

Orienteeruja

APRILL 2013

nr. 1/131

Suusa-
orienteerujad
taas tipus

Talvine
Eesti MV

Aita sõber päevakule!

Uus-Meremaa
MK-etapp

O-päevakud
Moskvas





GPS SPORDIKELLAD



GARMIN

207.-

Garmin Forerunner 210 HRM

- GPS vastuvõtja kuni 8h
- Pulsil põhinev kalorete arvestus
- Veekindel (IPX7)
- Automaatne ringide lugemine



359.-

Garmin Forerunner 610 HRM

- GPS vastuvõtja kuni 8h
- Puutetundlik ekraan
- Training Effect funktsioon
- Automaatne andmete edastus arvutisse
- Kasutaja treeningud



399.-

Garmin Forerunner 910 HRM

- GPS vastuvõtja kuni 20h
- Ujumiskindel (50m)
- Baromeetriline altimeeter
- Multi-Sport
- Ujumisinfo (basseini pikkus, käetõmmete arv jm.)



POLAR

249.-

Polar RC3 GPS

- GPS vastuvõtja kuni 12h
- Pulsimõõtja
- Kuni 5 spordi profilli
- Veekindel (IPX7)

SUUNTO



449.-

Suunto Ambit HR

- GPS vastuvõtja kuni 50h
- Baromeetriline altimeeter
- 3D kompass
- 100m veekindel (ISO2281)

PEALAMBID



PETZL

135.-

Petzl Nao

- Automaatne valgustugevuse muutmine
- Võimalik salvestada 4 tegevuse profilli
- 355 Luumenit, valgustukaugus kuni 108m
- Laetav USB kaudu

KAARDIHOIDJAD

Miry

Miry 11WR 31,8

- 11" plaat (28x28cm)
- Ilmastikukindel kile
- Kerge alumiiniumalus
- 31,8mm lensule



63.-



308.-

Silva Sprint

- 1030 Luumenit
- Valgustukaugus kuni 140m
- Pritsmekindel (IPX6)
- Aku kestvus kuni 20h

SILVA

Palmttek Kaubandus OÜ

Suur-Sõjamäe 42A, 11415 Tallinn

Avatud E-R 9-18, L 10-15, Tel 6 217 530

palmttek@palmttek.ee

www.palmttek.ee

SISSELOGIUILE SOODUSHINNAD!

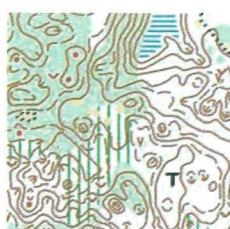
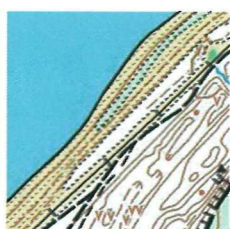
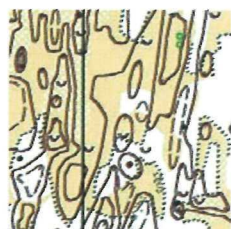
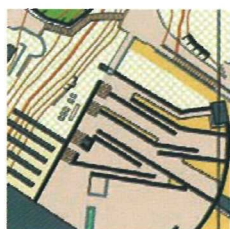
17.-22. JUUNI 2013

TALLINNA O-NÄDAL

ÄRA MAGA MAHA AASTA SUURIMAT ORIENTEERUMISELAMUST!

WWW.TOW.EE

VÕISTLUSKLASSID MN 8 - 70+
AVATUD RADA KÕIKIDEL PÄEVADEL



E 17. juunil
O-nädala sprint (WRE)
Kadrioru ja Pae pargis

T 18. juunil
O-nädala teispäevak
Võerdlas (sh. ratta-o
võimalus)

K 19. juunil
Tallinn City Race
Vanalinnas

N 20. juunil
O-nädala neljapäevak
Laulasmaal

R 21. juunil
O-nädala Finaal,
1. päev, lühirada (WRE)
Paukjärvel

L 22. juunil
O-nädala Finaal,
2. päev, tavarada, 100KP
Paukjärvel

LISAKS:

K 19. JUUNI ÕHTUL - PUBIRALLI TALLINNA VANALINNAS

L 22. JUUNI ÕHTUL - O-NÄDALA ÕHTUSÖÖK



SPORDIKLUBI 100

ROHKEM INFORMATSIOONI WWW.TOW.EE





NAO

VÕIMAS, AGA MITTE AINULT.

Pealamp, mis valib hetkega vajaliku valgustugevuse või kuuletub kasutaja seadistusele. Nutikas.



Maaletooja:
MATKaSPORT
www.matkasport.ee

PETZL[®]

www.petzl.com/NAO

2013. aasta külm kevad



foto: Võrumaa Spordiliit

Tänavune kevad toob vägisi meelde 60 aasta taguseid karme aegu kujutanud nõukogude filmi „1953. aasta külm suvi“. Ajad ei ole küll enam nii karmid ja kriminaalkurjategijatest kõirilõikajate bande asemel terroriseerib metsauskseid kodanikke seekord arktiiline külmalaine. Käesoleva loo kirjutamise hetkel laiutab talv veel kogu Eestimaal ega näita erilisi raugemise märke. Samas teame kõik, et tänavune külm kevad, nagu ka kõle 1953. aasta, on siiski suure sula eelmänguks. Kevad ja suvi on paratamatult tulemas. Orienteerumishooaja algust võib kuritahtlik eit Külma Laine paraku nädala-paari võrra edasi lükata. Jüriööjooksu ei suuda ta aga kindlasti mitte peatada. Sedakorda tervitab meid OK Ilves kaunis ja külalishahkes Elvas.

Hiline kevad on järellainetuseks pikale ja harukordselt lumerikkale talvele, mis pakkus rohkeid võimalusi suusaorienteerumise harrastamiseks. Koostöös lätlastega sai taas teoks võistlussari „Eesti-Läti liiga“, mis süvendas omavahelist läbikäimist naabritega, tihendas konkurentsi ja parandas loodetavasti võistluste korraldustasetki. Eesti meistrivõist-

lustega juhtus sel talvel paraku nii, et kahes võistlusklassis õnnestus medalid välja jagada alles kolmandal katsel. Just Eesti-Läti liiga võistlus Suure Munamäe jalamil osutus ilma taadi ägedast protestist hoolimata lõpuks piisavalt korrektses, et ka klasside N14 ja N55 parimaid pärjata. Eksimine on inimlik ja mõlema untsu läinud katse puhul oli tegemist apsudega, mida võib meil kõigil ette tulla. Oluline on nendest õppust võtta, siis on viga läinud asja ette.

Tipporienteerumises oli tänavune hooaeg kahe kulminatsiooniga – suusaorienteerumise EM Lätis ja MM Kasahstanis. Mõlemast võistlusest kirjutavad käesolevas numbris meie noore koondise liikmed. Üle pika aja võitsime medaleid noorte ja juunioride klassis. Loodetavasti on ka need saavutused märgiks meie noorte varsti vallanduvast potentsiaalset täiskasvanute klassis. Huvitava faktina selgus Lätimaal, et peaaegu mitte keegi kohalviibivatest eestlastest ei teadnud, et suusaorienteerumise noorte EMilt on Eestile ka varem medal võidetud. Ainus teadja oli medalivõitja ise (jäägu tema nimi siinkohal lugejale nuputamiseks). Siit moraal: kui tahad tõeliselt ajalukku minna, siis tee oma suurteod põhiklassi tiitlivõistlustel!

Märtsikuu eelviimasel nädalavahetusel toimunud EOLi igakevadisel üldkogul Tartus võtsid klubide esindajad vastu EOLi arengukava aastateks 2013–2017. 25-leheküljelise dokumendi väljatöötamisel olid EOLi juhatuse liikmetel abiks EOLi toimkonnad, klubidelt kirjalikke parandusettepanekuid ei laekunud. Üldkogu tegi projekti paar redaktsioonilist parandust ja nüüd on kõigil võimalik selle dokumendiga tutvuda EOLi koduleheküljel (vt link „Materjalid“). Kontrolligem siis oma silmaga, kas klubide vastukaja puudumine võis kõneleda nende nõusolekust kirjapanduga või sügavast ükskõiksusest strateegilise tähtsusega dokumendi vastu.

Head kaasamõtlemist!

Sixten Sild, EOLi juhatuse esimees

Orienteeruja

AJAKIRJA TRÜKIB



PRINTCENTER

Kaanel: Doris Kudre noorte EMil Lätis, 2013. a
Foto: Donatas Lazauskas

Järgmine number ilmub 2013. aasta juunis
Kaastööde tähtaeg on **19. mai**

Väljaandja:
Vastutav toimetaja:
Numbripeatoimetaja:
Toimetus:

Keeletoimetaja:
Küljendaja:

Tellimine:

Tellimishind 2013. aastaks 10 €

Toimetusel on õigus kirju ja kaastöid nende selguse huvides toimetada ja lühendada. Kaastöid ei retsenseerita ega tagastata. Toimetus ei vastuta kuulutuste ja reklaamide sisu eest.

Ajakiri Orienteeruja ilmub 4 korda aastas.

Eesti Orienteerumislit; www.orienteerumine.ee
Maret Vaher, tel 52 32 977, maretvaher@gmail.com
Mihkel Järveoja
ajakiri@orienteerumine.ee
Sixten Sild, Maret Vaher, Mihkel Järveoja, Markus Puusepp, Kersti Ehala, Eva-Maria Truusalu
Milvi Kivistik
Eva-Maria Truusalu
eol@orienteerumine.ee

10€

TELLI AJAKIRI:

www.orienteerumine.ee/ajakiri

Universaalse amatööriluse kiituseks

SISUKORD



- 8 Lühisuudised
- 10 MOBO sai aastaseks
- 12 Ratta-o MM 2013 Eestis
- 14 Aita sõber päevakule!
- 16 Päevakuline Epp Voitka
- 19 Moskva o-päevakud
- 22 Orienteerujalik mõtlemisviis
- 24 Suusaorienteerujad taas tipus
- 28 Doris Kudre teekond kullani
- 32 Priit Randmani päevik
- 35 Suusa-o Eesti MV 2013
- 39 EST-LAT liiga
- 40 Uus-Meremaa MK-etapp
- 45 Millist spordikella soetada?
- 48 Rogaini EM Hispaanias
- 52 EOLi logo saab 20. aastaseks
- 54 Väsast väljas: Marje Venelaine
- 56 Kaardistamisvõistlus

1932. aasta Los Angelesi suveolümpia eel seati Soome jooksulegendi, 9-kordse olümpiavõitja Paavo Nurmi amatöörspordilase staatuse kahtluse alla ja paar päeva enne mängude avatseremooniat kõrvaldati „lendav soomlane“ osalejate nimekirjast. Kuigi sellest tobedast aadlipäritolu reeglist hakati loobuma juba 1970ndatel aastatel, tundub mulle, et mingis uues vastupidises võtmes on see alateadlik hirm püsima jäänud. Ka orienteerumises. Kui ma ei tee iga päev trenni, siis minu koht ei ole Eesti meistrivõistluste startis. Kui ma olen päevakuline, siis ma ei või koos ässadega startida.

Selle talve ühe asjatundlikuma spordikommentaari avaldas minu jaoks tundmatu spordisõber Peeter Liik, kes kohalikus indilehes Tartu Ekspress väitis järgmist: „Lembitu Kuuse on muidu tore ja tark mees, aga iga kord, kui ta hakkab Tartu maratoni ülekandele kommentaari tegema ja finišisse hakkavad saabuma suusatajad kohtadel 1000 ja rohkem, algab jutt, et need on nüüd rahulikud matkajad, kes saavad rajal juttu ajada, toidupunktis rahulikult süüa ja kogu üritus on nende jaoks üks suur rõõm. Mul on pigem tunne, et Lembitu Kuuse ei tea, mis on Tartu maraton, ega seda, mis toimub tagumistel kohtadel. Tegelikult sõidavad need inimesed ennast rajal ilmselt rohkem rihmaks kui Jürgen Auckland või teised esikolmiku mehed.“

Kõigil, kes kunagi on pidanud võistlema medalite või üldise tunnustuse nimel, on raske siseneda ükskõik millise spordivõistluse stardialasse minnalaskmismeeleolus. Tundes, et täna ei ole jalgades seda särtsu, et saada vastu vendadele Sildadele või Toomastele, jäetakse üldse starti minemata. Aga see kõik on välditav, kui kütta ennast üles uuel viisil. Eelmise aasta Orienteeruja viimases numbris ütles Eesti esiamatöörorienteeruja Taivo Timmusk välja amatöörspordi kõigutamatu teesi – väiksed võidud!

Olen sel talvel võtnud osa suusaorienteerumise, suusatamise, suusahüpete (K10 mäel), võrkpalli, korvpalli ja mälumängu võistlustest. Kõigil nendel aladel olen pidanud tundma kibedat kaotusevalu, lüüasaamistunnet ja kriipivat enesehaletsust. Tahaks murda suusakepi pooleks ja palli katki lõigata, sest ma ei ole saanud hakkama elementaarsete intuiitiivselt omandatavate alaspetsiifiliste tehniliste elementidega. Kui ma aga sõitsin suusaorienteerumise Eesti MV sprinditeates mööda vanast konkurendist Markusest ja pidin talle selja tagant hüüdma „anna rada!“, siis tundus taeva laotus piiritu. Võitlesime küll kohtadele 7–8, mõlemal treeningkilomeetreid kogutud vähem kui 100 ja Markusel jalas rajameistrilt laenatud varusaapad, ei muuda see universaalse amatööriluse kontekstis midagi olematuks. Ja kui keegi arvab, et selline olukord, kus samal teatevõistlusel lõpetasid 7.–10. koht aegadega 1.06.08, 1.06.17, 1.06.39, 1.06.45, ei paku pinget, siis on nad oma spordimehehinge müünud ära liiga odavalt.

Tulge kõik, endised veidi paksuks läinud tegijad ja alles alustavad harastajad, ka teistele orienteerumisüritustele peale päevakute! Kõik on seal ju samamoodi, ainult mitu korda põnevam. Muidu juhtub nii nagu laske-suusatamisega, mis saab küll ETV spordisaates eetriaega, ent tänavusel Eesti MV-l oli põhiklassis startis 2 meest ja 3 naist.

Ja mis see Orienteeruja ajakirja toimetamine ja avaldaminegi muud on kui amatöörajakirjanduse sihikindel juurutamine. Tore, et Eesti orienteerumislit, lugude autorid ja need ligi 500 tellijat/lugejat sellist üritust toetavad.

Mihkel Järveoja

Esimese numbriga peatoimetaja

foto: Maria Rätsep

Kuidas lahendada ülesannet: veel vähem selliseid artikleid, mida üldse lugeda ei viitsi?

Ajakirja toimetus tegi kokkuvõtet ja seadis plaane

KERSTI EHALA



Ajakirja toimetus.
Vasakult 1. rida:
Maret Vaher,
Eva-Maria Truusalu,
Kersti Ehala;
vasakult 2. rida:
Markus Puusepp,
Mihkel Järveoja,
Sixten Sild

Orienteeruja 6-pealine toimetus asus ülesannet lahendama kohe jaanuaris. Lugejate tagasiside küsimustele saime veidi vähem vastuseid kui tunamullu. Tahtsime rohkem teada saada, sestap tuli küsimustele vastata sõnadega, varem sai hindeid panna ühest viieni.

Mis lugejale meeldis? Saime teada, et kuna ajakirja ilmub vaid 4 numbrit, siis kiputakse peaaegu kõiki artikleid lugema. Eriliselt olid lugejale meelde jäänud emotsionaalsed intervjuud: kõige rohkem märgiti ära Taivo Timmuski lugu, veel kiideti intervjuud Indrek Ümarikuga, maailmameistrite Bertuksi ja Odgeniga, Silver ja Rain Eensaarega, Uku Annusega. Meeldisid ka võistluste üksikasjalikud etapiviisilised kirjeldused. Positiivse tagasiside sai

treeningpäeviku rubriik: saab teada, et tegemist on täiesti tavaliste inimestega ja et kõik on hea tahtmise juures võimalik. Esmalt loetaksegi rajaanalüüse ja võistluskirjeldusi, seejärel persooni- ja reisilugusid, kes ei rattata jätab rattalood viimaseks, noori ei huvita veteranide tegemised (heideti ette lugude pikkust) ja veteranidel jäävad noortelood tagaplaanile. Keda ei tõmba seiklussport jätab need lood viimaseks.

Millest tänane lugeja puudust tunneb? Harrastaja vaateid kajastatakse liialt vähe ja täiskasvanute koondise tegude analüüs on puudu. Soovitakse rohkem promo ja kommentaare võistlusmaastike kohta. Küsitakse, miks rajameistrid oma tegemistest ei kirjuta? Oodatakse artikleid sellistel tõsistel teemadel nagu: miks peaksid vane-

mad oma lapsi orienteeruma saatma; kuidas mitte liiga närvi minna; kuidas korraldada klubilist tegevust; kust leida aega võistlustel käimiseks? Nõuannete rubriigis tahetakse lugeda kaarditreeningu kohta, varustuse ja riietuse kohta, muidugi ka toitumise, psühholoogilise ettevalmistuse, jõutreeningu ja vigastuste vältimise kohta. Tahetakse lugeda ka koerustest ja läbikukkumistest, et õppida (rõõmustada) teiste vigadest, ala on ju huvitav!

Aitäh kõigile vastajatele ja kaasmõttelejatele! Saime palju konkreetseid näpunäiteid ja ideid. Nende elluviimiseks peame nüüd ühiselt tegutsema. Kirjutage ja saatke toimetusele oma lugusid. Teeme koos ajakirja huvitavaks!

Reklaami ja võistluskuutsete avaldamine ajakirjas:

Sisemised leheküljed

- suurus A7, 15 EUR
- suurus A6, 30 EUR
- suurus A5, 60 EUR
- suurus A4, 120 EUR

Tagakülj

- suurus A4, 200 EUR

EOL kalenderplaani võistlustele kehtib hinnasoodustus 25%.
Võistlusmaastike sulgemise teadete avaldamine on tasuta.

Ajakirja Ilmumisgraafik:

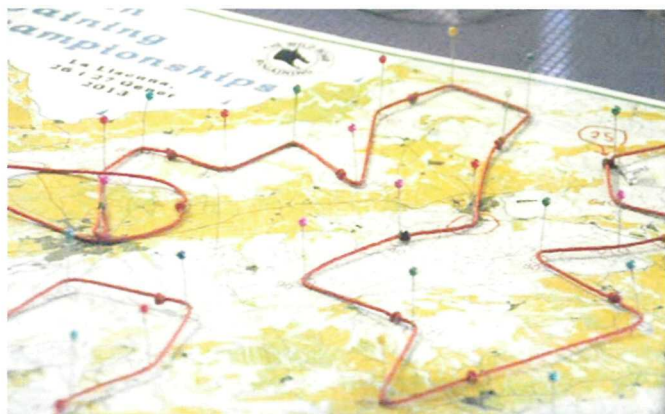
- 2. number** – kaastööde tähtaeg 19. mai, ilmub **17. juuni**. Peatoimetaja: Maret Vaher.
- 3. number** – kaastööde tähtaeg 25. august, ilmub **25. september**. Peatoimetaja Eva-Maria Truusalu, Kersti Ehala.
- 4. number** – kaastööde tähtaeg 17. november, ilmub **10. detsember**. Peatoimetaja: Markus Puusepp.

2014. aasta rogaini Euroopa meistrivõistlused toimuvad EESTIS

Selle aasta algul kogunenud Rahvusvahelise Rogaini-föderatsiooni 13 liiget hääletasid järgmise aasta EMI korraldajamaaks Eesti. Iga esindaja pidi järjestama 3 kandidaati oma eelistuse järjekorras ning vähima punktide arvuga kandidaat osutus valituks. 23 punkti teeninud Eestile järgnesid Iisrael 27 ja Ukraina 28 punktiga.

EM toimub 7.–8. juunil 2014 Põlvamaal. EMI korraldaja on Seiklusspordiklubi X-Team ja eestvedajad Randy Korb ning Heigo Põld. Võistlusmaastik peab olema vähemalt 300 km² suurune ja ilmselt hõlmab see Värskat, Rääpsova ja Madala maastikke. Ka 2014. aasta rogaini MMi toimumispaike on otsustatud, selleks on Lõuna-Dakota osariik USA-s ja kuu-päevadeks 16.–17. august.

Tänavu on rogaini MM Venemaal Pihkva oblastis Alolis 26.–27. juulil.



EAS toetab orienteerumist

Ettevõtluse Arendamise Sihtasutus koos Euroopa Regionaalarengu Fondiga toetab konverentsi ning kultuuri- ja spordiürituse läbiviimise raames 2013. aasta Tallinna Orienteerumisenädalat 26 164 euroga. Toetuse eesmärk on suurendada väliskülaliste ööbimiste arvu ning tõsta ürituse rahvusvahelist konkurentsivõimet, aidates kaasa professionaalsele korraldusele ja suurendades ürituste ja konverentside atraktiivsust sihtgruppidele.

Meetme raames sai toetust 7 spordiüritust Eestis.

Tallinna o-nädala korraldajad kasutavad summat võistluse kõrgel tasemel korraldamiseks, kaubamärgi loomisega seotud kulude katteks ning turundustegevuseks välisriikides. Esmapilgul suur toetus sunnib korraldajaid tugevalt pingutama, sest EAS katab vaid 50% tehtavatest kuludest. Tallinna o-nädal toimub 17.–22. juunil!



Euroopa noorte meistrivõistlused on Iisraeli asemel Portugalis

Veebruari keskel kuulutati Euroopa noorte meistrivõistluste (EYOC) uue läbiviijana välja Portugal, kes oli selle korralduse nimel jaanuarist alates konkureerinud Poolaga.

Esialgu pidi EYOC toimuma Iisraelis, kuid möödunud sügisene relvakonflikt muutis korraldusõigusi jagava IOFi Euroopa töögruppi nii murelikuks, et pärast alaliitudega konsulteerimist otsustati Iisraelilt korraldusõigus ära võtta ja uus konkurss välja kuulutada.

Eesti Orienteerumislüht lähtus Iisraeli sobivuse või mittesobivuse osas Välisministeeriumi arvamusest, mille järgi pole mõnede Iisraeli piirkondade külastamine soovitatav, samas avaldati muret ebakindla tuleviku osas. Potentsiaalse osalejate vanemaid küsitledes sai selgeks, et enamik neist oli vastu laste reisimisele Iisraeli.

Äsja avaldatud esimese büllötääni järgi viiakse võistlused läbi Lissaboni lähiümbruses 24.–27. oktoobrini.

Taani ja Eesti konkureerivad 2016. aasta senioride MMi korraldamisele

IOFi orienteerumisjooksu komisjon hindas 2016. aasta orienteerumisjooksu senioride MMi (World Masters Orienteering Championships) korraldamiseks laekunud taotlusi. Võistluse korraldamisele kandideerisid Taani, Eesti, Prantsusmaa ja Jaapan. Komisjon hindas kõik korraldustootlused väga heal tasemel olevaks, kuna kõigil kandidaatidel olid täidetud selle võistluse edukaks korraldamiseks nõutavad miinimumtingimused. IOFi orienteerumisjooksu komisjon tegi IOFi Nõukogule ettepaneku jätta 2016. aasta WMOC korraldamisele kandideerima Taani ja Eesti. IOFi Nõukogu kiitis ettepaneku heaks ja ühtlasi soovitas Prantsusmaal ja Jaapanil taotleda korraldamist järgnevateks aastateks uuesti. IOFi nõukogule lõpliku ettepaneku tegemiseks võtab IOFi orienteerumisjooksu komisjoni esindaja David May nüüd ette hindamisviisidid Taani ja Eestisse ja esitab seejärel komisjoni lõpliku seisukoha. Eesti taotluses on võimalike võistlusmaastikena välja toodud Kadrioru park, Tallinna vanalinn ja Jussi järved või Kõrvemaa. Võistluskeskus oleks Tallinna lauluväljakul.

