]	2:07.03
10. Minija Pääslane	Ilves	1:15.17 [10]	53.47 [9]	2:09.04
11. Jana Kink	Kape	1:18.28 [11]	1:00.53 [11]	2:19.21
12. Marje Venelaine	Rakv	1:25.23 [12]	1:13.02 [12]	2:38.25

D21A

1. Guna Dubrovskaja		48.14 [2]	41.36 [2]	1:29.50
2. Viivi-Anne Soots	Tammed	49.54 [4]	40.11 [1]	1:30.05
3. Sarmite Sild	Võru	46.13 [1]	45.34 [5]	1:31.47
4. Meeli Kerem	MARU	48.26 [3]	46.30 [7]	1:34.56
5. Mirjam Heinmann	Ilves	50.36 [6]	45.06 [4]	1:35.42
6. Tatjana Linjova	SRD	52.37 [10]	45.00 [3]	1:37.37
7. Monika Järveoja	Kobras	52.18 [9]	49.53 [8]	1:42.11
8. Inga Grende	Magnet	52.12 [7]	52.15 [11]	1:44.27
9. Erika Joonas	Võru	54.20 [11]	50.26 [9]	1:44.46
10. Ella Shved	SRD	56.29 [12]	53.16 [12]	1:49.45
11. Sanita Vilcina	Aluksn	1:04.58 [16]	45.56 [6]	1:50.54
12. Inger Jalakas	KEKRSK	52.17 [8]	1:01.17 [14]	1:53.34
13. Külli Tõnus	HOK	1:02.25 [14]	51.50 [10]	1:54.15
14. Irene Liljeström	HS	59.52 [13]	54.25 [13]	1:54.17
15. Maria Mazina	Koop	1:10.04 [17]	1:04.29 [15]	2:14.33
16. Riit Kaasik	Ilves	1:02.54 [15]	1:12.57 [16]	2:15.51
Edit Epner	MARU	50.15 [5]	tühist.	

D21B

1. Inguna ValdmanMadona		36.10 [3]	26.41 [1]	1:02.51
2. Videga Gaigala	Abos	35.33 [1]	27.29 [2]	1:03.02
3. Ruti Rääbovitra	MARU	35.36 [2]	29.37 [5]	1:05.13
4. Merike Paapson	Ilves	37.50 [4]	28.12 [3]	1:06.02
5. Margit Blehner	West	38.42 [6]	30.00 [7]	1:08.42
6. Ieva Jashka	Aluksn	41.08 [11]	28.22 [4]	1:09.30
7. Eva Mõttus	Lehola	38.03 [5]	32.34 [14]	1:10.37
8. Elin Tiirik	Kape	41.04 [10]	29.48 [6]	1:10.52
9. Ieva Johansone	Magnet	41.55 [16]	30.45 [8]	1:12.40
10. Maira Zerne	Saldus	41.42 [15]	31.03 [9]	1:12.45
11. Anne-Ly Viikmaa	West	41.33 [14]	32.03 [13]	1:13.36
12. Aari Talver	LUS	42.58 [17]	31.47 [12]	1:14.45
13. Krista Komp	Kunda	41.09 [12]	33.51 [15]	1:15.00
14. Miia Hovi	Lynx	41.31 [13]	33.51 [15]	1:15.22
15. Ieva Piksenä	Magnet	43.59 [18]	31.46 [11]	1:15.45
16. Inta Mihailova	Avots	40.08 [8]	37.13 [18]	1:17.21
17. Pirjo Jokinen	Suunta	40.44 [9]	38.26 [19]	1:19.10
18. Heidi Prits	FCTTU	52.38 [24]	34.06 [17]	1:26.44
19. Zaneta Jaunzeme	Magnet	46.22 [20]	41.55 [23]	1:28.17
20. Astrida Grtnberga	Aluksn	47.53 [21]	41.55 [23]	1:29.48
21. Tea Pärnik	Peko	44.46 [19]	47.05 [29]	1:31.51
22. Tiina Tamla	Koop	48.12 [22]	44.11 [25]	1:32.23
23. Sirje Lind	Kape	1:01.45 [26]	40.24 [20]	1:42.09
24. Mara Marhele	Aluksn	1:02.26 [28]	40.56 [21]	1:43.22
25. Tea Näripä	MARU	59.20 [25]	45.34 [27]	1:44.54
26. Vija Kasakovska	Magnet	1:02.03 [27]	46.09 [28]	1:48.12
27. Annu-Maria Nizovts	SRD	1:14.09 [29]	44.53 [26]	1:59.02
28. Tiina Mägi		1:44.51 [30]	41.30 [22]	2:26.21
Ieva Kica	Magnet	38.55 [7]	ei st.	
Ainu Kaljur	Rae	49.00 [23]	ei st.	
Kristy Sinirand	MARU		katk.	31.28 [10]