Lähiaastate senioride maailmameistrivõistlused toimuvad 2013. aastal Itaalias, 2014. aastal Brasiilias ja 2015. aastal Rootsis.



foto: Eesti Orienteerumislüü

EOL sõlmis neljaks aastaks koostöölepingu ISCga

Eesti Orienteerumislüü ja AS Ilves-Extra sõlmisid neljaks aastaks koostöölepingu, mille alusel võistlevad Eesti orienteerumiskjooksu ja suusaorienteerumise koondised aastatel 2013–2016 kodumaise firma AS Ilves-Extra ISC võistlus- ja esindusvormis. ISC orienteerumis- ja suusariided on kogu maailmas tuntud hea kvaliteediga. Sellest annab tunnustust ka tõsiasi, et maailma absoluutsesse paremikku kuuluv Rootsi orienteerumiskoondis, kes viimasel kahel aastal ISC võistlusriietes võisteldes võitis maailmameistrivõistlustelt 15 medalit, pikendas lepingut ISCga veel nelja aasta võrra.

Orienteerumislüü president Urmas Klaas ja AS Ilves-Extra juht Arvo Kivikas lepingut sõlmimas

SPRINDI-TEADE lisandub orienteerumiskjooksu Eesti MV kavva

EOLi juhatus võttis vastu otsuse, et 2014. aastal kaasatakse Eesti MV ametliku programmi uue alana sprinditeade, kus 4-liikmelises võistkonnas jooksevad 2 meest ja 2 naist. Kohustuslik jooksupärjestus on naine-mees-mees-naine. Ettenähtud võiduajaks on 60 min ja etappide ajaline kestus on võrdselt 15 min. Muud nõuded ja reeglid nii maastikule kui kaardile on sprinditeades samad, mis talivalises sprindis.

Sprinditeade lisatakse 2014. aastal ka Itaalias toimuva orienteerumiskjooksu MMi ametliku kavva, mis oli ka peamiseks põhjuseks, et seda uut ala Eestis tutvustada ja praktiseerida. Esimene näidsvõistlus viiakse Eestis läbi juba sel aastal.



foto: Kristine Bertuks

Edgars Bertuks Läti klantsmeedias

Orienteerumiskjooksu lühiraja valitsev maailmameister Edgars Bertuks, kellega oli intervjuu ka Orienteeruja eelmise aasta 3. numbris, on kodumaal murdnud hoopis suurema lugejaskonnaga ajakirjadesse, nagu Playboy ja Cosmopolitan. Kui selle aasta esimeses Playboy numbris ilmus Bertuksist pikk persoonilugu, siis teises numbris oli ta juba nõuandja rollis. Sedapuhku siiski toitu- mist puudutavas artiklis.

Annika Rihma osales krossijooksu EMil

Detsembri alguses Ungaris Budapestis toimunud krossijooksu Euroopa meistrivõistlustel osales ka orienteerumiskjooksu koondise liige Annika Rihma, kes viimastel aastatel tihti jooksuradadele sattunud on.

Rasketes tingimustes, lumes ning 5-kraadise kül- muga peetud võistlusel saavutas Annika 8 km dis-

tantsil 54 võistleja seas 49. koha, olles poole distantsi järel veel 35. Paljud tipud jooksid jäisele tuulele vaatamata lühikestes riietes ning 15 mm pikkuste naelikute- ga. Annika kasutatud ori- teerumiskjalanoõud paraku lumese- gus hästi ei haaku- nud.

Võistlus oli Annika sõ- nul väga hea ettevalmistus

jaanuari alguses toimunud orienteerumise MK-etappi- deks ning meeletu konku- rentsitõttu oli see hoopis erinev kogemus orienteeru- misjooksust.

Ajaga 27.45 tuli krossi- jooksu Euroopa meistriks iirlanna Fionnuala Britton, kellele Annika Rihma kaotas 3 minuti ja 26 sekundiga.

Orienteerujad suusamaratonidel

Ka sel kevadel võib talve jooksul toimunud erinevate Eesti suusamaratonide protokollide esiorsast leida päris mitmeid orienteerujaid. Talve esimesel suuremal maratonil, **Viru maratonil** (Möedaku, 19.01) vahetas Värska OK Peko liige Even Toomas mulluse esikoha 6. koha vastu ja pidi sellel 42 km pikkusel vabatehnika suusamaratonil alles lõpuspurdis tunnistama tugevate suusasprinterite paremust. Even lõpetas võitjast Andres Kollost 3 sekundit hiljem. Esisaja sisse võitles ennast ka Tanel Kannel (99. koht).

Tamsalu-Neeruti 46 km pikkusel vabatehnikamaratonil (3.02) jõudsid esisaja sisse Tarvo Klaasimäe (40.), Sander Linnus (44.), Daniel Vasser (64.) ja Tea Pärnik (80.).

Tugevas lumesajus sõidetud **Alutaguse** 40 km pikkuse klassikamaratoni (9.02) rajad olid orienteeru-

jatele tuttavad kaks nädalat varem toimunud suusaorienteerumise Eesti MVst. Head minekut näitasid Heiti Hallikma 31. koht, Lauri Malsroos 36., Joonas Oja 58., Silver Eensaar 60., Erik Aibast 67. ja Tarmo Siimsaare 78.

Nädal hiljem toimunud **42. Tartu maraton** meelitas välja iga viimase kui ühe „kapisuusataja“ ning pikemale (63 km) ja lühemale (31 km) distantsile startis kokku üle 8500 suusataja. Parima orienteerujana lõpetas Sander Linnus 68ndana (3:02:04), kaotades võitjale Simen Oestensenile 17 minutit. Muljetavaldava sõidu tegi ka rattaorienteerumiskoondise liige Lauri Malsroos (3:04:36), mahitudes esisajasse, koht 96. Silver Eensaar oli 110., Kaarel Kallas 154., Joonas Oja 155., Heiti Hallikma 159. ja Alar Abram 195.

Märtsi esimesel nädalavahetusel Kõrvemaal toi-



2300 suusakilomeetrit tõi Lauri Malsroosile Tartu maratonil edu

munud **Tallinna suusamaratonil** (40 km, vabatehnika) tegi taas tugeva sõidu Lauri Malsroos (45.), kellest ei jäänud palju maha Tarvo Klaasimäe (53.).

Suusamaratonide sari lõppes nädal hiljem Haanjas, kus tõusuderohke 42 km pikkune klassikarada on alati jooksjatele ja orienteerujatele meele järele olnud. Lauri Sild, kes eelmisel aastal hirmutas koduradadel mit-

meid suusakoondise mehi, sel aastal starti ei tulnud. Hea sõidu tegi teine klassikatehnika ekspert Kaarel Kallas 31., kaotades võitjale Anti Saarepuule veidi üle 15 minuti. Teistest meestest oli Joonas Oja 47. ja Tarmo Siimsaare 70. Naiste arvestuses oli Tea Pärnik aga koguni kolmas.

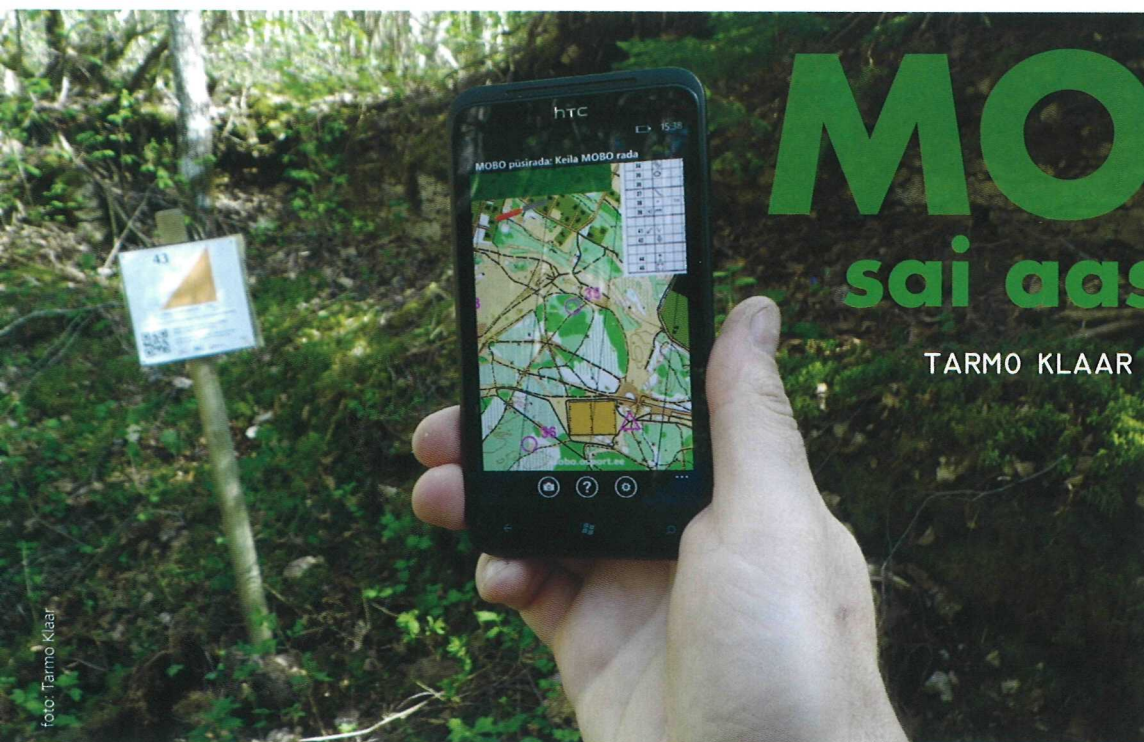


foto: Tarmo Klaar

Oled kuulnud sõna „MOBO“, aga ei tea mis asi see on? Ühe lausega selgitades: tegu on uue, novaatorliku orienteerumisviisiga, kus orienteerumise abivahendiks on mobiilne nutikas seade.

Kui praegu on orienteerumises (veel) kasutusel magnetkompass, paberkaart ja kontrollkaart (SI kiip), siis tehnoloogia kiire areng on loonud uued võimalused, millest veel mõni aasta tagasi ei osatud unistadagi. Tänapäeva (nuti)telefonid – ka kõige lihtsamad – on kui kolm-ühes-seadmed, mis võimaldavad kuvada ekraanil kaarti, näidata elektroonilise magnetkompassi abil põhja suunda ning fikseerida punkti läbimise.

Olen aastakümneid olnud seotud orienteerumisspordiga, programmeerinud ja tegelema uute tehnoloogiatega. Nii tekkis 2011. aasta detsembris idee proovida mobiilorienteerumise lahendust – taaselustada püsiradade idee tänapäevases vormis.

Selleks sai kirjutatud rakendus (ehk äpp) Android telefonidele. Äpp näitab ekraanil täiesti tavalist orienteerumiskaarti ja orienteerujatele tuttavat kompassi. Kontrollpunktis märgete tegemiseks valisin QR (maatrikskood) koodide pildistamise kui lihtsalt teostatava ja odava viisi KPde läbimise fikseerimiseks. Jõudes kontrollpunkti tuleb teha KP tähisel olevast QR koodist rakendusega pilt. Märge, koos aja ja kasutajatunnusega, saadetakse MOBO veebilehele, kus saab jooksvalt jälgida usinamate mobotajate edetabelit ja viimaste märgete nimekirja.

Erinevalt varem loodud navigeerimiserakendustest, on MOBOs kasutusel päris orienteerumiskaart, mitte Google või mõni muu topokaart. Samuti ei ole GPSi tuge, vaid kasutaja peab raja läbima traditsiooniliselt kaardi ja kompassi abil. Kui kasutaja aga soovib, saab taustal salvestada oma teekonna mõne kolmanda GPSi rakendusega.

Maailma esimene MOBO-rada avati 1. jaanuaril 2012. aastal Keilas. Keila Terviseradade lähedusse paigaldasime testimiseks 7 MOBO kontrollpunkti. Esimesed tähised trükkisin välja värvilise printeriga ja lamineerisin ilmastikukindlalt. Kaardi sain kasutamiseks Eduard Pukkonenilt.

Juba talvel tekkis proovijaid ja tagasiside oli positiivne. Tundus, et uudsel ideel on kasutajaid ja tehtut tasub edasi arendada.

Kevadel lugesin ajakirjandusest, et Eesti Terviserajad otsivad ideid teemaks tervisesporti atraktiivsemateks. Võtsin ühendust Jaak Teppaniga (SA Eesti Terviserajad juhataja) ja tutvustasin oma lahendust. Jaagule MOBO-idee meeldis ja leidsime, et meil on ühised eesmärgid – tuua rohkem ja nooremaid inimesi loodusesse sportima.

Leppisime kokku, et Terviseradade poolt on tähiste jaoks vajalik materjal ja läbirääkimine terviseradade haldajatega. Minu (ehk Tak-Softi) poolt on rakenduste arendamine, vajaliku IT-taristu haldamine ja läbirääkimine kaartide omanikega. Valisime välja 25 kohta, kus terviseraja läheduses on olemas juba püsirada või piisavalt uus orienteerumiskaart uue raja tegemiseks.

Läbirääkimised, tähiste logistika ja radade ehitamine võttis algselt plaanitud rohkem aega, mistõttu paljud rajad valmisid alles sügiseks. Enne lume tulekut oli valmis 15 rada, viie raja tähised jäid ootama kevadet. Kokku on tänaseks paigaldatud 291 püsirajapunkti. Käesoleval aastal tahaks üle Eesti vähemalt 25 avalikku orienteerumise püsirada valmis saada. Sellega saaks esialgsed eesmärgid täidetud.

MOBO-ideest võttis tuld Toivo Kotov. Tema eestvedamisel on Lüllemäe ümbrusesse tehtud 5 erinevat rada sprindist rogainini. Need rajad on lisatud Lüllemäe trimmisarja. Läbimiseks tuleb kasutada MOBO võistluse funktsionaalsust. Täpsemalt vaata Juku-Peedu koduleheküljelt: <http://www.jukupeedu.ee/pysirajad>.

MOBO on äratanud tähelepanu väljaspool Eestitki. Kohalike huviliste eestvedamisel on valminud üks rada Inglismaal ja teine Austraalias. Huvi on tuntud veelgi, eks käesoleval aastal näeb, kas lisandub veel radu ja kui kiiresti kasutajaskond laieneb.

Huvi on ja iga päev laetakse rakendust telefonidesse. Aasta jooksul on MOBO-rakendust erinevatele telefonidele laetud üle 1000 korra. 267 kasutajat on vähemalt proovinud kodulehel olevat näidispunkti. 190 erinevat kasutajat on aga külastanud metsas asuvaid KP-d. 2012. aastal tehti kokku

3555 märget! Kõige rohkem radu (310 märget) läbis aasta jooksul kasutaja Vallo, kellel on ainult üks rada jäänud

Eestis külastamata. Enim on külastatud Keila ja

Harku metsa startipunkti (64 ja

48 erinevat kasutajat). 2012

oli mobotajate seas kõige populaarsem mobiiltelefon

LG mudel P500, millega tehti 596

märget, järgnesid HTC Wildfire (394) ja Samsung Galaxy S2 (339). Kokku lugesin

71 erinevat seadet, millega oli MOBOT proovitud. Praegu on MOBO äpp olemas Android telefonidele ja tahvelarvutitele, Windows Phone 7 ja 8 telefonidele, uuematele iPhoneidele ja iPadidele ning osale Nokia Symbian telefonidest. MOBOT on juba võimalik kasutada rohkem kui 1000 erineva seadme peal ja iga kuu lisandub nimekirja uusi seadmeid.

Eelmise aasta lõpus tekkis võimalus lisada NFC (lähiväljaside) tugi MOBO Androidi ja Windows Phone rakendustele. NFC punkti korral ei pea pildistama, piisab, kui kasutaja asetab telefoni (telefonil peab olema NFC võimekus) tähise lähedale. Selliselt on märke tegemine üsna kiire, võttes aega alla sekundi. Täna on Keila raja 6-le KP-le proovimiseks lisatud spetsiaalsed NFC märgised (legendis on need KPd tähistatud).

MOBO platvormil on võimalik läbi viia ka üritusi. Seda on kasutatud firmade motivatsiooni-, suve- ja talvepäevadel ühe sportliku tegevusena. Üritusi on võimalik läbi viia nii olemasolevatel kui spetsiaalselt ürituse jaoks loodud radadel.

MOBO kaudu on orienteerumist tutvustatud erinevates meediakanalites kui tänapäevast (tervise)spordiala. MOBO on jõudnud paljude mitteorienteeruja telefoni. Punkte on käidud otsimas ka talvel ja pimedas. Radu saab läbida koos sõpradega või üksi, endale sobival ajal ja viisil. Ei mingeid piiranguid, vaja on ainult äpiga telefoni ja tahtmist ennast liigutada.

Orienteerume nutikalt!
Vaata lähemalt <http://mobo.osport.ee>.

Kõige rohkem radu (310 märget) läbis aasta jooksul kasutaja Vallo, kellel on ainult üks rada jäänud Eestis külastamata.

SA Eesti Terviserajad juhatajale MOBO-idee meeldis. Leidsime, et meil on ühised eesmärgid – tuua rohkem inimesi loodusesse sportima.

RATTAORIENTEERUMISE

selle aasta maailmameistrid

selguvad **EESTIS**

TIINA KAUKVERE,
WMTBOC 2013 meediaesindaja

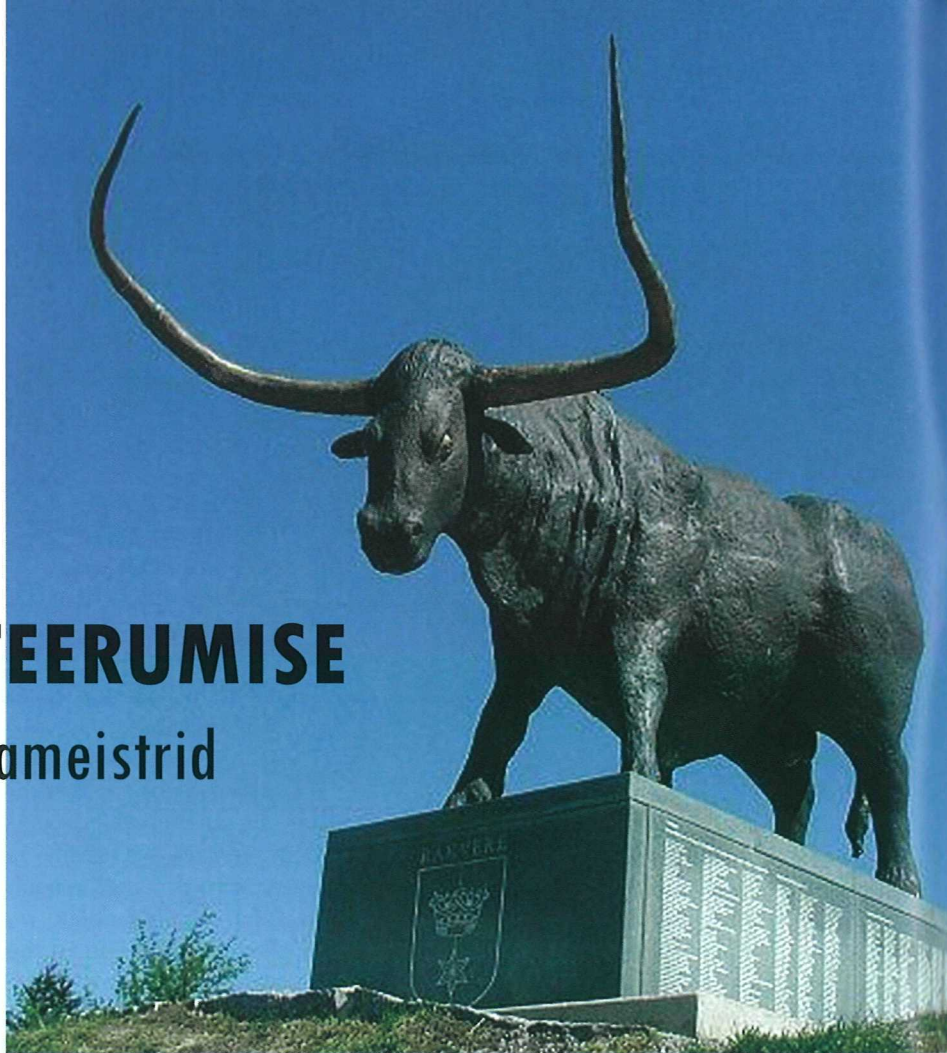


foto: www.puhkaestis.ee

Ajavahemikus 24. august kuni 1. september viibib Eestis üle 300 rattaorienteeruja 40 erinevast riigist, et osaleda rattaorienteerumise täiskasvanute ja juunioride MMil.

Kuna täiskasvanute orienteerumise MMi ei ole Eestil varem au korraldada olnud, on tegemist kindlasti märgilise sündmusega Eesti orienteerumise ajaloos.

Võistluskeskus on Rakvere Spordihoones.

Avapauk antakse **27. augustil** Tapal, kus selguvad maailmameistrid sprindis. Sprindivõistluse võistluskeskus on Tapa gümnaasiumi ja spordikeskuse juures. Võistlusrajad kulgevad mööda linna, läbides parke, metsatukkad ning linnaservas paiknevat Mänikumäge.

Sprindile järgneval päeval, **28. augustil** võisteldakse Mõedakul lühirajal. Võistluskeskus on Mõedaku spordibaasis ja võistlusrajad algavad ning lõpevad suusastaadionil. Mõedaku maastik jaguneb kaheks: korrapärase sihivõrguga tasane põhjaosa ja mägine lõunaosa. Vihmase ilmaga võivad Mõedaku rajad olla väga libedad, isegi ohtlikud.

Reedel, **30. augustil** stardivad Rakveres teatevõistkonnad. Orienteerutakse linnas, Vallimäel ja Palermo metsa terviseradadel. Võistluskeskus on Rakvere spordikeskuses.

Viimasel võistluspäeval, **31. augustil** tuleb läbida tavarada, mis kulgeb Harjumaal Kõrvemaa maasti-

kukaitsealal. Võistluskeskus on Valgehobusemäe puhkekeskuses ning võistlusmaastik hõlmab Mägede küla ja Nelijärve maastikke.

Rattaorienteerumise MMil võib individuaalalal startida igast riigist kuus võistlejat, teatesõidus kaks võistkonda. Medaleid tuleb kindlasti püüdma Eesti rattaorienteerumiskoondis. Sõitule saab kaasa elada võistluskeskustes ja vaatepunktides.

Kes aga soovib ise võistlusmelust osa saada, siis kõigile rattaorienteerumise huvilistele korraldame 30. augustil Rakveres sprindivõistluse ja 31. augustil on võimalus orienteeruda Valgehobusemäel tavarajal.

Hetkel on viimast lihvi saamas võistlusmaastike kaardid. Maikuuks on radade eelplaneeringud tehtud ja need vaadatakse üle koos IOFi esindaja **Sandor Talase (Ungari) ja EOLi juhatuse esimehe Sixten Sillaga.**

MMi ajaks paigutatakse umbes 300 sportlast ja nende treenerid ning taustajõud erinevatesse Rakvere majutusasutustesse. Võistlused avatakse Rakvere keskväljakul Rakvere



foto: www.northestonia.eu

Koduse MMi hooaja ettevalmistustest räägib Eesti rattaorienteerumiskoondise esinumber Tõnis Erm

Minu ettevalmistus peatselt algavaks hooajaks on kulgenud üldjoontes hästi. Mahuliselt olen treeninud rohkem kui kahel eelnenud talvel või siiski mõnevõrra vähem, võrreldes kõige mahukamate hooaegadega. Vaimne valmisolek on hea ja motivatsioon kõrge. Garaažis ootab võistlusi uus ratas, ehkki võib-olla sõidan sprinte ikkagi vanaga.

Võrreldes eelmiste hooaegadega, olen ettevalmistuses teinud kaks peamist muutust. Esiteks, puhkasin sügisel suhteliselt vähe ja aktiivsemalt kui varem. Sellega seoses on õnnestunud vältida organismi minekut liigmugavasse puhkeseisundisse, mis on minu puhul toonud kaasa immuunsüsteemi nõrgenemise ning terviseprobleemid. Sel talvel on mind kimbutanud vaid üks kergem viirushaigus. Teiseks, treenisin talvel rohkem suusatades ning startisin 11 korda suusaorienteerumisevõistlustel. Pean seda suurepäraseks orienteerumistehniliseks harjutuseks, kuna sarnasus rattaorienteerumisega on suur; samas tegin lisaks võistlemisele vaid 2 intensiivset treeningut, näiteks sõitsin viimasel nädalal enne suusaorienteerumise EMi 3 korda ratas. Suusatamise tõttu on küll langenud jõusaalitreeningute maht, aga talvine rattatreeningute maht on püsinud 60 tunni tasemel.



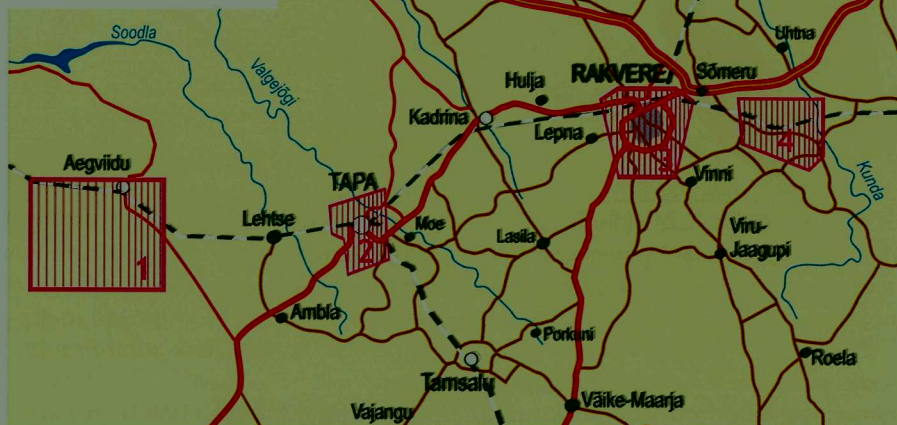
Tõnis Erm eelmise aasta MK-etapiil Rāpinas

linna aukodanikule Arvo Pär dile pühendatud skulptuuri „Noormees jalgrattaga muusikat kuulamas” juures.

„Rakvere linn annab endast kõik võimaliku, et garanteerida hästi organiseeritud võistlus, ja et võistlejad tunneksid end teretulnuna,“ lubab Rakvere linnapea Toomas Varek, kelle sõnul on tegemist ainulaadse võimalusega tutvustada ajaloolist Rakvere linna ja selle kandi loodust tippsportlastele.

MMi korraldab Rakvere orienteerumisklubi koos Eesti Orienteerumisklubi liiduga. Tiitlivõistluste peakorraldajaks on Joonas Oja, radade ja kaartide eest vastutab Kuno Rooba ning täpse ajavõtu eest Tarmo Klaar. Kaasa aitab üle saja vabatahtliku.

Hetkel käib veel aktiivne vabatahtlike kaasmine. Rakvere orienteerumisklubi kutsub kõiki orienteerumissõpru panustama nii suurte tiitlivõistluste õnnestumisse. Huvilistel palume ühendust võtta Alar Terasega (alar.teras@gmail.com).



Võistlusmaastikud/keelualad
Lisainformatsioon võistluse kodulehel:
<http://www.orienteerumine.ee/mtbo2013/>

allikas: www.orienteerumine.ee/mtbo2013/

AITA SÕBER PÄEVAKULE!

Parim päevakute propageerija oled Sina, tänane päevakuline! Just Sina oskad avada oma sõbra, tuttava või kolleegi jaoks uue maailma, mis on olnud juba aastakümneid olemas, kuid millest on tema millegipärast seni mööda käinud. Võib olla on teda tagasi hoidnud mingi müüt, mille murenemine algab Sinu jutust või kohvipausi ajal vahendatud muljetest.

PEEP OTSTAVEL

Hiiumaa

www.hok.ee

Päev: **neljapäev**

Start avatud 17.00–19.00

Hooaeg: 25.04–19.09

Etappe 21 Nöörirada: ei

Eribuss: ei

Kontakt 5276429,
toomas.mast@mail.ee

Läänemaa

www.ok-okas.ee

Päev: **kolmapäev**

Start avatud 17.00–19.00

Hooaeg: 10.04–18.09

Etappe 14 Nöörirada: jah

*Eribuss: osal etappidel,
jälgi kodulehte*

Kontakt 5266196,
okasorienteerumisklubi@gmail.com

Saaremaa

www.saaremaa.ee/SOK

Päev: **neljapäev**

Start avatud 16.00–18.30

Hooaeg: 2.05–5.09

Etappe 15 Nöörirada: ei

Eribuss: ei

Kontakt 5153637,
mait.must@mail.ee

Pärnumaa

www.okwest.ee

Päev: **neljapäev**

Start avatud 17.00–19.30
(septembrist 16.30–18.30)

Hooaeg: 11.04–3.10

Etappe 26 Nöörirada: jah
(esimesed 7 etappi)

Eribuss: ei

Kontakt 5083837,
juhatus@okwest.ee

Hiljuti rääkis üks klubikaaslane, et teda hoidis aastaid päevakule tulemast teadmine, et päevakutel peab jooksmata. Alles usaldusväärsest allikast – sõbrannalt – kuuldu, et jooksmine ei ole päevaku kohustuslik osa, tõi ta metsa ning nüüd on üks päevakuline rohkem. Ja kui usinust metsas veedetud ajas mööda, siis ülimalt usin päevakuline!

- **Räägi** oma lugusid, sest päevakult saadud emotsioon on olulisem kui tulemustelehel kirjas olevad sekundid ja KPde arv. Need lood toovad metsalõhnad ja linnuhääled kontoriruumidesse.

- **Kiida** kolleegidele enne lõunapausi, kui kõigil kõhud juba tühjad, kukeseenepastat, mille tegid päevakurajalt kaasa toodud kukeseentest.

- **Paku** tuttavatele mustikakooki ja kiida head mustikakohta, mille päevakurajal avastasid.

- **Suusahuvilisest sõbrale maini** muuseumis, et eilne 1,5-tunnine retk soos, rabas ja reljeefipesas möödus linnulennul. Võib olla ta järgmine kord kaalub, kas minna 138. korda dendroparki 14-ringilist mahutrenni tegema

Tallinna teisipäevakud

www.oknomme.ee

Päev: teisipäev

Start avatud 17.00–19.30
(septembris 17.00–19.00)

Hooaeg: 2.04–10.09

Etappe 24 Nöörirada: jah

Eribuss: ei

Kontakt 5057187,
kaido.nurja@gmail.com

Tallinna Kompassi päevakud

www.osprint.ee

Päev: esmaspäev,
kolmapäev, laupäev

Start vt kodulehelt

Hooaeg: 6.03–30.11

Etappe 141 Nöörirada: ei

Eribuss: ei

Kontakt 58134506

Ida-Virumaa

www.rskjohvikas.ee

Päev: neljapäev

Start avatud 17.00–19.00
(septembris 16.00–18.00)

Hooaeg: 2.05–19.09

Etappe 10 Nöörirada: ei

Eribuss: ei

Kontakt 5174358,
info@rskjohvikas.ee

Järvamaa

www.joka.ee

Päev: teisipäev

Start avatud 17.00–19.00
(septembris 17–18)

Hooaeg: 23.04–27.10

Etappe 9 Nöörirada: ei

Eribuss: ei

Kontakt 5056595,
kalmer@tyri.ee

Lääne-Virumaa

www.raok.ee

Päev: kolmapäev

Start avatud 16.30–19.00

Hooaeg: 17.04–25.09

Etappe 15 Nöörirada: ei

Eribuss: ei

Kontakt 56495436

Raplamaa

www.orvand.ee

Päev: kolmapäev

Start avatud 17.00–18.30

Hooaeg: 18.04–2.10

Etappe 7 Nöörirada: ei

Eribuss: ei

Kontakt 53415540

Tartumaa

www.okilves.ee

Päev: neljapäev

Start avatud 17.00–19.00
(augustist 17.00–18.30)

Hooaeg: 18.04–19.09

Etappe 21 Nöörirada: ei

Eribuss: osal etappidel

Kontakt 5056402,
tiina.oras@mail.ee

Otepää päevakud

www.hot.ee/otepaapaevak

Päev: kolmapäev

Start avatud 16.00–19.00

Hooaeg: 17.04–18.09

Etappe 15 Nöörirada: ei

Eribuss: kokkulepitud ajal eritransport Tõrvast ja Tsirguliinast

Kontakt: Voldemar Tasa
5150 092,
tal@lutsu.ee

Võrumaa

www.okvoru.ee

Päev: kolmapäev

Start avatud 15.00–19.00
(alates 18.09 15–18)

Hooaeg: 10.04–12.10

Etappe 18 Nöörirada: ei

Eribuss: osadel etappidel

Kontakt: Sixten Sild 5068377,
sixten@hotmail.ee

Põlvamaa

kobras.polvamaa.ee

Päev: teisipäev

Start avatud 15.00–19.00
(27.08 ja hiljem 15.00–18.30)

Hooaeg: 9.04–24.09

Etappe 25 Nöörirada: ei

Eribuss: jah

Kontakt 56680599,
okkobras@gmail.com

Värskas

www.peko.ee

Päev: neljapäev

Start avatud 17.00–18.00

Hooaeg: 11.04–06.06

Etappe 5 Nöörirada: ei

Eribuss: ei

Kontakt 53453331,
rein.zaitsev@mail.ee

või pakkida pere autosse ja sõita metsa. Sportima, seenele, sipelgate eluga tutvust tegema.

• **Ole alguses sõbrale abiks!** Näita, kus on päevakute info, seleta, kuidas kohale jõuda, keera kaart õiget pidi ette. Tehke koos väike ring, et esimene kord ei jääks viimaseks ja õpeta sõber tulemusi lugema ning analüüsima.

Epp Voitka – orienteeruja alates 15.09.2010

Epp Voitka on üks väheseid orienteerujaid, kes teab täpselt oma orienteerujaks saamise kuupäeva. 15. septembril 2010 toimus kodukülas Puigal Võrumaa orienteerumiskolmapäevak, ja uudishimust tuli Epp, kohalik elanik, koos oma tütrega uue asjaga tutvuma. EOLi andmebaas näitab, et aastal 2011 tegi ta juba 10 ning aastal 2012 tervelt 12 starti edetabelivõistlustel, rääkimata arvukatest päevakutest ja väiksematest võistlustest. „Orienteeruja“ käis Epuga lähemalt tutvumas ja uurimas, kuidas nii kiiresti orienteerujaks saadakse.

KÜSIS SIXTEN SILD

Kas esimesele kolmapäevakule tulek oli pikalt ette planeeritud või pigem juhuslik?

Kui juhtusin kuulma-nägema, et orienteerujad korraldavad ürituse minu kodukülas, siis tuli mulle meelde, et olin korra varem näinud Puigal pimedas lampidega jooksjaid (2008. aasta kevadel toimus Puigal Võru valla auhinnavõistlus öises sprindis – toim.) ja et minu ema hea tuttav Heli Viks oli sageli rääkinud, et käis jälle kuskil orienteerumas ja mida kõike siis juhtus. Aga huvitaval kombel tuli mulle endale pähe mõte, et võiksin ka ise seda ala proovida alles siis, kui avastasin kuulutuse kolmapäevaku kohta. Võtsin ka tütre kaasa, ja kindlasti oli otsustamisel toeks ürituse toimumise koht – oma kodukülas ei olnud mingit mitte-hakkamasaamise või äraeksimise kartust.

Pärast Puiga päevakut osalesid kohe ka kahel järgmisel päevakul. Seepeale lõppes hooaeg Võrumaa meistrivõistlustega, kus olid juba stardis 6,5 kilomeetrisele tehnilisele rajale. Kas esimene kogemus oli seda võrd julgustav?

Võistlusklass: N45

Klubi: OK Võru

Elukoht: Puiga küla, Võru vald
Töökoht: Puiga lasteaed Siilike, muusika- ja liikumisõpetaja

Perekond: abikaasa Urmas, poeg Andreas (16) ja tütar Annabel (12)

„Orienteeruja“ lugeja
aastast 2011

Jah, juba esimene kogemus osutus piisavalt põnevaks, et sain indu ennast veel ja veel proovile panna. Kui kolmapäevakutel osalesin koos tookord alles 9-aastase tütrega lühikestel ja lihtsatel radadel ning sain kenasti hakkama, siis maakonna meistrivõistlustel kulus 6,5 km raja läbimiseks 2 tundi ja 28 minutit. Siis sain aru, et pean leppemärgid endale korralikult selgeks tegema. Sain tegelikult ka tookord üldiselt päris libedalt punktid kätte, aga mäletan siamaani, et punkt nr 38 ei tahtnud kuidagi alistuda. Otsisin seda millegipärast raiesmikult, kuid pärast selgus, et see oli metsas. Ma ei osanud veel erinevatel taimkatet kajastavatel leppemärkidel vahet teha. Sellele etapile kulus mul 41 minutit. Pärast seda võistlust soetasin endale Tarmo Klaari

raamatu „Orienteerumisest iseõppijatele“ ja see aitas mind minu arengus tublisti edasi.

Kas varasem looduses liikumise kogemus oli Sul olemas ja äraeksimise hirmu polnud?

Olen üles kasvanud siinsamas Puiga-Kasaritsa piirkonnas. Isa oli jahimees, kodus pidasime loomi. Olen seetõttu juba lapsepõlvest harjunud maatöid tegema ja metsas käima. Tallinna Pedagoogilises Instituudis õppimise päevil pidin ikka vähemalt paar korda kuus kodus käima, et metsas linnastressi maandada ja hingele kosust saada.



foto: Külli Leela

Epp Võrumaa MV 2012 finišis



foto: erakogu

Suusamatkal Koola poolsaarel, 1984. Tõus Geograafide kuruks

Keskkooolipäevil käisin suusatrennis Maret Lukini juures ja hakkasin Võru matkajatega kaugetel matkadel käima. Matkamisvaimustus jätkus ka üliõpilasena ja hiljemgi. Olen käinud suusamatkadel Hibiinidel, Kaukasuses ja Uraalides, jalgsimatkal Tjan-Šani mäestikus ning süstamatkadel Karjalas. Süstamatkad Võhandul olid igakevadiseks harrastuseks. Kõrgeim ületatud mäekuru on Tjan-Šanis – 4400 m.

Sellise kogemustepagasiga ei ole mul kunagi olnud hirmu metsa ees. Aga kõige selle juures ei olnud mul varem tulnud märkimisväärselt kaardilugemise ja orienteerumisega tegeleda. Eks see oli ikka peamiselt matkajuhtide rida.

Kas kaugetel matkadel ka midagi eriti meeldejäätavat on juhtunud?

Mulle on eriti erksalt meelde jäänud, et olime 1991. aasta augustiputši ajal Karjala metsade vahel süstamatkal, ning et ühel viimasel päeval pakkus meile nigelat ilma eest peavarju kohalik talunaine. Juhtusime siis telerist nägema veriseid sündmusi Moskvast, millest meil enne mingit aimu ei olnud. Siis oli küll suur ärevus hingest ning otsustasime otsekohe oma matka pooleli jätta ja koju sõita. Lähima suurema asulani mööda jõge laskudes läbisime siis kõrgema kategooria kärestikke reegleid eirates ja eelneva ettevalmistuseta. Saime selle eest veel vene kolleegidelt pragada. Kojusõit kulges viperusteta, kuid Leningradis nägime rohkesti

teetõkkeid ja tundsi äsja lõppenud ärevate päevade kõledat hingust. Kodus aga oli vahepeal välja kuulutatud Eesti Vabariik.

Sinu orienteerumiskarjäär on olnud lühike, aga tormiline. Millistest võistlustest oled juba jõudnud osa võtta ja mida tahaksid veel proovida?

Kohe esimesel talvel pärast orienteerumisega tutvumist proovisin ära ka suusaorienteerumise. Avastart oli Põlva meistrivõistlustel. Mäletan, et kippusin ikka tükk maad ära suusatama, enne, kui tuli jälle meelde kaarti lugeda, kuid siis olin juba õigest ristmikust ammu möödas. Aga sain hakkama. Sel talvel käisin isegi veteranide MMil Lätis. Pelgasin algul küll hirmsat konkurentsi, kuid tuli välja, et ma ei jäänudki viimaseks! Rajad olid seal tõesti huvitavad ja tehnilised ja korra jäin mägede vahele päris korralikult kinni, ei osanud kaardilt välja lugeda tasast ümbersõiduvarianti ja trügisin otse suurtest tõusudest üles. Esimene start algas mul seal nii õnnelt, et tuul rebis planšeti lahti ja viis kaardi minema. Korra tundus juba, et ongi võistlus läbi, kuid õnneks sain kaardi siiski kätte ja siis kinnitasin selle juba kapitaalsemalt.

Korra olen proovinud õist orienteerumist. See oli sõprusklubi juubelijooksul Cesises. Pimedas aedlinnakus udus

ja kõrges rohus kompostihunnikute vahel turnimine on väga hästi mees. Põnevust ja erutust oli küllaga. Sel kevadel tahan esimesel kolmapäevakul Kubjal proovida päeval rattaorienteerumist ja õhtul minna öisele rajale. Kui saame kokku mitte liiga ambitsioonika võistkonna, siis prooviks hea meeleka ka Jüriööjooksul osaleda.

Eelmisel sügisel osalesin koos Ellen Lembraga Lindoral TA OK 8-tunnisel rogainil, kus saime vägagi hästi hakkama. Hilis-sügisel käisin ka KoKu suurjooksul.

Meie klubi tahab sel aastal kahe meeskonnaga Jukola jooksule minna. Ehk saame kokku ka kaks naiskonda, siis õnnestuks seegi asi ära proovida.

Peale orienteerumise olen osalenud pikematel suusasõitudel. Praeguseks on seljataga neli Haanja ja üks Tartu maraton. Väga tore oli tänavune Tartu teatemarkaraton, kus osalesime OK Võru naisveteranide võistkonnaga. Sõitsin teist etappi, kõige pikemat ja mägisemat. See istub mulle palju paremini kui maratoniraja viimase kolmandiku lauskmaa.

Orienteerumistehnika omandamisel on vaieldamatult kõige keerulisem õppida arusaama reljeefi kujutamisest

Maastiku ilu ongi kindlasti üks selle ala magnetid, kuid mulle jäävad orienteerumisel tihti silma ka mustikad, kukeseenid, vaarikad, rebaseurud ja muu selline – ka need on vaja kõik järele vaadata.

Meie klubi tahab sel aastal kahe meeskonnaga Jukola jooksule minna. Ehk saame kokku ka kaks naiskonda, siis õnnestuks seegi asi ära proovida.

Meie klubi tahab sel aastal kahe meeskonnaga Jukola jooksule minna. Ehk saame kokku ka kaks naiskonda, siis õnnestuks seegi asi ära proovida.

Meie klubi tahab sel aastal kahe meeskonnaga Jukola jooksule minna. Ehk saame kokku ka kaks naiskonda, siis õnnestuks seegi asi ära proovida.

Meie klubi tahab sel aastal kahe meeskonnaga Jukola jooksule minna. Ehk saame kokku ka kaks naiskonda, siis õnnestuks seegi asi ära proovida.

Meie klubi tahab sel aastal kahe meeskonnaga Jukola jooksule minna. Ehk saame kokku ka kaks naiskonda, siis õnnestuks seegi asi ära proovida.



OK Võru naiskond koos seisus Heli Haug, Airi Alnek, Kaie Konsap ja Epp Voitka 2013. a. Tartu teatemaratonil

kaardil. Kuidas see Sinul on sujunud?

Ma ei saa öelda, et oleksin sellega väga suurtes raskustes olnud. Mul on hea pildimälu ja see vist aitab mul mingil moel pinnavorme näha ja tunnetada. Abi on olnud eespool mainitud Tarmo Klaari raamatust ning abistanud on mitmed oma klubi liikmed. Sarmite Sild selgitas mulle näiteks, mis on orvand, Kaie Konsap õpetas vahet tegema erinevatel raiesmikel, Sixten Sild jooksis minuga koos ühel päeval Lätimaal ja aitas omandada reljeefi järgi navigeerimise võtteid. Mõnikord on mul raske kaardilt välja lugeda, kuhu poole nõlv kaldu on, kuid sageli aitavad seda määrata sood ja teised veege seotud objektid. Ma arvan, et kõige olulisem on õppimisel ikka olnud praktika. Eelmisel suvel käisime klubiga Pihkva oblastis Alolis mitmepäevajooksul. Seal oli programmis üks võistlus reljeefikaardiga. Maastikud olid sealjuures keerulise ja suure reljeefiga. Mul tuli reljeefikaardiga võistlus välja isegi paremini kui tavalise kaardiga, see oli mulle endalegi meeldiv üllatus. Praegu pean ise oma kõige nõrgemaks kohaks kompassi kasutamist ja suuna järgi otse liikumist. Seda tahaks kangesti kuskil õppida. Teiseks komistus-kiviks on sageli paralleelsituatsiooni sattumine. Loen mõnigi kord ennast kaardil valesse kohta ega tule selle peale, et võisin sattuda tegelikult hoopis teise, ehkki sarnasesse kohta.

Kas tuleb meelde ka hirmu tekitanud olukordi orienteerumisarajal?

Loodus ei ole mulle oma hirmutavat palet näidanud. Rästikut nägin oma elus esimest korda alles 39-aastaselt ja sedagi mitte metsas, vaid ämma õuel. Orienteerumisarajal kartsin esimesel aastal veekogusid ja jooksin mõnikord suuri ringe, et neid vältida. Soos olen ma aga juba lapsena murakal käinud ja need minus hirmu ei tekita. Üks kõhedam hetk oli kunagi turvapõhjalise kraavi ületamisel, kui vajusin vööni sisse ja sain välja tänu käehaardesse jäänud puule. Ühel Põlva päeval kõhklusin suure soo servas, kuna kartsin, et olen juba kaardist välja jooksnud. Kõhklused lahendas aga kaasvõistleja, kes samas suunas soosse siirdus, sain sellest julgustust, et olen siiski õigel teel.