D35

1. Alida Abola	ASK	41.29 [1]	35.20 [1]	1:16.49
2. Marje Viirmann	LUS	43.25 [2]	43.44 [4]	1:27.09
3. Tiina Oras	Ilves	49.38 [3]	43.30 [3]	1:33.08
4. Airi Alnek	Võru	54.22 [5]	41.04 [2]	1:35.26
5. Anu Järvi	MARU	50.46 [4]	46.33 [6]	1:37.19
6. Anita Kasakovska	Magnet	57.26 [9]	45.51 [5]	1:43.17
7. Mari Roots	TAOK	56.12 [8]	49.47 [8]	1:45.59
8. Iveta Os	Magnet	55.56 [7]	52.42 [13]	1:48.38
9. Liga Zarina	Magnet	1:00.10 [13]	50.48 [10]	1:50.58
10. Ellen Lembra	Kape	57.40 [10]	54.16 [14]	1:51.56
11. Jutta Ainelu	Ilves	55.27 [6]	58.37 [16]	1:54.04
12. Koidu Laanemets	Saku	1:08.38 [16]	52.14 [12]	2:00.52
13. Pille Taba	Ilves	1:05.09 [15]	58.30 [15]	2:03.39
14. Terje Antton	Lehola	1:14.14 [18]	50.09 [9]	2:04.23
15. Iveta Priedtte	Saldus	1:00.06 [12]	1:07.40 [17]	2:07.46
16. Baiba Purina	Mona	1:16.14 [19]	51.51 [11]	2:08.05
17. Mare Kitsnik	Saku	1:04.17 [14]	1:07.58 [18]	2:12.15
18. Anu Toode	HOK	1:13.36 [17]	1:54.43 [19]	3:08.19
Aivi Kaljur	Orvand	58.47 [11]	tühist.	
Maila Moor	TON	1:28.30 [20]	ei st.	
Virve Einpaul	Rae	katk.	tühist.	
Kersti Ehala	Rae	katk.	48.32 [7]	

D40

1. Ülle Kadak	Lehola	49.44 [2]	39.43 [3]	1:29.27
2. Anne Keerberg	SOK	51.22 [3]	39.02 [1]	1:30.24
3. Reet Johanson	Kobras	54.54 [6]		

26. Tanel Taal	Võru	1:16.35 [22]	1:18.07 [28]	2:34.42
27. Martin Rohtsalu	Rakv	1:30.44 [28]	1:10.49 [27]	2:41.33
28. Erkki Lehis	Võru	2:02.49 [30]	1:53.43 [29]	3:56.32
Ago Albert	Kobras	1:03.12 [10]		
Erik Prank	Kape	1:32.13 [29]	ei st.	

H16B

1. Raivis Lecmanis	Madona	35.07 [2]	24.10 [1]	59.17
2. Mikko Adler	Otepää	34.02 [1]	26.38 [3]	1:00.40
3. Ivo Berzins	Madona	41.45 [4]	24.48 [2]	1:06.33
4. Gatis Polna	Madona	38.34 [3]	29.20 [4]	1:07.54
5. Vallo Isop	Rakv	1:27.07 [5]	40.52 [5]	2:07.59

H18A

1. Kristjan Gans	TAOK	53.24 [1]	47.06 [1]	1:40.30
2. Tarmo Siimsaare	Võru	56.13 [2]	48.43 [2]	1:44.56
3. Tarvo Klaasimäe	Rakv	57.23 [3]	49.13 [3]	1:46.36
4. Tarmo Tomson	Kobras	58.57 [4]	49.32 [4]	1:48.29
5. Tānis Erm	TAOK	59.48 [5]	51.33 [5]	1:51.21
6. Kalev Külaase	Võru	1:06.40 [6]	52.14 [7]	1:58.54
7. Tõnis Jürimäe	Ilves	1:07.25 [7]	51.50 [6]	1:59.15
8. Jaanus Hallik	LUS	1:08.08 [8]	54.04 [9]	2:02.12
9. Dainis Kreilis	Madona	1:08.38 [9]	55.09 [10]	2:03.47
10. Mattias Puusepp	Võru	1:11.34 [10]	58.41 [12]	2:10.15
11. Kristjan Vanaveski	Ilves	1:19.04 [12]	56.59 [11]	2:16.03
12. Tõnis Kundla	Orvand	1:20.28 [13]	1:08.48 [14]	2:29.16
13. Erkki Liiv	Tammed	1:43.12 [14]	1:03.44 [13]	2:46.56
Kristjan Karabelni	Heer	1:11.34 [10]	ei st.	
Martti-Jaan Miljan	TAOK	ei st.	52.36 [8]	