Oled „Orienteeruja“ lugeja aastast 2011. Mida sealt eelkõige loed ja kas seda loevad ka teised pereliikmed või töökaaslased?

Loen ajakirja kaanest kaaneni läbi. Kõige huvitavamad on kaardid, liikumisteed, võistlussoorituste kirjeldused. Põnev on lugeda tuttavatest inimestest, keda olen võistlustel kohanud, võrdlen nende arvamusi ja kogemusi enda omadega. Eks ajakirja lugemine teeb ikka targemaks ka.

Minu abikaasa vaatab vahel ratta-orienteerumise lugusid, aga lapsed ja töökaaslased ei ole seni „Orienteerujast“ huvitunud.

Millised on Sinu lemmikmaastikud ja mis Sind orienteerumise juures köidab?

Mulle meeldivad hea nähtavusega maastikud, kus pinnavormid on silmaga hästi haaratavad. Maastiku ilu ongi kindlasti üks selle ala magneteid, kuid mulle jäävad orienteerumisel tihti silma ka mustikad, kukeseenid, vaarikad, rebaseurud ja muu selline – ka need on vaja kõik järele vaadata.

Orienteerumine on mulle andnud juurde palju sõpru, kellega kohtumine ja muljetamine pärast igat võistlust on alati meeldiv.



Epp mängib akordioni, setu kannelt, klaverit, plokkflööti ja suupilli

MOSKVA

ORIENTEERUMIS- PÄEVAKUD

REIGO LEHTLA

Eelmise aasta sügistalvel oli mul üks projekt Venemaal ja veetsin selle aja suuresti Moskvast. Kui aus kristlane otsib võõrasse linna sattudes üles kiriku, juut sünagoogi ja moslem mošee (noh, nii ma vähemalt ette kujutan), siis orienteerumisku rahvas teeb endale esmalt selgeks, kus ja millal kaardiga joosta saab. Peagi oli ka mul jälg üles võetud ja ühel kenal laupäevahommikul olingi metrooga kohalikule o-üritusele teel.

Algatuseks oleksin peaaegu et Moskva meistriks saanud. See esimene üritus osutus nimelt Moskva MVks teateorienteerumisjooksus. Kolmeliikmelist võistkonda mul välja panna ei olnud, abivalmis kohalikud leidsid mulle aga peagi kaks kaaslast, kel just kolmas puudu oli. Nood kaks meest olid kurtummad, ja nagu peagi selgus, üldsegi mitte halvad orienteerurjad! Tummasid orienteerujaid näeb seal üldse palju, neil on vist koguni oma klubi. Kui tummadega suhtlemisel kehakelest väheks jääb, saab – nagu moodsatel aegadel ikka – appi võtta vastava nutitelefoni rakenduse. Suur ja kirkas ekraan kuvab vajalikke sõnu vajaliku suuruse ja värviga.

Mulle jäi kolmas vahetus, ja nagu hiljem selgus, läksin rajale (oma klassi) liidrina. Võtsin kiiruse üles, aga harjumatu maastik ja võistlusärevus tegid oma töö, ning kolmandas, väga tehnilises punktis läksin orbiidile ja võtsin kuus minutit kohaliku maastiku eri-

päradega tutvumiseks. Sprindivõistluse kohta oli seda liiga palju. Edasi läks üsna libedalt, kuid eelviimases punktis jõudsid taas jalad kaardilugemisest ette, jälle minutine viga. Lõppkokkuvõttes jäime oma klassi kullast ilma 16 sekundiga.

Praktiline korraldus

Edaspidi ma nii tähtsatele võistlustele enam ei sattunud, käisin niisama o-päevakutel. Need toimuvad Moskvast täpselt nagu Tallinnaski – just teisipäeviti ja neljapäeviti. Kasutusel on SI-pulgad, start on lahti viiest seitsmeni, hilissügisel suletakse varem. Korraldajaklubisid on samuti kaks, tuntum ja populaarsem on klubi *Moskovskii Meridian*. Päevakute toimumise ajad ja juurdepääsuskeemid leiab internetist <http://moscompass.ru/kp/>, päevakud toimuvad Moskvast parkides ja metsaparkides, mis on selleks otstarbeks ilusti kaardistatud. Vahemaad on Moskvast suured ja sageli tuleb kohalejõudmiseks va-



Reigo Lehtla

Praktiliste inimestena ei jända moskvalased talongidega. Stardiraha 200 rubla (5€) tuleb lihtsalt anda ühele tädile, kes stardialas ringi jalutab, stardijaam nõõriga kaelas.

ruda t u n d või koguni paar. Kevadsvuste päevakute asukohad leiab juba ka *Google Maps* formaadis. Suure linna kohta käib rahvast kohal siiski vähe – umbes sama palju kui Tartu o-päevakutel. Rahvaarvu järgi arvatades on alaesindatus o-päevakutel Eestiga võrreldes umbes 20-kordne.

Praktiliste inimestena ei jända moskvalased igasuguste talongide ja telkidega. Stardiraha 200 rubla (5 eurot) tuleb lihtsalt anda ühele tädile, kes stardialas ringi jalutab, stardijaam nõõriga kaelas. Maksmise hetkel tuleb siis ühtlasi käivitada ka kiip ja haarata ämbrist kaart. Tulemuste mahalugemiseks on kohal *Mr Moskovskii Meridian* ise laptopiga, kes trükitab samas ka protokollid välja. Päevakute tulemused lähevad internetti sujuvalt üles. Peale oma etapiaegade kõiksugu graafikuid



Sügisene oleskelu Moskva pargis



Mr Moskovski Meridian finišis võistlejaid vastu võtmiseks

ja muid peensusi sealt aga muidugi ei leia.

Ka pakihoid on Moskva päevakutel lahendatud lihtsalt: tuleb valida sobiv puu stardiala lähistel ja selle alla oma asjad hunnikusse jätta. Keegi ei pida-vat puutuma. Vähemalt minu asjade kallal küll keegi ei käinud, kuigi ma muuhulgas jätsin starti maha nii oma laptopi, telefoni, rahakoti kui ka passi (teadmiseks – passi tuleb Venemaal kaasas kanda, kui ei taha riskida isiku tuvastamiseks soolaputkasse pistmise-ga!). Kohaliku nännimüüja käest saab osta Hiina päritolu Magicshine lampi-de koopiaid (40 eurot, 2x odavam kui Tallinnas) ja Salomoni tosse (samuti 40 eurot).

Poliitikast ja päevakutest

Venemaa on, teadagi, demokraatlik riik. Kuna aga Vene demokraatia on juhitud, siis tuleb ka rahvakogunemistel hoolega silma peal hoida ja neid reguleerida. Kuuldavasti olla ka päevakulistel sellega seoses mõningaid sekeldusi olnud. Eks need o-päevakud on ju tõepoolest sellised *flashmobi* sarnased kahtlased ettevõtmised – sadakond inimest koguneb kuskile parki ja asub seal lahti riietuma... Iseäranis kahtlane on muidugi, kui see toimub ööpimeduses.

Orienteerumine kui selline on põhimõtteliselt apoliitiline ettevõtmine, ometi leiab mõnelt o-kaardilt

muude sponsorlogode seast üles ka võimuparteid naeruväärivastava ja korruptsioonivastase rohujuuretasandi liikumise „*Protiv moshennikov i vorov*“ (Varaste ja petiste vastu) logo. Tegu on karuga, kes nodiga täidetud kotti Venemaalt minema lohistab. Kõnealune karu sarnaneb võimupartei *Jedinaja Rossija* (Ühtne Venemaa) logoga. Jedinorossidesse suhtutakse aga umbes samamoodi kui Eestis keskerakondlastesse.

Esimene päevak

Ilm oli külm ja vihmane. Start oli ühes linnapargis Kuntsevo metroojaama lähistel Lääne-Moskvas, Moskva jõe kaldapealsel. Haa, mõtlesin ma, kui lugesin hoiatust, et ilma naelikuteta ei ole mõttekas pikka rada võtta – see on hoiatus algajatele, pealegi mul on ju Salomonid! Valisin muidugi pika ja ekstreemse raja. Peagi sain aga mitme pika, määriva ja demoraliseeriva mudaliu osaliseks ning protokollis platseerusin üsna lõpu. Äratundmisrõõmu pakkusid päevakuprotokollis rogaini tiitlivõistlustelt tuttavad vene nimed: Kalinin, Dombrovskis, Tonis, Haljapin jne.

KP-de prismad on oluliselt väiksemad kui Eestis – nii umbes suure kämbla suurus, ning värvikombinatsioonilt pigem punavalged mitte

oranž-valged. Võibolla on need sügiskollases pargis tõesti paremini näha. Kaardid on 1:10 000 ja 1:7500 mõõtkavas, valida on nelja erineva raja vahel. Kaardidel figureerivad tingmärkidena naljakad väikesed ringikesed, mida ma kuskil mujal kaardidel näinud ei ole. Hiljem sain aru, et need tähistavad tillukesi, mitme või paari rajakese

loikumisel kujunenud legendikesi. Need on tõesti selleks liiga väikesed, et kaardil kollase värviga tähistada.

Erinevalt Eestist hoitakse Venemaal au sees spordijärke. Selleks, et aru saada, kui kõva mees keegi on, ei pea minema näpuga edetabelist järke ajama. Protokol-

lis on kohe kirjas, millise järgu sportlasega tegemist on. Minu tummad seltsilised teateorienteerumiselt olid meistersportlased, ise olen oma päevakutulemuste järgi otsustades selline tubli esimese järgu sportlane. Ehk siis sama tase, mis mul kunagi males oli! Ühel korral õnnestus päevak ka võita, aga see oli puhtalt sellepärast, et saabusin starti liiga hilja ja pikale rajale mind enam ei lastud. Läksin ja võitsin siis algajaid meie mõistes 21C rajal. Hiljaksjäämisega tuli üldiselt ettevaatlik olla. Paaril korral jäin kottpimedaks kätte, nii et viimaseid punkte pidin

Ka pakihoid on Moskva päevakutel lahendatud lihtsalt: tuleb valida sobiv puu stardiala lähistel ja selle alla oma asjad hunnikusse jätta.



KAART
1: 7500
H 2,5m

sõna otseses mõttes käsikaudu taga otsima. Kui kaardilugemine spordikel- la ekraani valgel veel kuidagi kõne alla tuleb, siis KP-de leidmine mitte.

Õised päevakud

Alates novembrist toimub formaadinihe, viimane stardiaeg nihkub varasemaks ning formaadiks saab 20 KP-ga valikorienteerumine. Siis muutub see sujuvalt öiseks orienteerumiseks ühisstardiga. Ajapiiranguks on 45 minutit ja võtmata jäänud punkti eest saab viis minutit trahvi.

Moskva on suur linn ja seal on palju subkultuure. Huvitav kogemus oli, kui ühel öisel o-päevakul stardieelsel briifingul peakorraldaja pikalt laialt seletas, kus põõsaste all *bomzid* elavad ja mida neilt oodata võib, ning samas hoiatas ka mõõgameeste eest. *Bomzide* otsa ma tookord ei komistanud, küll aga sain hindamatu elamuse sellest, kuidas orienteerujad pargi keskväljakul ööpimeduses osavasti põigeldes üritasid läbi murda puumõõkadega üksteisele hoope jagavate keskaegsete sõdalaste kadalipust. Noil LARPi-meestel (*live action role-playing game* – toim.) oli seal Moskva Ülikooli taguses pargis parasjagu mingi keskaegse rollimängu lahing käimas ja kiireim tee järgmisse KP-sse läks seekord otse läbi eesliini.

Moskvas on ka rogainimine populaarne. Pikki rogaine ei ole, aga 6–8 tunniseid võistlusi on üle paari nädala,

talvel tehakse ka suusarogaine. Kahjuks ei sobinud mulle ükski võistluse aeg, nii et Moskva rogain jäi seekord proovimata.

Hash!

Peatuks veel ühel orienteerumise- ga veidi haakuval tegevusel, mida ekspätid kaugetel maadel harrastavad. Eestikeelne nimi sellele tegevusele puudub, inglise keeles on see *hash*. Minuni jõudnud kuulduste kohaselt olevat selle ala leiutanud igavlevad briti ohvitserid 60ndatel Malaisias. Sarnaselt orienteerumisega on sel alal olemas rajameister, sarnaselt orienteerumisega tuleb läbida mahamärgitud rada, kusjuures füüsilise pingutuse taset annab suuresti varieerida. Erinevalt orienteerumisest ei ole aga *hashi* puhul põhiohk mitte sportlikul küljel, vaid pigem sotsiaalsel. Otsesõnu öeldes on see pigem ettekääne, et teiste (missioonil viibivate) välismaalastega kohtuda ja koos mõned õlled võtta. Olen nüüd H3 (*Hash House Harriers*) üritustel osalenud nii Kosovos kui Moskvas ja julgen soovitada. Moskvas toimuvad üritused igal pühapäeval.

Lõppkokkuvõttes: orienteerumise- reeglid on ikka ühesugused, endorfiiniannuse saab jooksust kätte igal juhul ja orienteerujad on tore rahvas igal pool. Kui Moskvasse asja, siis poetage aga kompass ja SI-pulk taskusse ja astuge kohalikelt päevakutelt läbi!



INTERNETIVIITED:

Korraldajaklubi Moskovskii Meridian:

<http://moscompass.ru/mosmeridian/>

Moskva orienteerumisüritused:

<http://moscompass.ru/kp/>

Kevadised stardid google kaardil:

<https://maps.google.ru/maps/ms?msa=0&msid=203261813303134331144.0004a89d414c10af9e6a8>

Moskva rogainid:

<http://moscow.rogaine.ru/>

Moscow Hash House Harriers:

<http://www.moscowh3.com/>

Milline on orienteerujalik mõtlemisviis?

Tõnu Raid „Kuidas tegutsed, orienteeruja?“ Kehakultuur, nr 9/1989.

Orienteerumise algõpetuse andmisel on raskeimaks ülesandeks mõtlemisviisi õigetele rööbastele juhtimine. Alates esimestest tundidest peab treener olema kindel, et kaardimärke õppides, maastikuobjektidega tutvudes ja looduses liikudes püüab õpilane iseseisvalt kaasa mõelda. Seetõttu kerkibki kohe fookusesse küsimus: milline on orienteerujalik mõtlemisviis? Mille poolest see erineb teiste spordialade harrastajate omast? Järgnevate näidete abil püüame seda lahti mõtestada.

Orienteerumine on tüüpiline vastupidavusala. Põhiline erinevus teistest vastupidavusaladest (pikamaajooks, suusatamine) on mõtteprotsessi sügavuses, katkematuses ja pikaajalises kestuses.

Kuidas ja mida mõtleb võistluse ajal jooksja?

Staadionijooksu võistlused toimuvad alati standardsetes tingimustes: ring on 400 m, starti- ja finišikoht alati samad. Erinevused seisnevad raja kattematerjalil, vastaste tasemes ja arvus ning võistluse tähtsuses ja ilmas. Paljude jooksupõlvkondade kogemusest on aegade jooksul talletatud rida raudseid reegleid: hoiu alati raja siseserva, vastasest möödu ainult sirgel ja kiiresti, soodsaim rünnakupositsioon on liidri õla taga jne. Raudsete reeglite teadmine vähendab mõtlemise vajadust võistluse käigus. Kesk- ja pikamaajooks toimub pidevas hapnikuvõlas, mis mõjutab ka mõttetööd. Kogemustega staadionijooksjal on võimalik palju situatsioone ette ära lahendada.

Suusataja mõttetegevus

Võrreldes jooksjaga on suusatajal võistluse käigus mõtlemist pakkuvaid asjaolusid tunduvalt rohkem. Need algavad määrdprobleemidega, millest on kirjutatud terveid raamatuid. Tänapäe-

foto: Eva-Maria Truusalu

val pakub mõtteainet ka distantsile ja lumeoludele vastava suusapaari leidmine. Kuid nii selle töö, kui ka rajaga tutvumise ja määrdeliku saab ära teha hulk aega enne starti. Eraldistart suusatamises seab võistleja ette teistsugused taktikalised ülesanded kui jooksuvõistluse ühisstart. Rolli hakkavad mängima stardipositsioon ning ees ja taga startivad konkurendid. Võistluse käigus mõtleb suusataja tempo hoidmisele, jõuvarude jaotamisele, libisemisele-pidamisele, laskumistele, tõusudele jne. Ka ilmal on mõtlemist kujundav osa: mõtteainet pakuvad külmakraadid, lume olukord, õhuniiskus, jälje omadused, ka päikesepaisesse või varju jäävad rajaosad pakuvad üllatusi.

Seegea on jooksu- ja suusavõistluse mõttetöö suunatud maksimaalse tulemuse saavutamisele kehalise pingutuse kaudu. Tähelepanu ja mõtlemine tegelevad organismi signaalide ja võistlussituatsiooni jälgimisega. Treenitud sportlane võib tahtepingutuse varal jõuda finišini ka poolteadvuslikus seisundis, sest õigel rajal püsimine ei ole neil aladel tavaliselt probleemiks.

Orienteeruja mõtlemine

Ka orienteeruja mõtleb suutlikkuse piiril, ja piiriks on mõtteselguse säilitamine, sest mõtlemisülesanne on tunduvalt keerulisem kui jooksjal ja suusatajal.

Iga vähegi suurem o-võistlus toimub uue kaardiga ja tundmatul maastikuosal. Ülesanne, mis võitluse käigus lahendada tuleb, on ainult kaudselt teada, lahenduskäik vaid aimatav ja eelteadmiste osa üsna väike. Võistluse kulgu näeb ka kõige kogenum võistleja ette vaid üldiste tüüpsituatsioonidena, kus detailid kõige ootamatul moel üllatava kiirusega vahelduvad.

Seetõttu ongi algajale mitme aasta jooksul enamik vigu esmakordsed.

Maastikuga eelnevalt tutvuda ei tohi, määruused keelavad. Sellest tulevalt on tehnilisi ja taktikalisi ülesandeid, mis võistluse käigus iseseisvalt lahendada tuleb, terve müriaad. Rada on märgitud kaardile ja kontrollpunktid asuvad maastikul. Ainsad kohad, kus orienteeruja oma asukoha kohta faktiliselt kinnitust saab on start, KP-d ja finiš, kõik muu tuleb kaardilt loetu põhjal ette kujutada. Maastikul lii-

kudes tuleb orienteerujal leida oma plaanidele kinnitus, otsida kiiresti (aeg loeb!) oma oskustele ja võimetele vastav liikumistee ning veatult finišisse jõuda. Probleemid, mida rajal üha uuesti iseseisvalt lahendada tuleb on: **kus olen?, kuhu lähen?, kustkaudu lähen? ja kuidas lähen?**

Konkureerimisprintsipi on orienteerumises teistsugune kui jooksu ja suusataladel. Sportlik õiglus tagatakse siingi võistlusmääruste täpse täitmisega, aga on ka üks väga oluline erinevus – nõutakse, et võistleja lahendaks oma võistlusülesande üksi. Parema tulemuse saavutamiseks ei tohi konkurendiga koostööd teha või raja kõrvalt end abistada lasta.

Mida kõrgem on jooksja (suusataja) tase, seda rohkem nõuab edasiminek peale kehaliste võimete ka intellekti, mõtlemist ja kogemusi, taktikalist taipu ja kiiret otsustamist. Orienteerumises aga võrreldakse kõigepealt mõtlemis- oskust – orienteerumises ülesande kiire ja veatu lahendamise oskust. Mida kõrgemale tõusevad sportlase tulemused, seda enam tuleb tal oma paremuse tõestamiseks ka jooksu treenida. **Peamine on siiski veatu mõtlemisprotsess.**

Mõttetöö osatähtsuse tõstmiseks valitakse suurvõistlusteks eriti paljude väikeste ja omavahel sarnaste detailidega rasketiläbitav maastik. Rajad planeeritakse nii, et raske kehalise pingutuse kõrval oleks võistleja sunnitud pidevalt tegelema mõttetööga. Nii sekub võistlusesse peale konkurentide veel üks asjamees – rajameister. Võistleja ja rajameistri mõtteviiside vahetorka kaalutakse võitlusraja läbimise põhjal. Kui rajameister jätab maastiku mõttetöö võimalused kasutamata, ütleb võistleja finišis „Jooksukas!“.

Algajat orienteerujat võiks võrrelda algaja autojuhiga. Otsustada tuleb tegevuse käigus, väga palju ja tihti. Üks mõte ei ole veel lõpuni teostatud, kui tuleb alustada järgmisega. Puuduvad aga oskused samal ajal ümbrust tähele panna, oma tegevust suunata ja jälgida, juba tehtut kontrollida ning ka järgmisi samme ette näha. Selline **komplitseeritud mõtletegevus pidevas ajadefitsiidi olukorras** käib algajal (sageli mitte ainult

algajal) üle jõu. Võistluse käigus näeb ta aga pidevalt, et vastased jooksevad kiiremini. Hoomamata jääb aga see, et jooksutempo sõltub keskendunud mõttetööst.

Et orienteerumises sõltub tulemus tõesti mõttetööst, selle asjaolu kinnituseks on need paljud kehaliselt nõrgemad lapsed, kes orienteerumises oma eakaaslaste hulgas üsna hästi läbi löövad. Madal jooksuvõime kompenseeritakse keskendunud ja pideva mõttetööga, ning kehaliselt võimekamad peavad ikka ja jälle end lööduks tunnistama. Joosta ja suusata armastab iga laps, seetõttu ongi juba orienteerumise algõpetuse käigus vaja olulist rõhku panna mõtlemisele.

Millest alustada?

Alustada tuleks kaardimärkide ja -värvide õppimisega, kaardi ja maastiku võrdlemisega, kaardi suunamisega ilmakaarte järgi, üksikute objektide leidmisega. Järgmise sammuna, varsti pärast esimesi iseseisvaid kaardijookse, tuleks kindlasti ette võtta info analüüs. Treeneri (lapsevanema) ülesanne on õpetada õpilane kirjeldama tegevust, mis tal ees seisab. Alguses tuleks õppida kirjeldama metsa iseärasusi, teede klassi ja muid joonorientiire. Seejärel proovida kirjeldada teekonda esimesse KP-sse. Väga hästi kõlbab siin kasutada nn orienteerumistrepi astmestikku, mille kaudu saab tehnilisi oskusi ja mõtlemisülesandeid mitmel viisil kokku sobitada. Kui lihtsamate radade läbimisel on tekkinud vilumus, peaks algaja tähelepanu juhtima otsustamisele, ülesande püstitamisele ja selle iseseisvale lahendamisele. Ikka tuntud skeemi järgi: kus olen?, kuhu lähen?, kustkaudu lähen? ja kuidas lähen? Tegevuse analüüs peaks toimuma vahetult pärast raja läbimist. Lõpuks, kui kogemusi on piisavalt, tasuks oma mõtletegevust kontrollida mõne suurema orienteerumisvõistluse käigus. Mida rohkem kogemusi, seda sujuvamaks peaks muutuma ka mõtlemine. **Tehniliselt täiuslikumaks on võimalik areneda kõrge vanuseni.**

Lühendanud ja refereerinud Kersti Ehala

Orienteerumises aga võrreldakse kõigepealt mõtlemis- oskust – orienteerumises ülesande kiire ja veatu lahendamise oskust.

te hulgas üsna hästi läbi löövad. Madal jooksuvõime kompenseeritakse keskendunud ja pideva mõttetööga, ning kehaliselt võimekamad peavad ikka ja jälle end lööduks tunnistama. Joosta ja suusata

tada armastab iga laps, seetõttu ongi juba orienteerumise algõpetuse käigus vaja olulist rõhku panna mõtlemisele.

Suusaorienteerujad taas tipus – õed Kudred võitsid Lätis 2 medalit!

MARKUS PUUSEPP

Pärast pikki aastaid Eesti suusaorienteerumises valitsenud medalipõuda rõõmustasid veebruaris Lätis toimunud tiitlivõistlustel meid Doris Kudre noorte EMI kuldmedali ja Daisy Kudre (mõlemad Värskas OK Peko) juunioride MMi hõbemedaliga. Lisaks neidude medalivõitudele jõudsid meie sportlased korduvalt veel esikuuikusse, kuid kogeti ka rohkelt ebaõnne. Medalitega naasid ka mitmed meie veteranid.



Lühiraja juunioride MMi hõbe Daisy Kudre ja noorte EMI kuld Doris Kudre

Kesk-Lätis Madonas toimusid 11.–17. veebruaril täiskasvanute EM, noorte EM, juunioride MM ja veteranide MM. Ühtekokku oli osalemas 21 riiki pea 500 sportlasega. Eesti koondis koosnes 6 täiskasvanust, 6 juuniorist, 7 noorest ja 18 veteranist. Taustajõududena oli kaasas määrdemees Arne Tilk, kelle kogemused aitasid leida parima libisemise igaks päevaks, ja igas elemendis abiks olnud Paul Poopuu.

Võistlused peeti kahes erinevas paigas: sprinditeade, lühirada ja tavarada Läti kõrgeima tipu Gaizinkalnsi (312m) jalamil ning sprint ja traditsiooniline teade Smecersilsi suusakeskuses Madona linna külje all. Gaizinkalnsi ümbruse mets on suvisel ajal orienteerujaile küll pea läbimatu, kuid usinate töökatte abil rajati sealse mäesuusakeskuse nõlvade ja murdmaasuusaradade vahele tihe ning väga keeruline kitsaste buraaniradade võrk. Smecersilsi keskuse võrk oli harjumuspärase tihedusega, kuid siiski väga osavalt ette valmistatud ja keerukas.

Võistlusnädal algas Euroopa täiskasvanute meistrivõistluste arvestuse mineva **sprindi segateatega**

2-liikmelistele võistkondadele. Eialgu ehmatas eestlasi korraldajate otsus keelata juunioridel täiskasvanute võistlustel osaleda, kuna nad võiksid saada järgmistele päevadele mõeldes eelise. Reeglite järgi polnud korraldajail aga selleks alust, nii et pärast mitme võistkonna protesti ennistati juunioride õigus startida. Kolmest Eesti võistkonnast kahes startisid ka juuniorid; Piret Pärnik (juunior) ja Tiit Toomas (mõlemad Värskas OK Peko) – Eesti I võistkond; Daisy Kudre (juunior) ja Even Toomas (Värskas OK Peko) – Eesti II võistkond. Eesti III võistkonna moodustasid Piibe Tammemäe (SK 100) ja Priit Randman (Rakvere OK).

Teine võistluspäev, **lühirada**, pakkus kahe võidetud medaliga ootamatult palju rõõmu. Noorte Euroopa meistriks krooniti Värskas tüdruk Doris Kudre ning juunioride MM hõbemedali võitis tema õde Daisy Kudre. Dorise isa, Eesti suusaorienteerumiskoonnise treener-esindaja Raul Kudre sõnul oli Dorise esinemine täielik üllatus. „Olin arvamusel, et o-tehnilise kindlusega võib ta sõita 6. koha piirimaile, suusakiiruselt ei olnud ta hooaja algu-

ses nii hea. Nüüdseks on selgunud, et vormi tipp saabus ideaalselt EMI ajaks. Hilisem suusavorm näitas, et Doris on ka Eesti suusatamises oma vanuseklassi tipus.“ (Doris võitis 10.03 Tamsalus toimunud ETV-Swedpanga Noorte suusasarja vabatehnikaetapil N16-klassis esikoha – toim.)

Daisyle olid need juba kuuendad tiitlivõistlused, kuid seni oli medaliväärilisest sooritusest ikka midagi puudu jäänud. Sel korral toimis aga kõik ja saabus ka Daisy tähetund. Tema enda sõnul nautis ta huvitava ja keerulise sõidu iga sekundit – nautis keerulises võrgus kiirelt ja sujuvalt liikumist.

Suurepärase 11. koha saavutas noorte EMI arvestuses Silvia Luup (OK Võru) ning 15. koha juunioride klassis vahetult võistluste eel haigusega võidelnud Evely Kaasiku (OK JOKA). Esikahekümnesse mahtus ka 19. koha saavutanud juunior Piret Pärnik (Värskas OK Peko). Täiskasvanute EMI parim eestlane oli 24. kohaga Even Toomas. Meie ainuke naisteklassi võistleja Piibe Tammemäe sai 30. koha.

Kolmanda päeva ühisstardist kolmelingiline **tavarada** viis pike-



Eesti suusatähtede seeriarvustusküsimine

(vasakult) Frida, treener Raul Kudre, Tõnis Laugelmar, Even Toomas, Tiit Toomas, Kristian Linnus, Priit Randman, Zaida Silvia Luud, Andres Saal, Doris Kudre, Rimmo Rõõm, Tiit Toomas, Karl-Martin Anek, Daisy Kudre, Evelyn Kaasiku, võttee Jagomägi, Priit Pärmi, Riidu Tahiremaa

mad rajad ning julgemad teovalikud üle kohaliku ühikuse Gaizinkalnsi. Eriüleva pikkusega ringid tekitasid võistluskeskuses pealtvaatajate seas palju elevust ning andsid ka sel päeval lootust eestlaste medalivõitudeks. Tihe radadevõrk pakkus juba kolmandat päeva järjest väga põnevaid ja tehnilisi ja võistlejate kiirdeõõnu päevinud radu.

Taas kord olid meie parimad Doris ja Daisy Kudre, vastavalt 5. ja 6. kohaga, mis tähendas pääsemist öhtusele medaliteremooniale ja IOFi diplomit. Kiirdeväärt sooritused tegid noortest veel Rimmo Rõõm (OK Ilves) ja konkurentidest pea 3 aastat noorem Kaisa Rooba (Rakvere OK), mõlemale 12. koht. Täiskasvanutest oli parim Tiit Toomas (OK Peko) 25. kohaga, Priit Randman (Rakvere OK) katkestas suusa purunemise tõttu ja Even Toomas väga suurest orienteerumisvõast tingitud mahajäämise tõttu.

Samal päeval alustasid kaheosalist võistlust ka veteranide klassid. Maailmameistrite väljaselgitamiseks liideti veteranide klassides kahe tavaraja tulemused. Vahemärkusena tulevastele osalejatele: IOF peab plaani lisada veteranide MM-i kavya veel üks võistlus, st sõlise kahe päeva asemel

võidakse tulevikus võistelda kolmel päeval kahe medalikomplekti eest.

Suurepärase vundamendi medalivõitudele panid Mirja Virve (3. koht, N35, OK Põlva Kobras), Ingrid Kala (2. koht, N45, OK Peko), Siiri Poopuu (2. koht, N35, OK JOKA) ja Saima Värton (3. koht, N55, OK Põlva Kobras).

Puhkepäeva järel startiti **sprindidistantsil** Smocerslitsi suusakeskuses. Nikerdamist pisikostel buraaniradadel oli vähem ning rõhku tuli panna söidukiirusele ja teovalikule. Raja keskosas väga heade vahetega medalinõudlejate hulka kerkinud Daisy Kudre oli vahetult enne lõppu tehtud teovalikuvea tõttu sunnitud leppima 6. kohaga, tasuta neljas auhinnavaas. Naisjuunioridest võitis sel distantsil juba kolmanda kuldmedali rootslanna Frida Sandberg, kel on ka suviselt juunioride MMil 4 medalit ette näidata.

Meie noorte ja juunioride paremad koha olid: Doris Kudre 9., Evelyn Kaasiku 10. ja Silvia Luup 11. Tihedas konkurentsis hea soorituse teinud Even Toomas kaotas võitnud bulgaarlasele Stanimir Belomazevile alla pooltoise minuti ja oli 19.

Veteranide teine võistluspäev peeti Smocerslitsi radadel ning üle-eelmise päeva hea alguse vormistasid medali-

teks **Ingrid Kala – 1. koht, Mirja Virve – 2. koht, Saima Värton – 2. koht, Siiri Poopuu – 3. koht.**

Võistlusnädala lõpetuseks tootasid oes traditsioonilised 3-liikmeliste võistkondade **teatevõistlused** juunioride ja täiskasvanute klassides. Veteranid olid selleks ajaks juba kodus, noorteklasside võistlejad aga juunioride võistkondi täiendamas. Riikidel oli õigus välja panna 2 võistkonda, millest amotlike tulemuste koostamisel võeti arvesse parim resultaat.

Teatevõistluste eel oli Eesti võistkonnas ärevust küllaga: kuna eelnevad medalid olid tulnud väikese üllatusena, siis naisjuunioride teatemedal oli nüüd justkui meeldiv kohustus. Priit, Evelyn ja Daisy olid samas koosseisus juunioride MMil kolmel korral juba näidanud valmidust võita medal teelnevad kohad 7., 5. ja 5.). Neidude jaoks kulgeski terve teatevõistlus ideaalselt, ainult ühe väikese agaga: Evelyn olles korranud kõikide punktide võtmise vajalikkust nii enesele kui teistele, läks paraku just ise selle vea ohvriks. Lätes äparduse kõrvale, esinesid neid treener Raul Kudre sõnul täpselt nii nagu taivis: väga tugev mürdmaasuusataja Priit hoidis end tagasi ja väljus metsast teisena, Evelyn hoidis positsiooni ja

vahet kontrolli all, Daisy oli päeva teise ajaga juba n-ö tavapärasel tasemel.

Kui reaalselt jäi finišis Eestist ettepoole vaid Norra võistkond, siis protokollis seisab halastamatu DQ.

Daisy Kudre: „Rajale minnes ma ei teadnud, et oleme tühistatud. Vaatepunktis isa ütles, aga ma ei kuulnud, seega ei saanud ka siis teada. Tundus ainult veidi kehtlane, et mitte keegi mind ei ergutanud. Olin head sõitu tegemas ja enda arust ikka veel hõbeda positsioonil. Paar punkti enne finišit, kui tehnilisem osa lõppes, hakkasin mõtlema, et midagi on valesti, miks mind keegi seal ei ergutanud? Finišisirgel ei näinud mitte ühtegi eestlast ja kommentaator ei öelnud ka midagi minu lõpetamise kohta. Hõbedavõistkonna finiš ei peaks vist selline olema... Uurisid kohtunikelt ja sain kinnitust, et olemegi diskvalifitseeritud. Pikka aega olin veel teadmatutes, mis täpselt juhtus. Finišiala läheduses ei olnud mitte ühtegi

eestlast ega kedagi, kes mulle midagi öelnud oleks. See tegigi alguses kõige pahasemaks. Ma poleks enne starti oodatagi osanud, et me hõbeda võiks võita. Ilmselt sellepärast pole teatele tagasi mõtlemine nii valus, kui võiks arvata. Medalit me kahjuks ei saanud, aga nagu kuulda oli, siis üllatasime oma sõitudega paljusid ja näitasime, et Eesti on vägagi konkurentsivõimeline.”

Rõõmustamiseks annavad põhjust ka meesjuunioride 6. koht ja tüdrukutest koosneva naisjuunioride võistkonna 7. koht. Varasematel päevadel kahvatult esinenud Tõnis Laugesaar (Rakvere OK), Kristjan Linnus (Värskä OK Peko) ja Andres Saal (Otepää SK) panid poodiumikohaga nädalale ilusa lõpu.

Meeste teatevõistkonda tabas ebaõnn esimeses vahetuses, kui Priit Randman lõhkus juba kolmanda suusa sel hooajal ja oli sunnitud keskusesse naasmiseks ning varustuse vahetamiseks kulutama mitmeid väärtuslikke minuteid. See saigi tõenäoliselt saatuslikuks poodiumile kuue sekka pääsemisele: viimases vahetuses oli Even Toomas sunnitud otseses heitluses alla vanduma Andris Kivlenieksile Lätist.

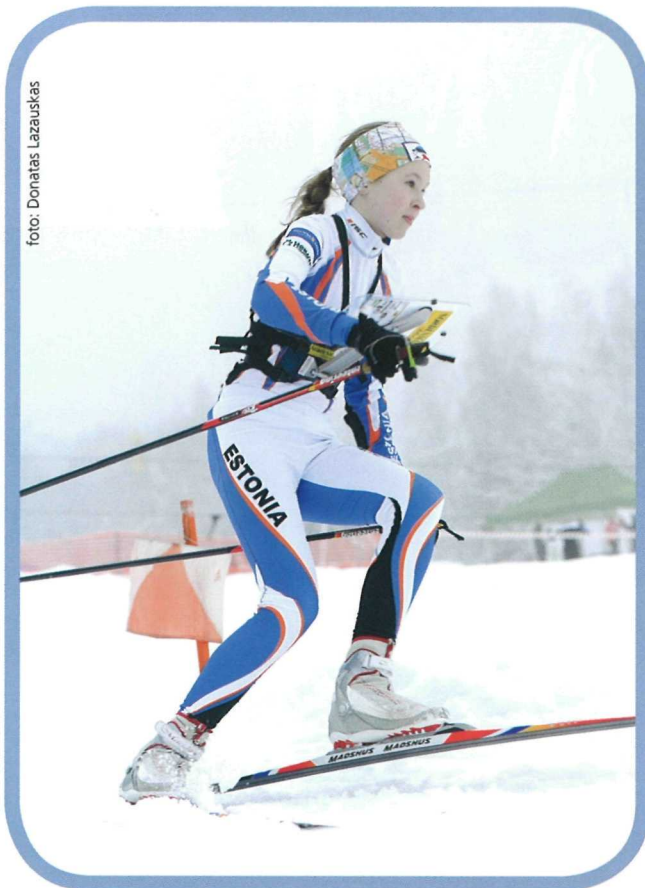


foto: Donatas Lazauskas

Kaisa Rooba (N17) parimaks tulemuseks oli tavaraja 12. koht

KOONDISE TREENER-ESINDAJA RAUL KUDRE KOMMENTAAR

Selle talve ettevalmistusel oli väga selge eesmärk – esineda edukalt Lätis toimuvatel tiitlivõistlustel. Rõhutasin sportlastele juba varakult, et meile on Madonas toimuvad võistlused eeliseks, sest: oleme tuttavad lätlastest rajameistrite käekirjaga; maastikud on tuttavad ja sprint ning teade toimuvad varem sõidetud maastikul; oleme peaaegu kodus, Madona linn on kõigile tuttav ja eeliseks on see, et teistele on see kõik vähem tuttav.

Rajameistrite töö oli hea ja radadevõrk korralikul tasemel. Raja tehnilisuse osas ootasime natukene rohkem lagedate alade kasutamist, aga metsane maastik ja suur raiumine andsid veel parema tulemuse. Gaizikalnsi maastikku olime suvel luuramas käinud ratastega ja võistluskeskused olid meile tuttavad. Smecersilsi maastikul oleme varem võistelnud. Suvel tegime seal rullitreeninguid. Seega lubatud tasemel „maastikuluure“ oli tehtud maksimaalselt.

Tulemused olid läbi ajaloo parimad nii noorte EMilt kui ka juunioride MMilt. Emotsioonid on siiani laes! Hooaja ettevalmistus läks eriliselt täkkesse. Lumelaager õnnestus, ka EOLi noortelaager Sihval, sinna otsa kvaliteetne tehnikalaager Soomes Lappeenranta - need panid edule aluse. Suusa-o kalender oli ka tihe, mis tegi meie noored enesekindlamaks. Koondise kandidaatide hulk oli meeldiv ja mitmed noored tegid väga häid sõite. Dorise esinemine oli aga täielik üllatus!

Juunioride MMiks oleme mitmeid aastaid järjepidevalt ja sihipäraselt valmistunud. Peamine eesmärk oli neidude teatemedal. Selleks olid kõik neid vägagi valmistunud. Piret oli suusavormi lihvides ja isaga suusa-o radadel sõitmas käinud. Evelyn lumelaager oli selge sõnumiga: valmistun võistkonnakaaslastega MMi teates medalit võitma. Daisy eesmärk oli individuaalne ja teatemedal. Võiksin öelda, et teate sooritus oli kõikidel tüdrukutel perfektne v.a punkti vahelejätmine. Ma ei sooviks kellelegi sellist ebaõnne nagu Evelyn oli, sest kõige rohkem kannatavad nad ise ja siis alles toetajad, pealtvaatajad ja üldsus. Kaks päeva enne teatevõistlust tekkis meil isegi väike diskussioon selle üle, et juunioridele on medali näol liialt suur koorem peale pandud. Minu edasiantud mõte oli: ärge üle mõelge, arvestage, et kui tuleb hea tulemus, siis eelkõige on see teile boonuseks ja kõik teie lähedased ja toetajad tunnevad teie õnnestumisest tõelist ja siirast rõõmu, kui läheb halvasti, siis nukurustame koos teiega.

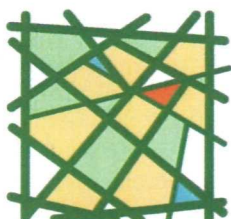
Täiskasvanud näitasid siiski oma tavapäraseid tulemusi ja üllatusi polnud. Kindlalt võib öelda, et Eveni võimed lubaksid kõrgemaid kohti.

Järeldusena ütleksin, et kes tahab suusa-o medalite eest võidelda, see peab olema ka Eesti suusatamises paremate hulgas. Reegel kehtib kõigi suhtes. Kiitma peab Silvia, Kaisa (tulevikulootus) ja Rimmo tulemusi.

SPRINT
DISTANCE

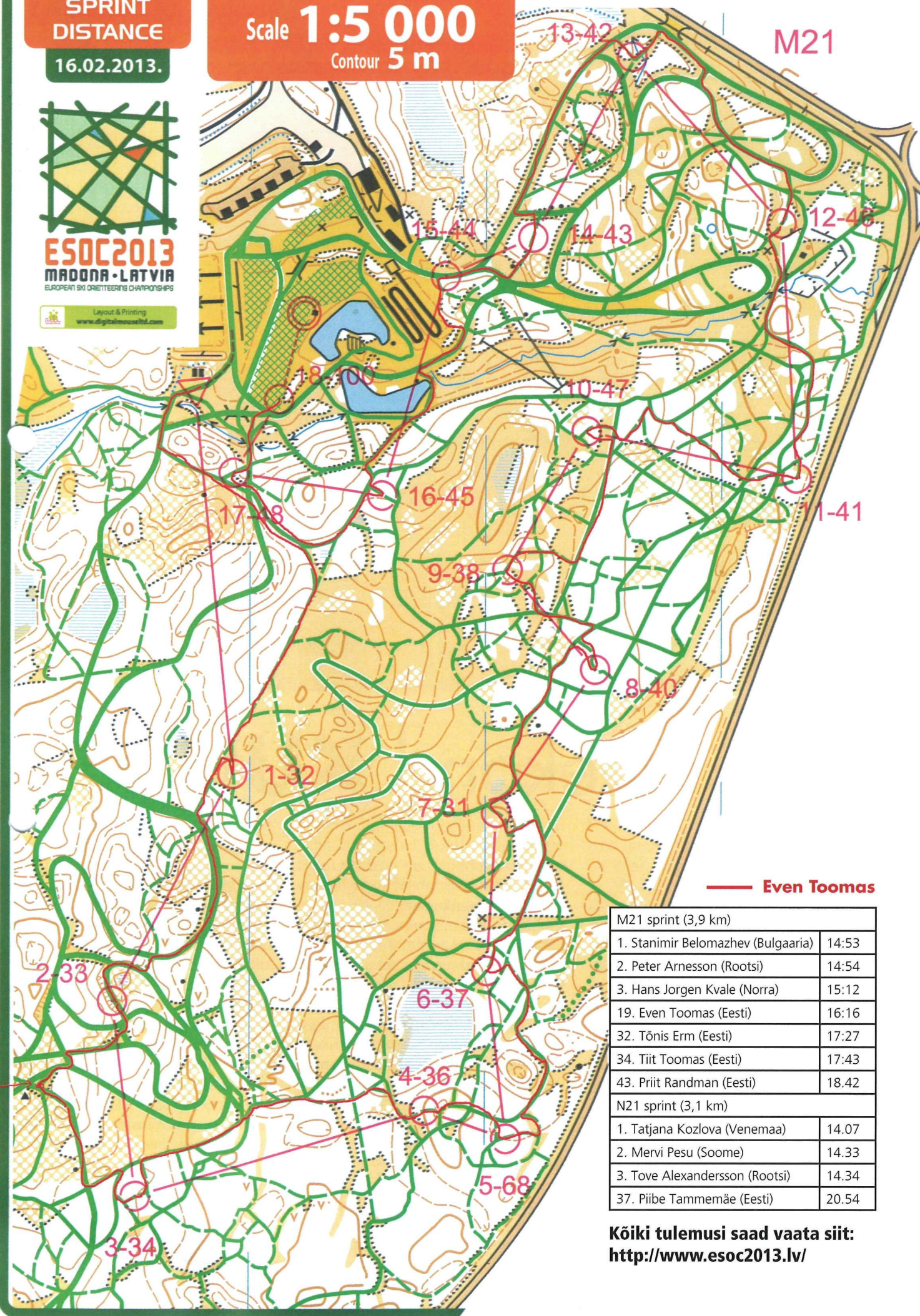
16.02.2013.

Scale **1:5 000**
Contour **5 m**



ESOC2013
MADONNA-LATVIA
EUROPEAN SKI ORIENTEERING CHAMPIONSHIPS

Layout & Printing
www.digitalmooresid.com



— Even Toomas

M21 sprint (3,9 km)	
1. Stanimir Belomazhev (Bulgaria)	14:53
2. Peter Arnesson (Rootsi)	14:54
3. Hans Jorgen Kvale (Norra)	15:12
19. Even Toomas (Eesti)	16:16
32. Tõnis Erm (Eesti)	17:27
34. Tiit Toomas (Eesti)	17:43
43. Priit Randman (Eesti)	18:42
N21 sprint (3,1 km)	
1. Tatjana Kozlova (Venemaa)	14:07
2. Mervi Pesu (Soome)	14:33
3. Tove Alexandersson (Rootsi)	14:34
37. Piibe Tammemäe (Eesti)	20:54

Kõiki tulemusi saad vaata siit:
<http://www.esoc2013.lv/>



foto: Siiri Poopuu

Teekond **KULLANI**

DORIS KUDRE

Ettevalmistus

Hooaja ettevalmistusperiood algas juunis. Lisaks kodustele treeningutele käisin kaks korda Tartu Suusaklubiga laagris ning Jõulumäe ja Otepää radadel sai tehtud tugevaid immitatsiooni- ja rullsuusatreeninguid. Augustis käisime Madonas 3-päevases laagris ja osalesin erinevatel orienteerumisjooksu võistlustel. Septembris sain teada, miks oli suvel halb jooksuvorm: hemoglobiin oli väga madal (96 g/L).