H18B

1. Alar Laanjõe	Kobras	43.16 [1]	35.01 [1]	1:18.17
2. Lasse Kervinen	Järven	46.08 [4]	37.40 [2]	1:23.48
3. Erkki Saar	HOK	43.30 [2]	49.42 [5]	1:33.12
4. Jürgen Kallio	TAOK	44.13 [3]	49.21 [4]	1:33.34
Risto Raie	Rakv	52.07 [5]	tühist.	
Janis Matvejs	Azimut	ei st.	tühist.	
Leons Peina	Azimut	ei st.	37.48 [3]	

H20

1. Jarkko Ainsoo	LUS	59.59 [1]	57.38 [1]	1:57.37
2. Tauno Murakas	Rakv	1:07.24 [3]	1:04.42 [2]	2:12.06
3. Jaano Jägisuu	TON	1:20.22 [4]	1:14.53 [4]	2:35.15
4. Joel Aug	Orvand	1:31.15 [5]	1:20.23 [5]	2:51.38
Jaak Käiva	Kose	1:01.28 [2]	ei st.	
Sandis Erleckis	Azimut	ei st.	1:08.52 [3]	

H21E

1. Erik Aibast	Tammed	1:12.25 [1]	45.42 [1]	1:58.07
2. Rene Ottesson	Lehola	1:15.20 [2]	47.08 [2]	2:02.28
3. Marek Nömm	Jõulu	1:16.48 [3]	47.55 [4]	2:04.43
4. Alar Viitmaa	Lehola	1:19.03 [7]	47.36 [3]	2:06.39
5. Oskars Zernis	Saldus	1:18.59 [5]	47.56 [5]	2:06.55
6. Inno Ling	Lehola	1:20.37 [8]	48.03 [6]	2:08.40
7. Alari Kannel	MARU	1:17.41 [4]	51.14 [9]	2:08.55
8. Alar Abram	Rakv	1:21.10 [10]	51.11 [8]	2:12.21
9. Erkki Aadli	Tammed	1:22.59 [12]	51.41 [10]	2:14.40
10. Raivo Reiman	MARU	1:20.52 [9]	53.50 [17]	2:14.42
11. Kaido Nurja	MARU	1:24.42 [14]	50.01 [7]	2:14.43
12. Guntars Mankus		1:23.27 [13]	52.47 [14]	2:16.14
13. Tanel Kannel	MARU	1:21.16 [11]	57.32 [21]	2:18.48
14. Taavi Tatsi	LUS	1:28.17 [16]	54.08 [18]	2:22.25
15. Mati Tiit	Ilves	1:32.15 [17]	52.38 [12]	2:24.53
16. Girts Linins	Magnet	1:24.59 [15]	1:01.04 [23]	2:26.03
17. Timo Suppi	Orion	1:34.30 [20]	52.24 [11]	2:26.54
18. Prit Pääslane	Ilves	1:34.25 [19]	52.47 [14]	2:27.12
19. Karli Lambot	Orion	1:33.14 [18]	55.03 [19]	2:28.17
20. Mart Ostra	MARU	1:44.17 [22]	57.14 [20]	2:41.31
21. Margus Klementsov	Koop	1:40.14 [21]	1:01.59 [25]	2:42.13
22. Erkki Kriks	Rakv	1:49.53 [24]	53.33 [16]	2:43.26
23. Enn Jaama		1:47.15 [23]	1:01.15 [24]	2:48.30
24. Kaido Hallik	Ilves	2:03.28 [26]	58.07 [22]	3:01.35
Tarvo Avaste	Võru	1:19.01 [6]	katk.	
Kallars Kojalovics	Magnet	1:55.18 [25]	ei st.	
Roman Shved	SRD	katk.	ei st.	
Heiti Hallikma	Võru	tühist.	tühist.	
Armo Hiie	Ilves	ei st.	52.43 [13]	