Esimesed suusakilomeetrid tulid väga raskelt, oktoobri lõpus kodus ümber maja klassikat sõites. 25. november kuni 7. detsember olime suusaorienteerujatega Saariselkäl lumelaagris. Laagri jooksul oli 3 võistlust (lühirada, tavarada, paarissprint).

Pärast võistlusi sai tehtud headel maastikel kaarditreeninguid.

Ma arvan, et parim ettevalmistus EMiks oli 31. detsember kuni 6. jaanuar toimunud suusaorienteerumislager Joutsenos, kus olid ka võistlused. Erinevaid kaarditrenne sai laagris tehtud väga palju, eriti meeldis mulle koridor-orienteerumise harjutus. Jaanuaris ja veebruaris olid igal nädalavahetusel suusaorienteerumise võistlused, nädala keskel tegin rahulikke ja taastavaid treeninguid. Enne EMI pidasime veel Värskas trennikaaslastega maha raske suusavõistluse.

Võistlustel

EMI eelõhtul enne lühirada oli koosolek, jagati infot, saime kätte

numbrid. Juba õhtul tuli järsku sisse suur närv. Ei tahtnud magama minna, sest ei soovinud hommikul ärgata ja võistlustele minna. Kuna olin tiitlivõistlustel esimest korda, siis ei tundnud konkurentide taset ega osanud endale eesmäärke seada. Lootsin saada oma klassis eestlastest parima koha.

Stardi eel. Jõudsime võistluspaika rohkem kui poolteist tundi enne minu starti. Starti viis iga 15 minuti järel buss (5 min sõitu). Vahetasin riided, võimlesin, proovisin mõelda muudest asjadest, et mitte võistluse pärast närvi minna, ja ootasin. Minu start oli 12.14 ning vähemalt kell 11.30 pidid kõik poiste ja tüdrukute 17-klassi (ehk noorte EM arvestuse – toim.) võistlejad olema stardialas karantiinis. Sinna jõudes vaatasin kohe stardiala üle. See

N17 lühirada (4,1 km)

1. Doris Kudre (Eesti)	25.23
2. Alina Husnutdinova (Venemaa)	25.42
3. Ljubov Balandina (Venemaa)	26.09
11. Silvia Luup (Eesti)	28.46
30. Liis Toomas (Eesti)	40.16
36. Kaisa Rooba (Eesti)	48.19

oli mulle tuttav koht, olime kunagi Lätis võistlejate ajal seal perega õõbinud ning samas kohvikus söönud. Umbes 45 minutit enne starti läksin sooja tegema. Suusad libisesid, aga sõita ei jõudnud, tegin ka mõned kiirendused.

Rajal. Kaardi sain kätte 1 minut enne starti. Varem olin näinud, et absoluutselt kõik võistlejad keerasid K-punktist vasakule, sõidetavale autoteele, meie klassi jaoks oligi see parim valik. Enne minekut jõudsin veel vaadata raja ülesehitust ning jätsin endale meelde, et kuna rajal on rist sees, siis seal tuleb olla tähelepanelik.

Start-1. K-punktist vasakule, väga libeda autotee peale. Seda mööda sõit u 500 m, soo peale mineku teeotsa magasin alguses maha, sest tee läks üle kõrge lumevalli ning oli raskesti märgatav. Jäin korraks seisma ja vaatasin kaarti. Soo peale jõudes olin autoteel sõitmisest päris väsinud, kuid paaristõukeid oli sõita väga hea. Kaotus 15 sekundit.

1-2. Valik tehtud, soo peal oli kerge sõita, aga paaristõuketega mäest üles minek pole just minu tugevam külg. Etapil kaotus 24 sekundit.

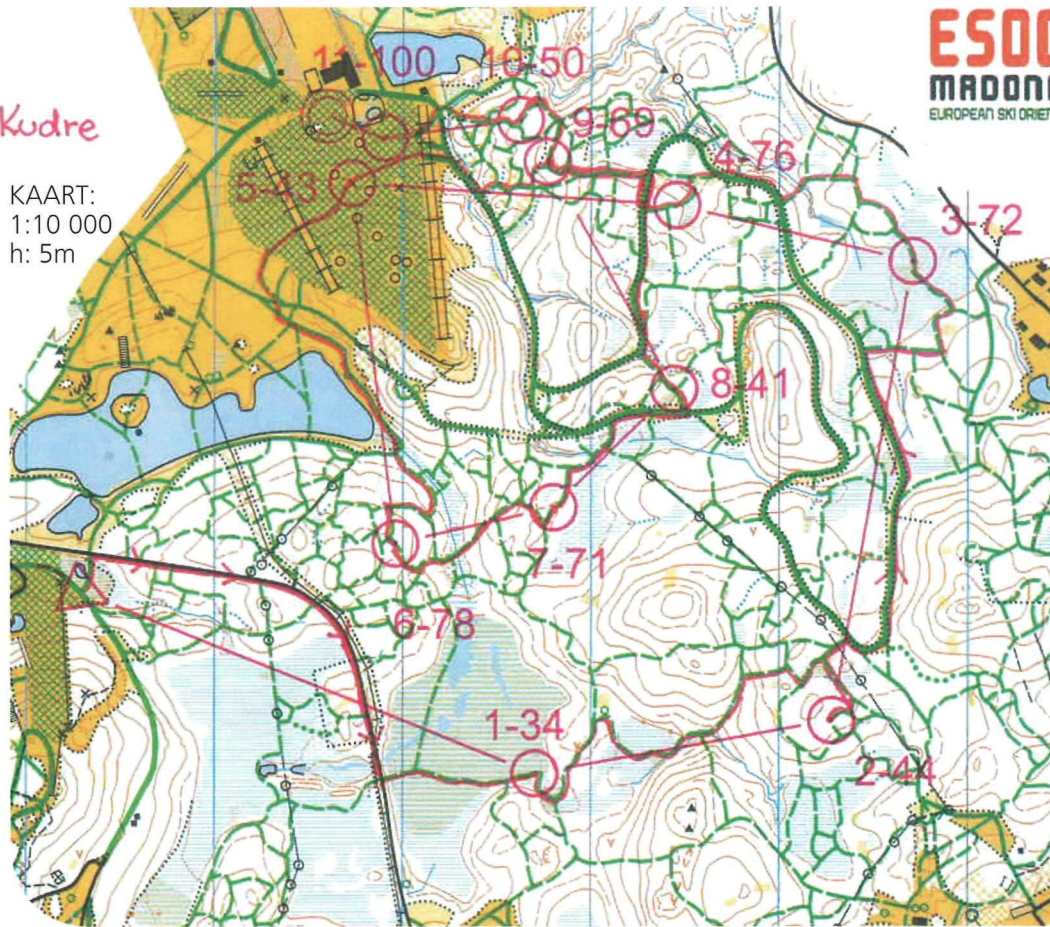
2-3. Ots ümber, kahe risti jagu tagasi sinna suunda, kust olin tulnud. Mööda uisurada oli väga hea sõita. Kitsale rajale jõudes natuke mäest üles, hargnemine oli maastikul kuidagi veider ning vaatasin korraks kaarti. Kaotust etapil kuidagi jälle väga palju: 25 sekundit.

3-4. Lugesin ristid ilusti ära, kõik sujus. Kaotus lühikese etapi kohta jällegi palju: 14 sekundit.

4-5. Punktist otse edasi, paremale uisuraja peale. Järgmisest ristist vasakule. Kuna võrk oli seal tihe ning oli ka laskumine, siis pidurdasin (võimalikult vähe). Tegin lisakaare, kuid see polnud üldsegi halb: nägin ära 9. KP asukohta. Edasi mäest alla ja uisuraja peale, sealt kaugelt paistvasse vaatekasse. Punkti jõudes kuulsin isa karjumist:

Kudre

KAART:
1:10 000
h: 5m



„Sekundid, sekundid! Läheb väga hästi, pinguta lõpuni ja vaata kaarti!“ Kõrvalt hüüdis veel mingi mees (hiljem sain teada, et see oli Rootsi treener): „fourth place“ (neljas koht). Etapil +13 sekundit. 5ndas punktis kaotus tolle hetke liidrile 1 minut 6 sekundit.

5-6. Teevalik – otse punkti. Kaardilt polnud läbi roheline ruudustiku näha kõrgusjooni, kuid vaadates tege-likkuses mäele otsa, mõtlesin kohe, et ei-ei-ei, siit küll mitte, ja tegin valiku ümber. Tõusu pidin ikkagi võtma ning sõita oli väga raske. Suusarajale jõudes tuli aga kohe laskumine ning jõudsin vaadata kaarti ning taastuda. Sõites mõtlesin: „Ma tuln siia head sõitu tegema, mitte võitma. Pean hea sõidu tegema, kõike kontrollima ning tempo üleväl hoidma. Kui seda suudan, tuleb ka vastav koht.“ Punktile pealeminek oli jällegi mäest üles, proovisin pingu-tada, kuid oli juba tunda väikest väsimust. Kaotust etapi parimale 22 sekundit.

6-7. Punktist otse. Lugesin, et kohe pärast laskumist vasakule. Sealt edasi polnud aga ette lugenud, hoog oli suur ning ei jõudnud õiget valikut teha. Pärast kahte risti sisetunde jär-gi sõites vaatasin kaarti – jess, õigesti!

Edasi jälle mööda kitsast rada mäest üles, lasin veel endast kiirema poisi mööda. Kaotus 19 sekundit.

7-8. Edasi! Ristid lugesin varem ette, tuli ainult täiega sõita. Punktile läksin peale tagantpoolt. +3 sekundit.

8-9. Pikalt mööda uisurada ning siis juba tuttavast kohast vasakule. Sealt kuni punktini kaarti ei vaadanud, sest olin varem punkti näinud ning minek oli selge. Raja ainuke parim etapiaeg!

9-10. Paremale. Ristis nägin Karl-Martinit (Alnek – toim.), jäi veel aega teda ergutada. (Meil oli sama punkt. Hehhee, ma jõudsin enne!) Vasakult teine tee, kurvi taga punkt. Sellest punktist alates juhtisin (teise kohta ees 20 sekundiga).

10-11. Paremale, mäest otse alla. Kaarti ei vaadanud, sest viimasesse punkti viiv tee oli kõik ette sõidetud ning sahatatud. Viimases punktis ei saanud SI-d ilusti jaama, läks aega mitu sekundit.

Finišis

Jõudsin finišisse, lugesin pulgalt andmed maha ning kohe kõlas ruu-porist midagi minu kohta (täpselt ei mäleta, aga umbes midagi esimeseks

tulemise kohta). Sain lipiku kätte, sinna oli kirjutatud koht finišeerudes. See number 1 oli sinna tumedalt kirjutatud, ja ma lihtsalt jõllitasin seda. See oli uskumatu! Inimesed mu ümber tegid minust pilti, aga mina lihtsalt ei suutnud midagi uskuda. Teadsin, et minu taga startis veel 2 tüdrukut, järelkult kolme sees oli koht kindel. Järjest tuli inimesi mulle õnne soovima. Mõne minuti möödudes, kui viimasetel startijatel mind enam võimalus võita ei olnud, ma lausa kiljusin. Kohe ilmus ka IOF-ist mees ja tegi minust pilti. Üksi soojendusriiete järele kõndides hakkasid õnnepisarad voolama. Ma ei mõelnud tol hetkel mitte millestki. Kõik oli lihtsalt SUPER! Hiljem mõeldes tundub see kõik mulle nagu üks väga-väga ilus unenägu. Kohe pärast riiete peale panemist kutsuti lilletseremooniale. Sama mees, kes enne mind pildistas, tegi ka minuga intervjuu. Pärast seda vahetasin riided ja sõitsime bussiga ööbimiskohta.

Analüüs

Tegelikult kogunes ideaalajale kaotust kokku üle 2 minuti. Paljud konkurendid olid suusatamise ja kaardilugemisega minust kiiremad, aga minu võit tuli tänu puhtale vägadeta sõidule.

Arvan, et minu suusaorienteerumise vorm oli parim täpselt EMil. Olen võistlustulemustega rahul. Tavarajal ja sprindis kogunes raja läbimisel väikseid vigu, mis ei võimaldanud paremaid kohti kui 5. ja 9. Endalegi üllatuseks sujus viimasel päeval juunioride klassis teate esimese vahetuse sõit väga hästi.

Kogu võistlus jättis hea mälestuse: rajad olid head, suusad olid iga päev väga hästi hooldatud, koondis oli üksmeelne, treener tasemel.



foto: Markus Puusepp

Finišijärgne analüüs treenerist isa Raul Kudrega

RATTAORIENTEERUMISE SPRINDIKARIKAS 2013

TEHNILINE RATTAORIENTEERUMINE KVALITEETSETEL KAARTIDEL. VÕITJA AJAD ETAPPIDEL 20-30 MIN

4.5 NÖMME

STARDID ALATES 15.00, RAJAMEISTER TÖNIS ERM

5.7 PALIVERE

STARDID ALATES 19.00, RAJAMEISTER MAREK KARM

18.8 PIRITA

I START 11.00, FINAAL 13.00, RAJAMEISTER ARBO RAE

VÕISTLUSKLASSID MN 16, 18, 20, 21, 40, 50

IGAL ETAPIL AUTASUSTATAKSE ETAPI VÕITJAT,
KOONDAARVESTUSES IGA KLASSI 3 PAREMAT

KORRALDAJA RATTAORIENTEERUMISKLUBI ROCK

WWW.OKROCK.EE

PEAKORRALDAJA ARBO RAE, TEL 5074912
OKROCK@OKROCK.EE





RB9X

Uus Acceleritas3 on kohal!

Tõeline pärl metsas ja raskel maastikul jooksjatele. Uudne tallamuster töötab nagu traktori rehvi, juhtides pori talle alt külgedele. Samal ajal tagab uus Rubber 9 Extreme™ kummisegu erakordselt hea haardumise ka kõval pinnasel, kaotamata oma kestvust.

Madal tallaprofiil annab hea rajatunnetuse. Uus vahetalla ehitus teeb jalatsi painduvamaks ja kergeks - kõigest 195 grammiseks. Pealismaterjal imab minimaalselt vett ja on vastupidav.

Jalats võimaldab jala loomulikku liikumist, tekitades tunde nagu jookseksid sokkides. Sokkides, mis kaitsevad jalga, haarduvad väga hästi ja on vastupidavad.

Saadaval MATKaSPORT kauplustes
www.matkasport.ee

 **ICEBUG®**

www.icebug.se



foto: erakogu

Koondislase nädal

Kui varem oleme jälginud meie koondislaste treeningunädalaid nii ettevalmistusperioodil kui võistlustele vahetult eelnenud ja järgnenud nädalatel, siis seekord annab suusaorienteerumiskoondise liige **Priit Randman** (Rakvere OK) ülevaate Kasahstanis toimunud maailmameistrivõistluste nädalast. Ei ole lihtne see spordimehe elu, eriti kui suusk ei libise ja lennukid/bussid õigel ajal kohale ei jõua!

Saabumine Kasahstani (2. märts – 4. märts)

Reis pidi algama Riia lennujaamast 2. märtsil kell 13.00, kuid lendu lükati edasi ja lõpuks väljusime Riist alles 15.20. See jättis meile Moskvas vähe aega, et jõuda ligikaudu 100 km kaugusel asuvasse Domodedovo lennujaama, kust väljus lend edasi Kasahstani Ust-Kamenogorskisse. Moskvas saime pagasi kenasti kätte ja hakkasime otsima võimalusi, kuidas kiiresti Domodedovosse jõuda. Lennujaamas oli väga palju taksoteenust pakkuvaid tüüpe, kellest üks meid esialgse 5000 rubla asemele 3000 eest oli nõus ära viima. Nagu hiljem Venemaa koondislase Andrei Lamovi käest kuulsime, saime väga hea hinnaga. Takso saabudes ei jätnud see küll kõige usaldusväärsemat muljet, kuna taksomärgisega auto asemel sõitis ette must maastur. Jõudsime siiski õnnelike ja tervetena Domodedovosse. Järgmise päeva hommikul kell 6 Ust-Kamenogorskisse jõudes saime teada, et äiate tõttu on teed suletud ja meie sõit võistluskeskusesse, Ridderi linna, pidi veidi ootama. Meid paigutati kohalikkude hotelli, ja alles sama päeva õhtul 17.30 asusime koos mõne võistluskaaslasega Ridderi poole tee. Ees ootas 120 km pikkune sõit, mis lõppkokkuvõttes kestis 16,5 tundi, kuna tee oli kohati pea läbimatu. Vahepeal sisuliselt risti tee peal olles ja liiklust takistades jõudsime bussiga 40 km kaugusele, misjärel otsustati, et jätkamine oli liiga ohtlik ja õõ tuleb veeta bussis. Järgmisel hommikul kell 7.00 tuli meile järele spetsiaalne veoauto, mis ilmselt oligi mõeldud reisijate veoks taolistes oludes. 4. märtsi hommikul kell 9.00, algselt plaanitust 24 tundi hiljem, jõudsime lõpuks võistluskeskusesse. Küll oli hea süüa üle pika aja! Pärast hommikusööki tegime näidismaastikul kerge treeningu, pärast mida oli kindel plaan teha uinak, et korvata napp unetunde 50-tunnise reisi järel. Paraku pidime aga hoopis sõitma võistluste avamisele, millele järgnenud suusaoholdus lõppes kell 23.00. Alles siis saime ennast voodisse pikale visata ja uinuda.

Teisipäev, 5. märts – MMi sprint

Ärksin 7.30, panin riidesse ja läksin vastas asuvasse hoonesse sööma. Pärast hommikusööki tegin veel viimase lihvi suuskadele ja jäin sprindi starti ootama. Kuna soojenduring ja metsas olevad olud olid kardinaalselt erinevad, siis läksin suusavalikuga alt. See suusapaar, mis tõi t a s hästi soojendusel, hakkas streikima rajal. Samamoodi läks ka Tiidul (Tiit Toomas – toim.), kes otsustas sama määrevariandi kasuks. Rajal oli raske, väga raske. Vigu õnnestus vältida, kuid finišeerides valdas teadmatus, kas enesetunde tegi kehvas halb suusk, vähesed unetunnid või hoopis kehv vorm. Pärast karantiini lõp-

Vigu õnnestus vältida, kuid finišeerides valdas teadmatus, kas enesetunde tegi kehvas halb suusk, vähesed unetunnid või hoopis kehv vorm.



Reisijate veoks mõeldud veoauto/buss.

Sain vaid veidi maad sõita, kui arusaamatul põhjusel kukkusin nii kehvasti, et kaardialuse kinnitused tulid lahti ja võistluskaart lendles tugevas tuules Ridderi linna poole uut omanikku otsima.

pu käisin lõunal, pesin end puhtaks ja läksin magama. Öhtul ootas ees taas rutiinne suusamäärimine.

Kolmapäev, 6. märts – MMi lühhirada

Taas ärkasin 7.30 ning suundusin sööma. Seejärel harjasin suuskadelt pulbri alt ning tõmbasin lätlastelt laenatud struktuurirauaga mustri alla. Veidike puhkust ja 9.30 suundusin suusastaadionile suuski testima. Väljas oli väga tugev tuul ning taevast sadas midagi vihma ja lörtsi vahepealset. Valik oli raske: nii Swixi kui Rexi variant olid suhteliselt samad, ning pärast pikka kaalutlemist otsustasin siiski esimese kasuks. Tegin korraliku soojenduse, ja 10.33 kõlas stardipiiks. Sain vaid veidi maad sõita, kui arusaamatul põhjusel kukkusin nii kehvasti, et kaardialuse kinnitused tulid lahti ja võistluskaart lendles tugevas tuules Ridderi linna poole uut omanikku otsima. Kui ise poleks kohal olnud, poleks uskunud, et see võimalik on. Kuna tuul oli liiga tugev ja kaart püüdmatu, keerasin otsa ringi ja suundusin tagasi starti uue kaardi järele. 4 minutit pärast oma õiget stardiaega sain uue kaardi ja algas katse kaks. Vihmasadu tugevnes ja suure sula tõttu oli tõusude võtmine omajagu katsumus, kuna rada oli pehme ja ligikaudu 1,5-meetrise lumekihist kippusid suusakepid läbi vajuma. Ühel järsemal tõusul testis lumekihi paksust üks kaasvõistleja, kes, lootes suuski jalast võttes ja joostes kiiremini üles saada, leidis ennast peagi nabani lumest. Võistluse edenedes suutsin ma mingil kombel murda oma neljanda suusa sellel hooajal. Rajal oli mitmeid mahalangenud puid, millest tuule ramm oli üle olnud. Üks puu oli lausa lavaga punktile peale kukkunud ja tähise enda alla matnud. Finišis olin läbimärg ja rampväsinud. Tulemus kohe kindlasti mitte see, mille pärast nii kaugele sõitsin. Tuli vaid loota, et järgnevad 2 puhkepäeva teeavad füüsilise enesetunde paremaks.

Neljapäev, 7. märts – MMi sprinditeade

Minule ja Tiidule oli see puhkepäev, Daisy (Kudre – toim.) ja Even (Toomas – toim.) võistlesid sprinditeates. Kirja



foto: Markku Vauhkonen

oli ennast pannud 14 võistkonda. Pärast hommikusööki läksime Tiiduga Evenile appi suuski määrima. Ilm oli jätkuvalt vesine ja määrimine keeruline. Nii Daisy kui Evenil tuli läbida 3 ringi. Vahepeal, kui nad oma uuele ringile minekut ootasid, tegelesime meie Tiiduga nende suuskadega, mis tähendas seda, et panime igal ringil lihtsalt uue geelikihi alla. Paljudele kõrvalseisjatele tegi nalja, kuidas eestlased sõna otseses mõttes põlve peal oma suuski määrisid. Isegi pilti tehti! Esimesel ringil võitles Daisy USA koondise esindajaga, ja selle suusakepivõitluse tagajärjeks oli verine lihashaav, määrdunud suusakombe ja võistlusjärgne valuvaigistav süst tagumikku. Lõppkokkuvõttes platseerusid eestlased 8ndale kohale. Mõnevõrra üllatusliku pronksmedali sai Bulgaaria. Kuna järgmisel päeval oli ametlik puhkepäev, siis öhtul oli ametlik disko, kus sai bulgaarlastele õnne soovitud ja koos medalit tähistatud.

Reede, 8. märts – puhkepäev

Ärkasime 8.30, käisime söömas ja läksime linnaekskursioonile. Külastasime kahte muuseumi, millest üks kajastas kohalikku ajalugu ja teine tutvustas suurt Ridderi maagi-kaevandust, mis põhiliselt tegeles tsingi tootmisega. Pärast kultuuriprogrammi saime ka veidike aega linnas omapäi hulkuda. Enne öhtusööki käisime 25 minutit sörkimas, millele järgnes venitamine. Pärast öhtusööki ootas taas suusa-hooldus. Kuna minul oli alles vaid üks paar suuski, siis enustamisega tegelema ei hakanud ja jätsin nende määrimise hommiku peale.



foto: Markku Vauhkonen

Teatevõistluse stardirüün ja teevalikud (Priit nr 8)

Kõrvalseisjatele tegi nalja, kuidas eestlased sõna otseses mõttes põlve peal oma suuski määrisid. Isegi pilti tehti!

Püüdsin selle kiirelt unustada ja keskenduda heale sooritusele. Juba esimesse kontrollpunkti sõites tuli suuskade libisemise vahe välja, pidin meeletult pingutama, et kaasvõistlejate tempot hoida. Esimesed kaks ringi kannatasin ära, kolmanda ringi alguses tundsin, et puuriit hakkab tühjaks saama. Panin

Laupäev, 9. märts – MMi teade

Ärkasime tavapärasel ajal ja käisime söömas, millele järgnes taas suuskadega tegelemine. Hommikul oli lumi täielik „kriuks“. Nagu Evenil testimise käigus selgus, töötas kõige paremini tavaline põhjaparafiin. Tavalise *Stardi* roheline sai alla ja lootsime, et libiseb. Paraku stardihetkeks oli päike lund kõvasti soojendanud ja järjest suureneva niiskuse tõttu hakkas staadionil ka pulbriga suusk libisema. Arvasime siiski, et varjulise metsa vahel töötab meie variant paremini. Minul nagunii midagi valida ei olnud, kuna alles oli jäänud vaid üks paar suuski. Tuli minna sellega, mis on. Täpselt kell 11.15 anti mulle esimeses vahetuses stardikäsklus. Olin oma teevaliku juba teinud ja jälgisin, mida teevad konkurendid. Paljud keerasid metsa ära, kuid Venemaa ja Rootsi sõitsid laia rada pidi edasi, see sobis ka mulle. Püüdsin hammas- tega neist kahest suurfavoriidist kinni hoida, kuid vaikselt hakkas vahe sisse tekkima, ja neljandasse punkti minnes ma neid enam ei näinud. Siis jõudis mulle järele Norra, kellega meil aga kohe erineva hajutusvariandi tõttu teed lahku läksid. Lõpuks suutis ka Soome võistkond eest ära sõita, kuid peakonkurendid Šveitsi, Tšehhi ja Läti suutsin jätta seljataha. Pärast Tiidu head teist vahetust olime kuuendad, ja viimases vahetuses pidas Even korraliku lahingu Tšehhi ja Läti ankrumeestega, kust väljus 8ndana.

Pühapäev, 10. märts – MMi tavarada

Hommikune pudrukogus ei olnud paljulubav, kuid lootsin, et kaasatehtud võileib, mille enne starti ära sõin, veel päästab midagi. Päris nii siiski ei läinud. Veidi vähem kui tund aega enne starti läksime Tiidu ja Eveniga staadionile. Libisemistestis selgus, et minu suusad jäid Bulgaaria esindaja Belomaževi omadest maha tervelt 8 m, Eveni omadest 7 m ja Tiidu omadest 4 m. Meie Tiiduga olime kasutanud *Toko* punast määret, mis uue suusaga hästi ei töötanud.

veel viimased halud alla ja lootsin, et veab lõpuni välja, kuid nagu hiljem selgus, olid need halud väga kiire põlemisega. Käed olid tühjad, energiat lihtsalt ei olnud. Pressisin, kuid liikumiskiirus oli alla igasugust arvestust. Isegi allamäge oli raske suusatada. Tegin mitmeid seisakuid ja puhkasin kep- pide najal. Igast väiksemast tõusunukist ülessaamine oli väga suur eneseületus. Pilk oli hägune ja kolmanda ringi lõpetamine võttis palju aega. Staadionile jõudes põhimõtteliselt astusin, ja kuigi see otsus tuli väga raske südamega, siis viimasele ringile ma siiski enam minna ei suutnud.

Viimase õhtu programm nägi ette, et kell 19.00 kogunevad kõik riigid peosaali, kus algab võistluste lõpetamine ja bankett. Lauad olid kaetud kõiksugu hea ja paremaga. Sai tantsida, sai tutvuda.

Võistluste kokkuvõte

Rahule saan jääda ainult sprindiga ja teate avavahetusega. Suusad libisesid meil hästi ainult sprinditeates, ja siit ka suusaorienteerumise MMi-koondise ühisarvamus, et sellisele võistlusele ei ole mõtet ilma määrdemeistriga minna. Parem juba koju jääda!

TULEMUSED

Sprint M (3,5 km)

1. Peter Arnesson (Rootsi)	15.51
2. Andrei Lamov (Venemaa)	16.06
3. Kiril Veselov (Venemaa)	16.17
19. Even Toomas (Eesti)	17.17
28. Tiit Toomas (Eesti)	18.38
30. Priit Randman (Eesti)	18.48

Lühirada M (10,2 km)

1. Peter Arnesson (Rootsi)	56.51
2. Andrei Lamov (Venemaa)	58.52
3. Kiril Veselov (Venemaa)	59.06
15. Even Toomas (Eesti)	62.34
21. Tiit Toomas (Eesti)	66.36
34. Priit Randman (Eesti)	78.13

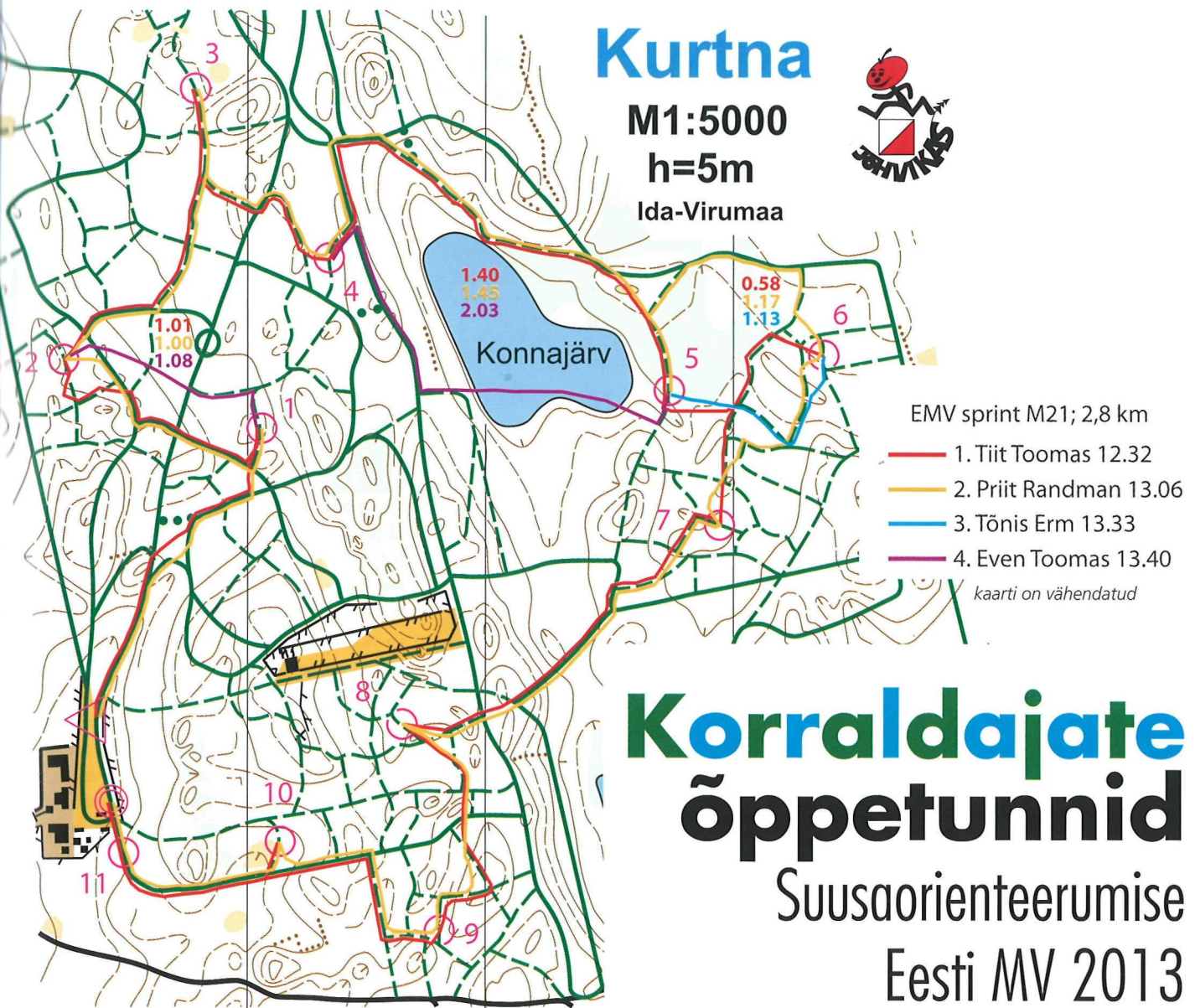
Tavarada M (20,0 km)

1. Peter Arnesson (Rootsi)	89.11
2. Janne Häkkinen (Soome)	89.13
3. Staffan Tunis (Soome)	89.55
19. Even Toomas (Eesti)	94.15
23. Tiit Toomas (Eesti)	98.31
Priit Randman	katk.

Teade M

1. Venemaa	86.29
2. Rootsi	86.54
3. Soome	6.55
8. Eesti	96.02

Vaata ka suusaorienteerumise MMi killukesi läbi IOF voliniku Sixten Silla silmade: <http://www.orienteerumine.ee/ajakiri/>



Korraldajate õppetunnid

Suusaorienteerumise Eesti MV 2013

MIHKEL JÄRVEOJA

Kui mõnel aastal saab Eestis ärajäänud suusaorienteerumisvõistluse korraldada uuesti alles mitme kuu pärast või hoopis järgmisel talvel, siis sel aastal püüti jagada, näiteks klassides N14 ja N55, tavaraja medaleid kuu aja jooksul kolmel erineval võistlusel. Viimne kord läks ka õnneks. Mine nüüd võta kinni, kas see näitab meie korraldajate hooletust, talviste võistluste kõrget taset (et iga n-õ külavõistluse rajavõrk võimaldab Eesti MVd pidada) või Eesti talve uut kvaliteeti? Kindlasti viitab see aga ka halbade asjaolude kokkulangemisele.

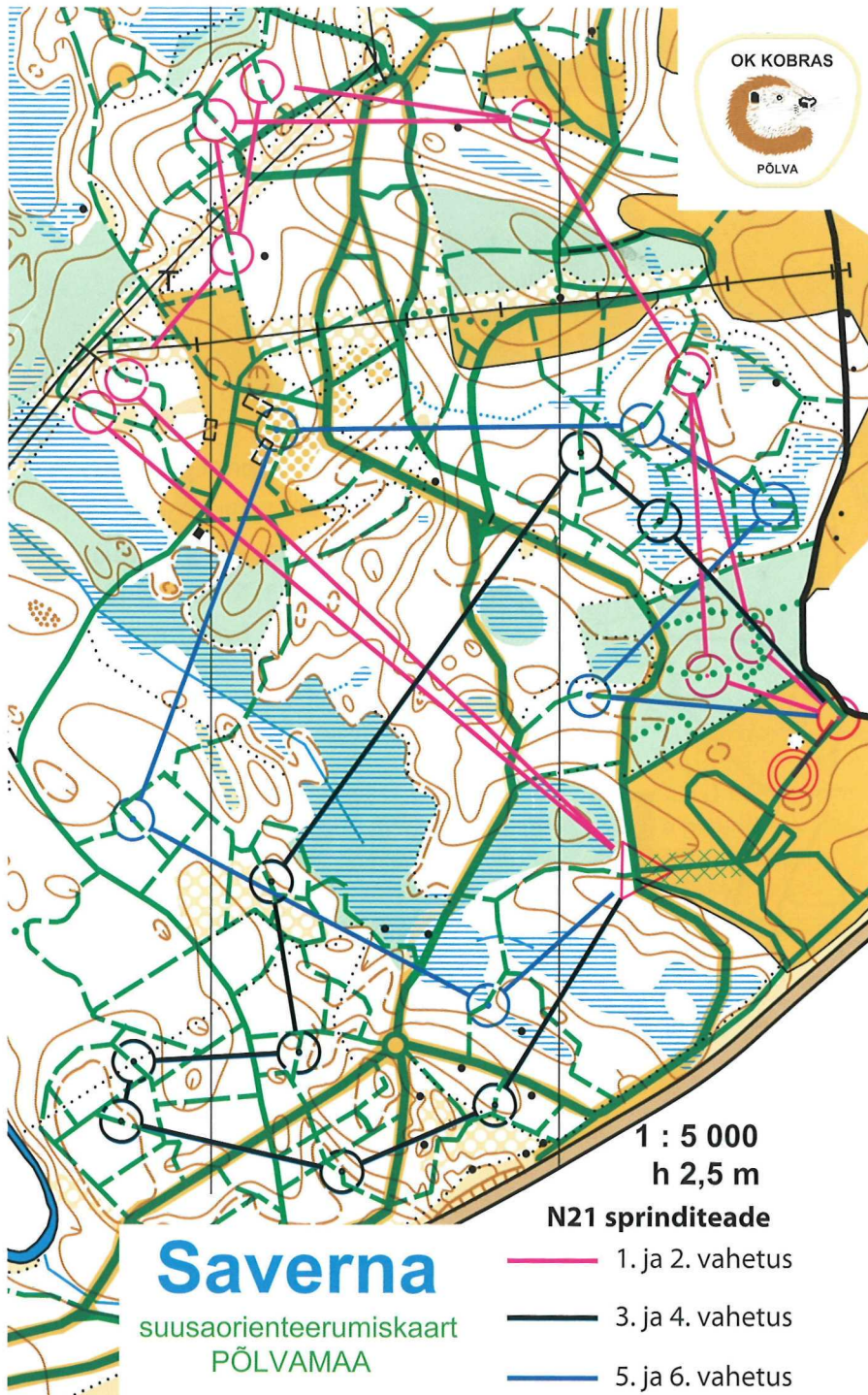
Sprint ja tavarada Pannjärvel (26.–27. jaanuar)

Kuigi Eesti MV sprint ja tavarada toimusid peamistest (orienteerumis) tõmbekeskustest üpris kaugel Ida-Virumaal Alutaguse suusakeskuses, peame jutuga alustama veelgi kaugemalt.

2012. a kevadel sattusid Saksamaal matkaradade tähistamise koolitusel kokku Jaak Teppan, Robert Peets ja Raul Kudre. Esimene neist on SA Eesti Terviserajad juhataja ja Suusahullude eestvedaja, teine Alutaguse suusaklubi tegevjuht ja kohaliku suusamaratoni peakorradaja. Raul Kudre aga orien-

teerujatele tutvustamist ei vaja ja poliitikutele on ta lihtsalt Värska vallavanem. Jutuhoos mainis Raul, et järgmise hooaja suusa-o Eesti MV korraldaja on endiselt lahtine ja tõsiseid huvilisi justkui pole. Tartus paiknevad Suusahullud olid juba varem korraldanud mitmeid väiksemaid suusa- ja muid spordiüritusi, mistõttu võttis Jaak sõnasabast kinni ja andis nõusoleku asi ära teha. Kõrvalt noogutas ka Robert, ja nii Pannjärve maastik ja Alutaguse suusakeskus võistluspaigaks saidki. Ega paremat võistluskeskust, kus on olemas kogu vajalik taristu koos suurepärase suusaradade ja maastikuga, poleks Tartule lähemalt vist leidnudki.

Noorte tartlaste pealehakkamisele muretseti kohaliku OK Jõhvika näol juurde orienteerumiselast oskusteavet. Kohalike meeste kanda jäid eeltööd



kaarti on vähendatud

orienteerumiskaardiga, rajavõrgu planeerimine ja esimene mahamärgimine, seejärel juba ka võistlusradade koostamine ja kaartide trükkimine. Suusahullud korraldasid aga võistluse radade hoolduse ja ürituse üldise sujuva läbiviimise. Taoline koostöö on heaks eeskujuks paljudele Eesti väikesetele o-klubidele, kellel pole oma liikmete hulgast võtta pädevaid inimesi iga tööülesande või kohustuse jaoks, mida ühe üleriigilise võistluse korraldamine endas hõlmab. Küllap leidub igas ümbruskonnas teisi spordiklubisid, valimis-

liite või muid taidlusgrupe, kes heale üritusele meeleldi öla alla panevad.

Suusahullused ei takistanud Eesti MV korraldamisel ka see, et tegu pole üldse orienteerumisklubiga. Tagantjärele julgeb Jaak Teppan tunnustada, et mingeid suuri probleeme n-ö väljast poolt ringi tulemine ei tekitanud. „Algusest peale oli nõu ja jõuga abiks EOLi volinik Raivo Rõõm, kes suusa-spetsiifilist infot jagas. Kõige suuremaks probleemiks oli pigem peakorraldajate ajanappus ja põhitöödega hõivatus,“ selgitas Teppan. „Ja kindlasti oleks võinud võistluste ettevalmistamisega alus-

tada varem ja tegevust rohkem ette planeerida. Siis oleks võistluseelne nädal olnud rahulikum, kogu tulemus nautuke viimistletum ja ilma viperusteta. Orienteerumisvõistluse korraldamine on tegelikult korralik väljakutse, kuna orienteerujad on, võrreldes suusatajatega, ikka oluliselt nõudlikumad ja pedantsemad“ lisas ta.

Üks päris tõsine viperus neil siiski juhtus. Tavarajal tuli viies võistlusklassis (M45, M18, N21, N55, N14) tulemus tühistada, sest raja esimene kontrollpunkt oli vales kohas. Taoline eksimus tuli ka korraldajatele suure ja halva üllatusena, kuigi **eksiti rajameistr töö peamise reegli – usalda, aga kontrolli – vastu**. Kui sprindis suutis punktid metsa viia üks mees ja teine seejärel need veel üle kontrollida, siis tavarajal, kus punkte kõvasti rohkem, kontrolliks aega ja jaksu ei jaganud. Jaak Teppan ei taha kellegi peale näpuga näidata ning tõdeb, et kui selline apsakas läbi lastakse, on süüdi kogu meeskond koos EOLi volinikuga. Parem infovahetus Jõhvika klubi rajameistrite ja Suusahullude vahel oleks võimaldanud kaasata rohkem kontrollisõitjaid. „Tegelikult kuulsin mina alles võistluse käigus, et kontrollisõit oli hommikul tegemata jäänud,“ puistab Teppan tuhka pähe nii endale kui rajameistritele. Pärast viie võistlusklassi tühistamist otsustas EOLi juhatus, et nendes võistlusklassides sõidetakse tavarada uuesti nädal hiljem toimuvatel Valgjärve valla auhinnavõistlustel. Sellega aga 2013. aasta Eesti meistrite selgitamise saaga veel ei lõppenud.

Sprinditeade ja tavaraja teine katse Savernas (2.–3. veebruar)

Põlvamaal Savernas levis enne starti üks rahvajutt, et tiheda metsa tõttu ei paistnud seal suvel isegi päike sambla peale, siis aga läks Nurm (Tõnu Nurm, üks rajameistritest – toim.) kirvega metsa ja nüüd saab seal ka kuuvalgel suusatada. OK Põlva Kobrasel oli au korralda esimene Eesti MV sprinditeades. Talvise teatevõistluse formaadiga on katsetatud küll ühte, küll teist pidi. Vanematel inimestel veel siiani härdusepisara silma toov märketeade osutus tänapäevaste mugandustega siiski tehniliselt liiga lihtsaks, mistõttu asendati see sprinditeatega, mis on ka rahvusvaheliselt aktsepteeritud formaat. Ja



foto: OK Põlva Kobras

Esimese EMV sprinditeate naiste esikolmik. I Värskas OK Peko (Daisy Kudre, Piret Pärnik), II OK Põlva Kobras (Maret Vaher, Mirja Virve), III OK Orvand (Piibe Tammemäe, Triinu Rooni)

ilmselt õigesti tehti, sest kahest liikmest ja kuuest (või neljast) vahetusest koosnev teatevõistlus on tõesti põnev nii osalejatele kui ka pealtvaatajatele. Eelkõige siiski osalejatele, sest umbes 8-minutilised etapid ragistati vähemalt seekord enamjaolt siiski metsa sees.

Kõik teavad, et Värskas koolkond on suusaorienteerumises alati tugev olnud, aga et nad üheksast võistlusklassist lausa seitsmes võidu võtavad, oli ilmselt üllatuseks ka Seto leelokoorige ja vanajumal Pekole endale. Vaid N16 vanuseklassis suutsid võrokesed ja M50 klassis ilvesed neist jagu saada. Meeste ja naiste põhiklassides on esimesteks sprinditeate Eesti meistriteks Tiit ja Even Toomas ning Piret Pärnik ja Daisy Kudre. Statistikut ja arhivaarid, kirjutage üles!

Järgmisel päeval, kui enamik orienteerujaid olid ennast häälestanud Valgjärve valla auhinnavõistluseks, läksid eelmisel nädalal tühistatud võistlusklassid uuesti medaleid püüdma. Osal neist läks see korda, teistel jälle mitte. Punkti vale asukoha tõttu tuli taas tühistada võistlusklassid N14 ja N55. Kontrollsoitjad olid küll seekord olemas, ent kahjuks kasutasid nad võistlejatest veidi erinevat kaarti. Rajameeskonnale olid kõigi punktidega kaardid ettevalmistatud võistluseelse nädala keskel, kui punktikohti maha märgiti. Reedel tehti aga rajafailis muudatus ja nihutati ühe kontrollpunkti asukohata. Rajameistrite kaartide uuendamine ununes. Kogenud korraldajaklubi **eksis ühe teise rajameistrirööpeamise reegli vastu – kõik võistluspäevaelsed kaartide**



foto: Piret Almist

Suusahullud on juba mitu aastat korraldanud Tartu suuremates kaubanduskeskustes, ja sel aastal ka Ahhaa keskuses, siseorienteerumise sarja, mille eestvedajaks on Ain Kaare. Eesti MV SO sprindi päeva õhtul pakkusid nad kõigile suusaorienteerujatele ja niisama huvilistele võimalust joosta Jõhvi kontserdimajas. Põnev majaplaan koos pimedate korridoridega tegi sellest aasta ühe keerulisema orienteerumisülesande. Lisaks oli tegemist esimese spordivõistlusega, mis Jõhvi kontserdimajas on korraldatud. Ei ole seal enne ei tantsitud, ega malet mängitud.