H21A

1. Randy Korb	Peko	50.45 [2]	36.44 [1]	1:27.29
2. Timo Asikainen	Hiisi	53.58 [6]	37.05 [2]	1:31.03
3. Anti Anton	MARU	51.51 [3]	39.43 [3]	1:31.34
4. Dmitri Shved	SRD	49.19 [1]	42.38 [7]	1:31.57
5. Andre Nömm	Jõulu	53.44 [4]	39.59 [4]	1:33.43
6. Leho Haldna	Võru	56.16 [10]	40.06 [5]	1:36.22
7. Erik Keerberg	SOK	53.55 [5]	43.22 [10]	1:37.17
8. Olli Turakainen	HS	1:00.53 [15]	43.08 [8]	1:44.01
9. Jaan Olvet	Rakv	1:03.45 [23]	41.05 [6]	1:44.50
10. Lauri Lahtmäe	Kape	1:00.13 [13]	45.10 [11]	1:45.23
11. Raul Reiman	MARU	1:02.57 [20]	45.55 [13]	1:48.52
12. Meelis Zimmermann	Kape	1:02.46 [18]	46.47 [14]	1:49.33
13. Toomas Piirmann	Võru	1:02.49 [19]	46.58 [15]	1:49.47
14. Danilo Pihl	FCTTÜ	1:05.14 [25]	45.10 [11]	1:50.24
15. Vello Solna	Peko	1:03.32 [21]	48.05 [16]	1:51.37
16. Arnis Ivbulis	Magnet	1:00.53 [15]	51.55 [20]	1:52.48
17. Sergei Shirokov	SRD	54.48 [8]	1:00.01 [28]	1:54.49
18. Pekka Saalasti	MulPa	1:01.56 [17]	53.42 [23]	1:55.38
19. Raivo Erik	MARU	1:06.10 [27]	50.21 [18]	1:56.31
20. Mart Jakobson	KEKRSK	1:03.38 [22]	54.32 [25]	1:58.10
21. Sven Rea	MARU	1:06.55 [28]	52.12 [21]	1:59.07
22. Taivo Daub	Ilves	1:09.00 [30]	50.28 [19]	1:59.28
23. Veiko Pak	Rae	54.10 [7]	1:06.14 [32]	2:00.24
24. Normunds Rozentals	Abos	1:12.20 [31]	50.03 [17]	2:02.23
25. Tauno Piirikivi	Rae	1:00.35 [14]	1:04.14 [31]	2:04.49
26. Peeter Lind	Kape	1:14.17 [33]	52.30 [22]	2:06.47
27. Jüri Pärnik	Peko	1:24.02 [38]	43.16 [9]	2:07.18
28. Taivo Tali	KEKRSK	1:06.08 [26]	1:02.38 [29]	2:08.46
29. Aadu Pannal	Saku	1:14.22 [34]	54.44 [26]	2:09.06
30. Sami Kervinen	Järven	1:14.06 [32]	56.52 [27]	2:10.58
31. Margus Sarap	Ilves	1:04.16 [24]	1:12.53 [33]	2:17.09
32. Üllis Riisalu	Jõhvik	1:24.42 [39]	54.19 [24]	2:19.01
33. Alar Jõeeste	Hippok	1:25.10 [40]	1:03.43 [30]	2:28.53
34. Jyrki Piirainen	Järven	1:21.49 [36]	1:18.00 [34]	2:39.49

Esa Helin	Hiisi	54.55 [9]	tühist.	
Aivar Sarap	Ilves	58.40 [11]	katk.	
Heigo Pöld	Rae	1:00.03 [12]	ei st.	
Veiko Ulp	Ilves	1:07.30 [29]	katk.	
Rauno Autio	Karkki	1:16.02 [35]	ei st.	
Rene Küttim	Orion	1:23.41 [37]	katk.	

H21B

1. Gunars Ikaunieks	Madona	34.05 [1]	30.14 [1]	1:04.19
2. Jukka Honkasääri	Piikki	35.41 [2]	33.40 [3]	1:09.21
3. Toomas Tiivel	Ilves	35.54 [3]	34.35 [7]	1:10.29
4. Priit Överus	Norma	37.28 [6]	33.12 [2]	1:10.40
5. Taavi Ahven	SOK	37.18 [5]	33.57 [5]	1:11.15
6. Aleksei Väizinen	SRD	37.16 [4]	35.56 [11]	1:13.12
7. Tarmo Klaar	Ilves	39.46 [13]	34.37 [8]	1:14.23
8. Toomas Teekel	MARU	40.02 [14]	34.29 [6]	1:14.31
9. Maris Vilpis	Magnet	41.52 [22]	33.50 [4]	1:15.42
10. Andrejs Lācis	Abos	39.45 [12]	36.12 [12]	1:15.57
11. Juris Jaunzemis	Magnet	39.05 [7]	37.02 [16]	1:16.07
12. Raivo Panker	MARU	39.30 [9]	36.39 [14]	1:16.09
13. Vermo Siim	MARU	40.23 [16]	36.54 [15]	1:17.17
14. Maris Stabins	Azimut	39.09 [8]	38.46 [19]	1:17.55
15. Sergei Shved	SRD	41.42 [20]	36.14 [13]	1:17.56
16. Viesturs Gailis	Azimut	39.42 [11]	38.18 [18]	1:18.00
17. Jaanus Viljamaa	Orion	40.51 [18]	38.51 [20]	1:19.42
18. Juris Zarins	Magnet	45.39 [26]	35.41 [9]	1:21.20
19. Ivars Keomeci	Aluksn	41.42 [20]	40.39 [23]	1:22.21
20. Tõnu Lauter		41.15 [19]	41.31 [24]	1:22.46
21. Mart Sooberg	Võru	45.27 [25]	41.41 [25]	1:27.08
22. Veiko Tamlan		48.05 [30]	39.23 [21]	1:27.28
23. Andres Allkivi		48.00 [29]	40.27 [22]	1:28.27
24. Raul Mõtus	Kunda	46.01 [27]	43.58 [28]	1:29.59
25. Janis Liepins	Magnet	48.35 [32]	44.11 [29]	1:32.46
26. Tarmo Meos	Jõhvik	48.34 [31]	45.08 [30]	1:33.42
27. Kaarel Lassel	Saue	56.06 [38]	37.57 [17]	1:34.03
28. Matis Karu	Kape	45.16 [24]	51.22 [36]	1:36.38
29. Jaano Rillo	Käbi	50.03 [33]	47.50 [33]	1:37.53
30. Raiivis Kubulins	Azimut	53.42 [34]	46.38 [32]	1:40.20
31. Ove Uhtlik		54.40 [35]	46.12 [31]	1:40.52
32. Sander Blehner	West	58.44 [42]	49.46 [35]	1:48.30
33. Joonas Jürisaar	Jõhvik	58.35 [41]	53.28 [38]	1:52.03
34. Gert Müürsepp		56.06 [38]	56.13 [39]	1:52.19
35. Tago Teetamm		1:00.26 [43]	52.00 [37]	1:52.26
36. Indrek Viikmaa	West	1:18.03 [47]	42.39 [26]	2:00.42
37. Taavi Alekšs	Käbi	1:07.50 [45]	1:03.50 [40]	2:11.40
Kalvo Kriisk	Heer	39.38 [10]	tühist.	
Artur Raichmann		40.14 [15]	tühist.	
Igors Krumins	Aluksn	40.40 [17]		
Vallo Varjo	Koop	42.57 [23]	ei st.	
Urmas Rannu		46.04 [28]	katk.	
Margus Venelaine	Rakv	55.08 [36]	ei st.	
Anti Aedna		55.58 [37]	ei st.	
Peeter Kõiva	Sportk	56.35 [40]	ei st.	
Tuomo Loisa	MulPa	1:04.32 [44]	ei st.	
Rauno Havo	MulPa	1:08.14 [46]	ei st.	
Raivis Osins	Azimut	ei st.	43.12 [27]	
Toomas Viirsalu	Kape	ei st.	48.57 [34]	
Mikus Osins	Azimut	ei st.	35.54 [10]	

H35

1. Esa Kinnunen	Pihkan	50.46 [1]	51.22 [3]	1:42.08
2. Egris Purinsh	Mona	52.08 [2]	50.24 [2]	1:42.32
3. Dainis Prieditis	Saldus	57.33 [5]	52.14 [4]	1:49.47
4. Maido Kaljur	Orvand	55.43 [4]	55.16 [6]	1:50.59
5. Toomas Mast	HOK	58.17 [7]	55.40 [7]	1:53.57
6. Andres Talv	LUS	1:04.18 [9]	50.02 [1]	1:54.20
7. Tõnu Ilves	Kape	1:04.24 [10]	53.35 [5]	1:57.59
8. Aivars Mihailovs	Avots	58.20 [6]	1:06.49 [9]	2:04.51
9. Mati Preitof	MARU	59.20 [8]	1:08.28 [11]	2:07.48
10. Indrek Reitalu	HOK	1:06.24 [11]	1:05.20 [8]	2:11.44
11. Heiki Einpaul	Rae	1:06.36 [12]	1:13.00 [12]	2:19.36
11. Ando Post	Koop	1:12.21 [14]	1:07.15 [10]	2:19.36
13. Risto Pettinen	MulPa	1:10.58 [13]	1:21.15 [15]	2:32.13
14. Uve Nummert	Kape	1:18.38 [16]	1:15.45 [13]	2:34.23
15. Margus Jaanus	Koop	1:16.28 [15]	1:24.20 [16]	2:40.48
16. Andrus Sipsaka	KEKRSK	1:31.45 [17]	1:17.50 [14]	2:49.35
17. Hillar Nikkari		1:32.00 [18]	1:25.10 [17]	2:57.10
Tõnu Tänav	Rae	53.11 [3]	ei st.	

H40

1. Jaanus Reha	Koop	57.42 [4]	40.39 [1]	1:38.21
2. Tapio Mannila	Porin	55.08 [2]	45.29 [2]	1:40.37
3. Rein Rooni	Orvand	54.54 [1]	47.48 [4]	1:42.42
4. Timo Ahlroth	VRU Hy	1:02.20 [7]	47.56 [5]	1:50.16
5. Kalle Ojasoo	Kobras	1:00.16 [5]	51.31 [8]	1:51.47
6. Rein Unt	TON	56.37 [3]	57.04 [12]	1:53.41
7. Jouni Forsell	Koop	1:02.25 [8]	52.00 [9]	1:54.25
8. Udo Lüüs	Ilves	1:05.19 [15]	49.39 [6]	1:54.58
9. Kai Willadsen	TON	1:09.18 [21]	47.07 [3]	1:56.25
10. Juha Eronen	Karkki	1:07.09 [20]	50.44 [7]	1:57.53
11. Kalev Ruberg	Saku	1:03.51 [11]	55.02 [10]	1:58.53
12. Matti Kõhli	VRU Hy	1:03.05 [10]	57.19 [14]	2:00.24
13. Kalle Kaunisto	Porin	1:06.36 [19]	56.17 [11]	2:02.53
14. Riho Kokk	Rakv	1:06.15 [18]	57.08 [13]	2:03.23
15. Vilnis Velkeris	Aluksn	1:01.00 [6]	1:04.02 [24]	2:05.02
16. Jaak Jaagus	Saku	1:02.58 [9]	1:03.52 [23]	2:06.50
17. Kaljo Julge	Kape	1:09.50 [22]	1:00.18 [20]	2:10.08
18. Vello Post	Koop	1:04.20 [13]	1:10.05 [28]	2:14.25
19. Aare Kuuseoks	Rakv	1:16.29 [23]	58.08 [16]	2:14.37
20. Tauno Suominen	Järven	1:17.38 [26]	57.20 [15]	2:14.58
21. Tiit Olju	Orvand	1:17.10 [24]	58.08 [16]	2:15.18
22. Enno Aljas	Kose	1:05.37 [16]	1:10.11 [29]	2:15.48

EOL kalender 2000.a.

(koos suuremate rahvusvaheliste võistlustega)

PROJEKT seis 18.10.1999

Kaldkirjas on Eesti orienteerujaid huvitada võivad suuremad suusavõistlused

JAANUAR

31.12-7.1	Veteranide MM O-jooksus	Feilding, UUS-MEREMAA
12.-16	Suusa-O MK 1.ring ja Põhjamaade MV	Vuokatti, SOOME
22-23	Eesti Noorte MV murdmaasuusatamises 1.etapp	Otepää
30	Viru Maraton	
26.01-30.01	Suusa-O MK 2.ring	AUSTRIA/SLOVAKKIA
31.01-6.02	Suusa-O MK 2.ring koos Juunioride MMga	SLOVAKKIA

VEEBRUAR

5-6	Lääne-Virumaa lahtised suusa-o MV	Mõedaku, RAKVERE
13	TARTU MARATON	Otepää-Elva
18-20	Eesti MV suusa-O tavarada, lühirada, teade	Saverna, KOBRAS
19-20	Eesti Noorte talimängud	Otepää-Elva
21-27	Suusa-O veteranide MM	BULGAARIA
26-27	Valdade ja väikelinnade talimängud suusatamises	Aegviidu
27	Tallinna Maraton	Aegviidu

MÄRTS

28.02-5	Suusa-O MM (MK 3.)	VENEMAA
5	Haanja Maraton	
11-12	Eesti Noorte MV murdmaasuusatamises 2.etapp	Haanja

APRILL

8-9	Karjalaskevoistlus, tavarada ja lühirada	Vastseliina/Kubija, VÖRU
12-18	Rahvusvah. Koolispordiliidu MV (83-86 sünd HD klassid)	Ashdod, IISRAEL
15	MK 1.etapp tavarada	JAAPAN
16	MK 2.etapp teade	JAAPAN
15-16	Jüriööjooks, öine teade	???
21-23	METSSIGA 2000; 3-päeva jooks	Saaremaa, SOK
22	MK 3.etapp, lühirada	AUSTRAALIA
23	MK 4.etapp, tavarada	AUSTRAALIA
24	MK 4.etapp, viitstart tavaraja põhjal	AUSTRAALIA
29-01.05	Ilves-3, ind. mitmepäevajooks	Palu, ILVES

MAI

13	Eesti MV, öine tavarada	Palmse-Oruveski, RAKVERE
14	Virumaa O-jooks	Palmse-Oruveski, RAKVERE
20	XXII Lõuna -Eesti Karikas; tavarada	Saverna, KOBRAS
27.-28	Balti MV, tavarada ja teade (veteranidel tava- ja lühirada)	LÄTI

JUUNI

3	Järva Karud auhinnavõistlused, HD16,21,D35; H40,50	Mägede küla, JOKA
10-11	Eesti MV, lühirada, HD 21 teade	Valgesoo, KOBRAS
17-18	Jukolan Viesti, teade	Joensuu, SOOME
30	MK 5.etapp, teade	UKRAINA

JUULI

30.06-4.07	Euroopa MV	UKRAINA
1-2	XXVII Kalevi Suvejooks, tavarada, 2.päeval viitstart	Mustla-Nõmme, ESTO
1	MK 6.etapp, tavarada (kvalifikatsioonid)	UKRAINA
3	MK 6.etapp, tavarada (finaalid)	UKRAINA
4	MK 7.etapp, lühirada,	UKRAINA
6-9	Ilvesteade ja Noorte Ilves, teate mitmepäevajooks	Nõuni, ILVES
9-15	Juunioride MM	TSEHHI
10-12	Belgium 3-Days 2000	Arlon, BELGIA
12-15	4 EST; 4 päeva jooks	Jussi/Aegviidu, ORION
18	MK 8.etapp lühirada	Lahti, SOOME
19	MK 8.etapp lühendatud tavarada	Lahti, SOOME
20	MK 9.etapp lühendatud lühirada	Lahti, SOOME
21	MK 8.etapp tavarada (viitstart 18.-19.07 põhjal)	Lahti, SOOME
23-28	O-RINGEN 5 päeva jooks	Hallsbergs, ROOTSI

AUGUST

2-4	IOF 20.Kongress (koos PWT osavõistlusega)	Leibniz, AUSTRIA
4-6	XII Kobras Karikas	Valgesoo, KOBRAS
12	Kalevi MV, tavarada	Kolgaveski, WEST
13	Pargiteade, 2 etappi	Pärnu, WEST
19-20	Eesti MV tavarada, noorte ja veteranide teade	Ootsipalu, VÖRU
29-2.09	Üliõpilaste MM, tavarada, lühirada, teade	Roanne, PRANTSUSMAA

SEPTEMBER

2-3	XXXIX Hiiumaa karikavõistlus	Õngu-Vanajõe, HOK
3	Järvamaa MV, HD16,21,D35; H40,50	Mustla-Nõmme, JOKA
9	Eesti MV pikk rada	Võiste, WEST
???	Põlva lahtised MV, tavarada, teade	Karaski, Kobras

OKTOOBER

30.09.-1	SUUNTO GAMES, tavarada (WRE) ja lüh.tavarada	Karksi-Nuia, LEHOLA
11	MK 10.etapp lühirada	PORTUGAL
12	MK 11.etapp tavarada (MK finaali)	PORTUGAL
14	MK 12.etapp teade (MK finaali)	PORTUGAL

**NOVEMBER
DETSEMBER**

EOL teeb tänavuse hooaja kokkuvõtte ja peab tulevikuplaane

EOLi päevadel

19.-21. novembril

Jänedal

EOLi juhatus

OK Põlva Kobras kuulutab välja

2003. aasta juunioride maailmameistrivõistluste (JWOC 2003)

logo konkursi

Osaleda võivad kõik soovijad.

Logo kavand saata aadressil:

Metsa 7, Põlva, OK Põlva Kobras.

Kõik võistlustööd eksponeeritakse EOLi päevadel 19.-21.novembril Jänedal.

**Tööde esitamise tähtaeg:
10.november k.a.**

**PEAAUHIND
1000 KROONI!!!**

OK Põlva Kobras

Järgmises lehes:

* EOLi Üldkogu ja koondise päevad Jänedal

* Ülevaade o-aastast 1999

* 1999. a edetabel

* Soome orieneerumise arengule on oma tõe andnud nii rootslased kui eestlased

* Jõuharjutusi orienteerujatele

* O-horoskoop 2000!!!

* * *

TÄHELEPANU!

Järgmise Orienteeruja-lehe kaastööde saatmise viimane kuupäev on **26. november.**

Orienteeruja toimetus

Jätkub Orienteeruja tellimine ja EOLi litsentside müük aastaks 2000!

Ajalehte ja litsentsi saab järgmiseks aastaks tellida ka IVK-kaudu! (Info EOLi koduleheküljelt)

Ajalehte tellimusi võtavad vastu ka postkontorid!

Maret Vaher

Mõtteprofiil

(küsimused lk 7)

Stressitaluvus

Seda mõeldavad küsimused **7, 17, 23, 35, 42 ja 53.** Kõigi nende küsimuste vastusevariandid annavad punkte järgmiselt: alati: 1, sageli: 2, vahete-vahel: 3, harva: 4, mitte iialgi: 5

Kontsentratsioon

Küsimused: **3, 12, 21, 30, 39, 48**

3: alati: 5, sageli: 4, vahete-vahel: 3, harva: 2, mitte iialgi: 1
Ülejäänud: alati: 1, sageli: 2, vahete-vahel: 3, harva: 4, mitte iialgi: 5

Pingekontroll

Küsimused: **2, 11, 20, 29, 38, 47**

38: alati: 5, sageli: 4, vahete-vahel: 3, harva: 2, mitte iialgi: 1
Ülejäänud: alati: 1, sageli: 2, vahete-vahel: 3, harva: 4, mitte iialgi: 5

Positiivne energia

Küsimused: **6, 15, 26, 33, 44, 51**

6, 15, 33, 44: alati: 5, sageli: 4, vahete-vahel: 3, harva: 2, mitte iialgi: 1
26, 51: alati: 1, sageli: 2, vahete-vahel: 3, harva: 4, mitte iialgi: 5

Sisendamisvõime

Küsimused: **4, 13, 22, 31, 40, 49**

Kõik: alati: 5, sageli: 4, vahete-vahel: 3, harva: 2, mitte iialgi: 1

Süsteematilisus

Küsimused: **8, 18, 24, 36, 43, 54**

8, 18, 43: alati: 1, sageli: 2, vahete-vahel: 3, harva: 4, mitte iialgi: 5
24, 36, 54: alati: 5, sageli: 4, vahete-vahel: 3, harva: 2, mitte iialgi: 1

Eneseusk

Küsimused: **1, 10, 19, 28, 37, 46**

1, 37: alati: 1, sageli: 2, vahete-vahel: 3, harva: 4, mitte iialgi: 5
10, 19, 28, 46: alati: 5, sageli: 4, vahete-vahel: 3, harva: 2, mitte iialgi: 1

Häälestus

Küsimused: **9, 16, 27, 34, 45, 52**

27: alati: 1, sageli: 2, vahete-vahel: 3, harva: 4, mitte iialgi: 5
Ülejäänud: alati: 5, sageli: 4, vahete-vahel: 3, harva: 2, mitte iialgi: 1

Motivatsioon

Küsimused: **5, 14, 25, 32, 41, 50**

14, 25: alati: 1, sageli: 2, vahete-vahel: 3, harva: 4, mitte iialgi: 5
Ülejäänud: alati: 5, sageli: 4, vahete-vahel: 3, harva: 2, mitte iialgi: 1

ORIENTEERUJA

Toimetaja:

MARET VAHER
Käredatee 16, Audru, 88301, Pärnumaa
tel kodus (244) 64111, tööl (244) 42571
e-mail: maret@uninet.ee

Toimetuse kolleegium:
**MATI POOM, TONU RAID,
SIXTEN SILD**



**EESTI
ORIENTEERUMISLIIT**

Regati 1 11911 Tallinn Estonia
tel/faks +372 6398681