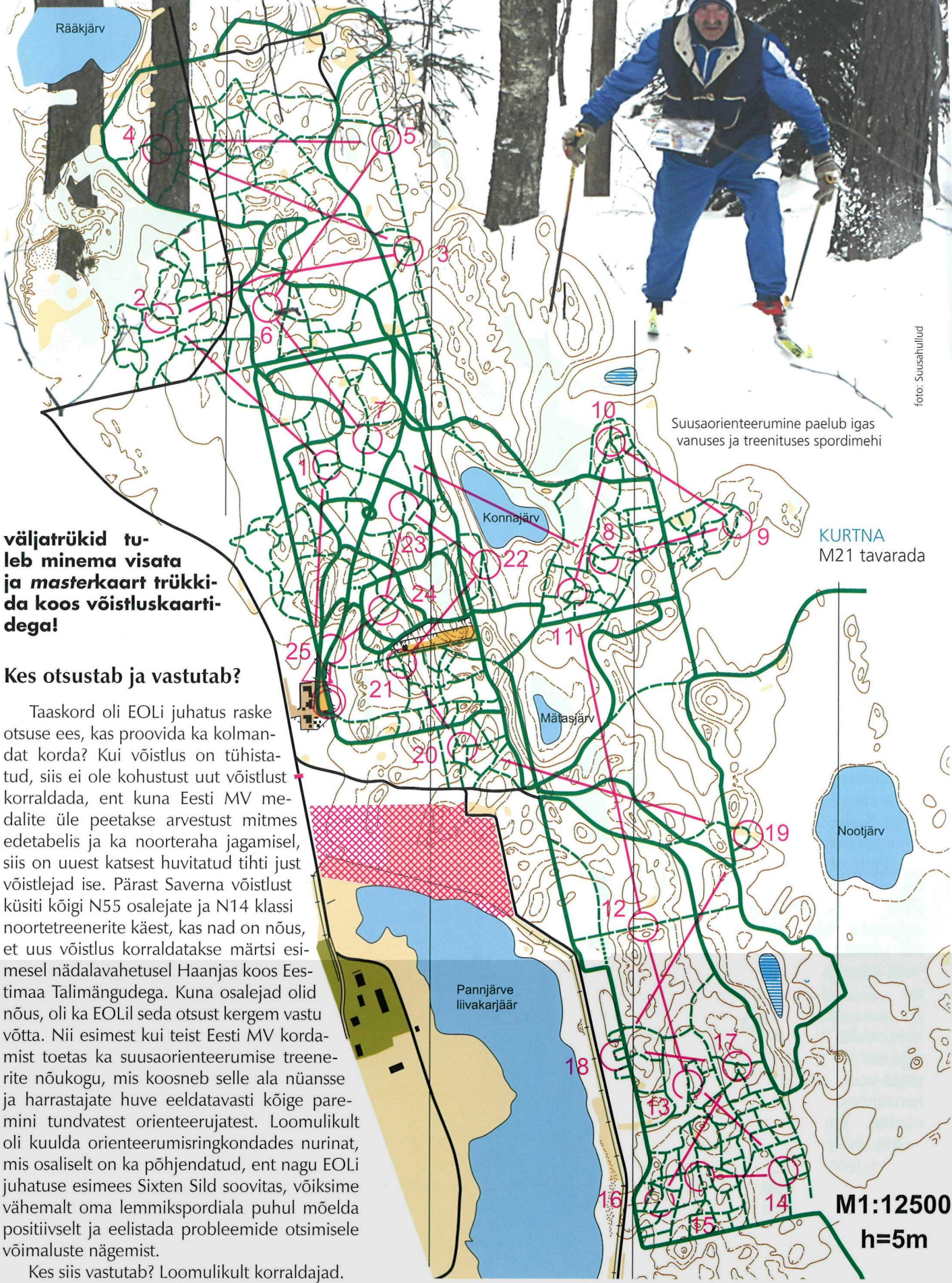


foto: Suusahullud

Suusaorienteerumine paelub igas vanuses ja treenituses spordimehi

KURTNA
M21 tavarada

väljatrükid tuleb minema visata ja masterkaart trükkida koos võistluskaartidega!

Kes otsustab ja vastutab?

Taaskord oli EOLi juhatus raske otsuse ees, kas proovida ka kolmandat korda? Kui võistlus on tühistatud, siis ei ole kohustust uut võistlust korraldada, ent kuna Eesti MV medalite üle peetakse arvestust mitmes edetabelis ja ka noorteraha jagamisel, siis on uuest katses huvitatud tihti just võistlejad ise. Pärast Saverna võistlust küsiti kõigi N55 osalejate ja N14 klassi noortetreenerite käest, kas nad on nõus, et uus võistlus korraldatakse märtsi esimesel nädalavahetusel Haanjas koos Eestimaa Talimängudega. Kuna osalejad olid nõus, oli ka EOLil seda otsust kergem vastu võtta. Nii esimest kui teist Eesti MV kordamist toetas ka suusaorienteerumise treenerite nõukogu, mis koosneb selle ala nüansse ja harrastajate huve eeldatavasti kõige paremini tundvatest orienteerujatest. Loomulikult oli kuulda orienteerumisringkondades nurinat, mis osaliselt on ka põhjendatud, ent nagu EOLi juhatuse esimees Sixten Sild soovitas, võiksime vähemalt oma lemmikspordiala puhul mõelda positiivselt ja eelistada probleemide otsimisele võimaluste nägemist.

Kes siis vastutab? Loomulikult korraldajad.

**M1:12500
h=5m**

EST-LAT liiga tänavuse hooaja esimesed võitjad selgitati suusaorienteerumises

MARKUS PUUSEPP

Hooajal 2013 otsustasid Eesti Orienteerumislit ja Läti Orienteerumisföderatsioon teha EST-LAT liigas võistlusi vaid suusa- ning rattaorienteerumises, kuna nendel aladel oli ühise võistlussarja vastu oluliselt enam huvi kui tiheda kalendriga orienteerumisjooksus.

Pakkumaks suusaorienteerujaile rohkem võistlemisvõimalusi, laiendati liigat neljale nädalavahetusele ehk kaheksale võistluspäevale. Eelmisest kahest hooajast oli näha, et huvi piiri taga võistlustel käia on mõlemapoolne. Eriti koondisesse kandideerijate jaoks pakkus EST-LAT liiga head võimalust nii eelmistel kui ka sel hooajal tutvuda Lätis toimunud tiitlvõistlustel kasutusele tulevate maastikutüüpide ja rajameistrite käekirjadega (EMi, juunioride MMi, noorte EMI ja seniioride MMi kohta loe lk 24-30).

Kaks esimest etappi leidsidki aset hilisemate tiitlvõistluste piirkonnas Madonas – **Arona karikavõistlused**. Need olid lätlastele korralduslikuks proovikiviks – tiitlvõistluste tarvis katsetati puutevaba SI-süsteemi. Proov läks seekord aia taha, nii et ametlike tulemusi ega liiga punkte esimesel päeval ei saadud. Selgus ka süsteemi sobimatus hilisemal tiitlvõistlustel kasutamiseks. Teisel päeval ajavõtt sujus ning tulemused said eestlastele meelepärased: arvilises vähemuses osaledes võideti kaheksas klassis 20st.

Liiga 3. ja 4. etapp peeti Põlvamaal Rosmal koos **Põlvamaa meistrivõistlustega**. Taaskord oli registreerunuid arvukalt. Kuna arktiline külmalaine kippus näpistama, võib protokollidest leida palju mittestartinute nimesid. Tulemustest sai aga juba siis välja lugeda hilisemate tiitlvõistluste medalistide üha paranevat vormi.

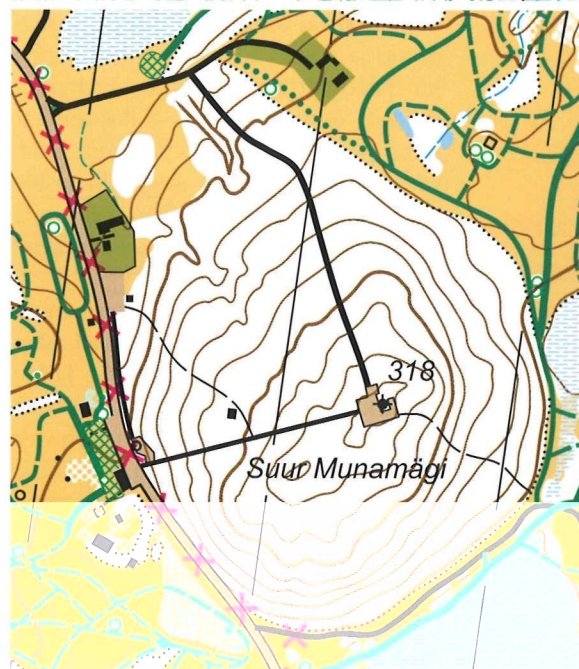
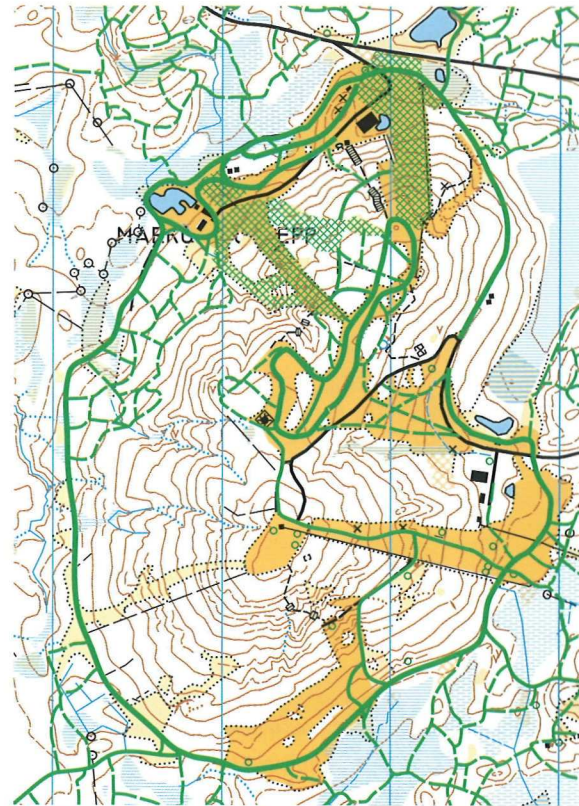
5. ja 6. etapp viisid võistlejad Baltimaade (jätkuvalt) kõrgeima mäe, Suure Munamäe jalamille. Võistlused peeti koos **XII Eestimaa Talimängudega**. Kohalik kõrgmäestik pakkus alpiaasalikku avatud metsatukkadega maastikku, mis aga radadevõrgu

seeshoidmise rasketes lumeoludes ülejökäivaks muutis. Teisel võistluspäeval tuisuga võideldes tuli võistlejail korduvalt ise radadevõrku sisse ajada. Suure Munamäe ümbruse orienteerumiskaart oli loodud laserskaneeritud kõrgusandmetele ja ortofotodele tuginedes ilma tavapärase kaardistamise välitöödetä.

Hooaja lõpetasid võistlused Läti-maa suusaorienteerumispealinnaks kerkinud Madonas. Võistlus oli ühtlasi ka **Läti MV**, kus osalemas ka rohkearvuliselt leedukaid. Omapärane on fakt, et nii Eestimaa Talimängudel kui Läti MV-l võisteldi riigi kõrgeimate tippude ümbruses. Nii nagu meie kõrgeim tipp on napilt (6 m) lätlaste Gaizinkalnsist kõrgem, jäid eestlased ka võitude koguarvult napilt peale.

Lisainfo: www.orienteerumine.eefestlat

2013. aasta EST-LAT liiga suusaorienteerumishooaja parimad		
N12	Agnija Caune	Smitlenes BJSS-Azimuths OK
N14	Kristel Kõivo	OK Peko
N16	Doris Kudre	OK Peko
N18	Laura Leiboma	Kapa OK
N20	Līga Valdmane	ZVOC-Valmiera BSS
N21	Dina Zobena	OK Purva Bridejs
M25	Andrijs Kļaviņš	OK Purva Bridejs
M26	Janis Kubi	OK Peko
M28	Valma Vancs	OK Kobra
M12	Pauls Albering	ZVOC-Valmiera BSS
M14	Kristāns Kļaviņš	OK Peko
M16	Kevins Hallon	OK Peko
M18	Andris Sauls	Ornava SK
M20	Kristian Čerņus	OK Peko
M21	Nauris Neimāns	OK Ogrē
M35	Raitis Kudre	OK Peko
M45	Juri Parnik	OK Peko
M55	Rita Mārtiņa	OK Lielvāle
M65	Deivs Ramiņš	OK Ilves



Tänavu talvel peeti suusa-o võistlused nii Eesti kui Läti kõrgeima tippu ümbruses. Munamäe ümbruses toimusid Eestimaa Talimängud ning Gaizinkalnsi juures Euroopa meistrivõistlused jt tiitlvõistlused. Kui lätlaste uhkuse nõlvadel on mäesuusakeskus, siis Munamäe suurema kõrguse tõttu jääksid buranid seal hapnikuvõlga ja radadevõrk tegemata.

„lgav liiv ja tühi väli...“ ehk MK-etapp Uus-Meremaa moodi

ANNIKA RIHMA

Ajaks, mil orienteerujad on hooaja ettevalmistusega alles baasi ladumise juures, oli 2013. aasta kalendrisse, kohe uue aasta algusse, planeeritud maailma karika-etapid Uus Meremaal, kus sai parimatega jala joonele panna ja näidata, mis puust õieti ollakse.

Hooaja algus oli liiga varajane selleks, et keegi võistluseks korralikku ettevalmistust jõudnuks teha, nii et tulemust võis loota vaid vana rasva või loomuliku ande pealt. Etteruttavalt võib aga öelda, et üllatusi hooaja esimene MK-etapp ei pakkunud, küll aga tohutult emotsioone nii oma geograafilise paiknemise kui ka huvitavate maastike ja radade poolest.

Minu teekond teisele poole maakera algas 30ndal detsembril marsruudil Tallinn-Helsinki-London-Singapur-Sydney-Auckland-Wellington. Vahepeal sai õhus vana aasta ära saadetud ja uus aasta vastu võetud, enne kui jalad seda muinasjutumaad puudutasid. Lennukilt maha tulles tervitas mind peale ammuse konkurendi Pireti veel mõnus soojus ja isegi tallinlasele harjumatult tugev tuul. Õhus oli tunda teatud maagi ja usku, et ees ootavad parimad ajad.

Kahjuks aga nii helde saatus minu vastu ei olnud ja juba järgmisel päeval olin tugeva peapöörituse ja kõrge palavikuga voodisse naelutatud. Võisin haigestuda nii reisišokist kui kõhivast kaaslendajast. Ma ei suutnud uskuda, et kõik need ootused, lootused ja võimalused teha üks korralik jooks siin maakera kuklapoolel nii kergelt käest libisevad. Peas karjus mõte, kas tõesti on kõik pingutused asjata? Aga ei, nii kergelt ei olnud ma nõus alla andma!

Ees ootas nädal täis võistlusi, millest 5 starti olid konkreetselt MK jaoks mõeldud: lühirada, sprindi kvalifikatsioon, sprindi finaali, proloog ja jälitusjooks. Need, kellele jäi MK radadest väheks, said vahepeal võistlusvaimu üleval hoida, joostes samal ajal toimuvat 5-päevast *Oceania Carnivali*. Eestist

oli kastaneid tulest välja toomas vaid kaks naisjooksjat: mina ja aastaid Uus-Meremaal elanud Piret Klade.

Uus-Meremaal peeti MK-etappe viimati 1994. aastal, kui meestest suutis võidu koju jätta Alistair Landels. Nagu sellistel puhkudel ikka, ajasid end urust välja ka kohalikud vanamehed, kes end küll võistkonda murdsid, kuid päris võistlustel midagi korda ei saanud. Innustatud Alistari Landelsi kunagisest võidust, lubati ka tänavusteks etappideks hästi valmistuda, kuid Pireti sõnul toimus tegelikkuses siiski vaid paar mitte eriti sisutihedat laagrit.

L a u p ä e v , 5. jaanuar – treeningrada (model event), Waikawa

Esimeseks võistluseks pakuti meile mereäärset Waikawa piirkonda, mis asub põhjasaare lõunaosas, umbes tunni tee kaugusel pealinnast Wellingtonist.

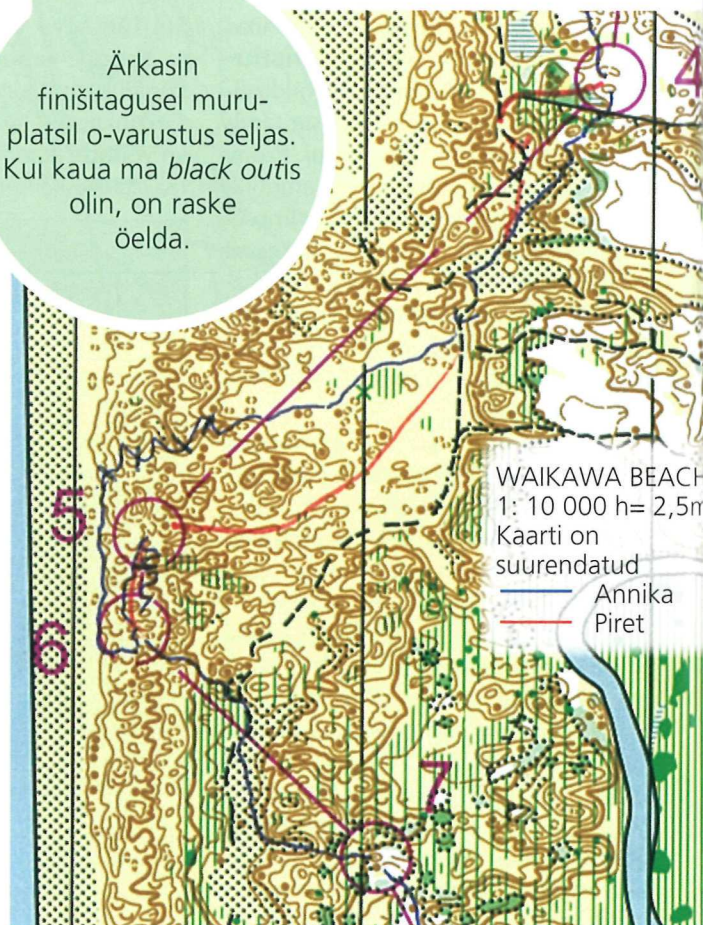
Kohale jõudes ehmatas enamikku eurooplasi ja uusmeremaalasi enastki ümberringi paiknev kõrge heina- ja karjamaa. No

LÜHIRADA, WAIKAWA BEACH

Naised 4,3 km 19 KP			
1.	Helena Jansson	SWE	33.31
2.	Ida Bobach	DEN	34.54
3.	Tatyana Riabkina	RUS	35.21
24.	Piret Klade	EST	43.00
33.	Annika Rihma	EST	47.07

Mehed 5,3 km 25 KP			
1.	Fabian Hertner	SUI	32.58
2.	Johan Runesson	SWE	33.55
3.	Jerker Lysell	SWE	34.31

Ärkasin
finišitagusel muru-
platsil o-varustus seljas.
Kui kaua ma *black outis*
olin, on raske
öelda.



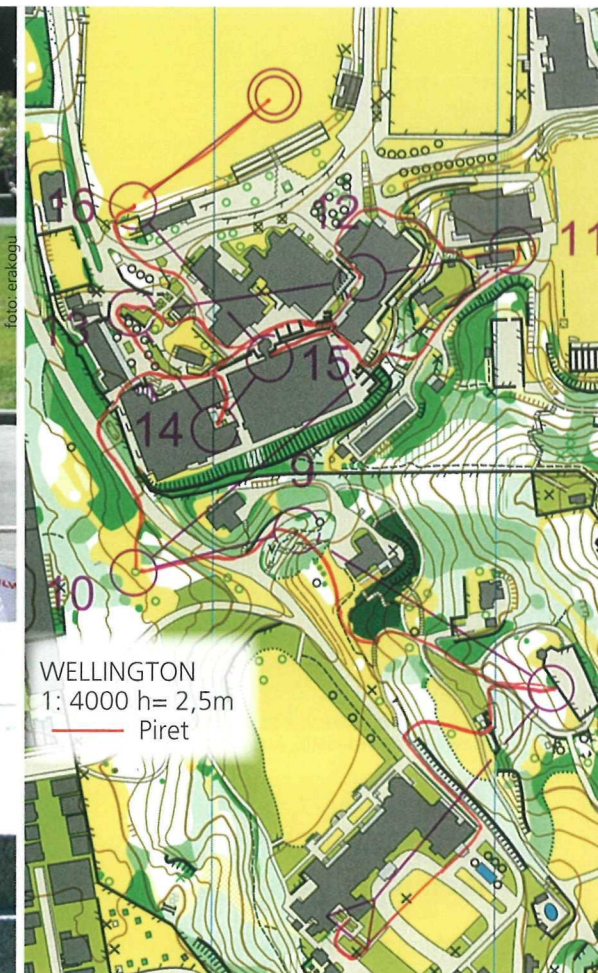
WAIKAWA BEACH
1: 10 000 h= 2,5m
Kaarti on
suurendatud
Annika
Piret

tõesti, hein oli üle naba ja ehmatas täiesti omal kohal. Aga õnneks viis talatud ja lintidega märgistatud teerada (umbes 1 km) üle karjamaa kauguses paistvasse metsatukka, mille taga peitusid kohati peani kõrguva lõikeheina-ga kuldsed liivadüünid, mis vaheldusid männitukkade ja bambusevõsaga. 5x5 cm suurune treeningmaastik tekitas järgmiseks päevaks pigem küsimusi kui andis vastuseid, sest kohati ei sobinud kaart ja maastik kokku ja raske oli kõrgusjoonte järgi välja lugeda, kui sügavaid lohke ja orvandeid liivadüünid tegelikult moodustavad, sest kõik vormid tundusid, vähemalt minu jaoks, mitu korda suuremad, kui kaardipilt seda näitas. Hirmul on suured silmad!

Pühapäev, 6. jaanuar – lühirada, Waikawa Beach

Võistlusnädala avapauk anti Waikawa ranna liivadüünidel, mis töötas põnevat ja tehnilist võistlusrada. Maastik oli halastamatu. Allahindlust ei teinud ka kunagisest maailmameistrirajameister, britt Yvette Baker, kes oli maksimaalselt kasutanud maastiku erinevaid võimalusi, hüpitades jooksjaid männitukkadest liivadüünidele ja tagasi, kus erilist osavust läks vaja kõvasti kinni kasvanud metsakontuuride läbimisel. Selline hüpitamine pani proovile sportlaste suutlikkuse olla kaardiga kontaktis terve raja vältel. Väiksema kontakti kadumine kaardiga tõi kaasa tõsiseid mitmeminutilisi vigu, sest maastiku detailirohkus lihtsalt ei soosinud oma asukoha kiiret määramist kaardil. Ja ega ilmgil ei tahtnud kehvem olla, lauspäike ja +27 °C lagipähe.

Annika: „Suutsin ennast hommikul vaeu voodist välja vedada, gripp oli mind kohalesaabus teise päevast alates voodisse naelutanud. Topeltkogus paratsetamooli ja ikka starti. Ilm oli kuum, ja see ei teinud mu enesetunnet paremaks, pigem vastupidi, palavikuline keha ja päike tekitasid tunde kui praepannil. Kõndisin lihtsalt starti, üritasin vältida igat liiget pingutust – kõik mis mul veel alles oli, tuli panna rajale, ja seda ma tegin. Esimesed KPd möödusid kui palavikulises unes, usaldasin kompassi ja sisetunnet, millest aga ei olnud kasu raja raskematesse, liivadüünide punktidesse suundudes. Täielik möödapanek tuli 5nda KPga, sest olin selleks ajaks juba jõudnud surnud punkti: „Ei jõua, ei taha – tahan ära!“ Õnneks päästsid mu



Sprindi finaali Piret ei pääsenud, ent lohutussuuna näitas ta päeva parimat aega

N21 sprindi lohutussuuna teine ring

liivadüünide merest britt Tessa Hill ja soomlanna Riina Kuuselo, kelle sappa alates 5ndast KPst ennast haakis. Nii läbisin raja reipal tempol kuni 14nda KPni. Siis sai aga minu jõud otsa ja raja läbimine alates 14ndast KPst kuni finišini oli kui unes kõndimine. Hetk, mida mäletan, on see, et ärkasin finišitagusel muruplatsil, endal veel terve o-varustus seljas. Kui kaua ma olin olnud *black outis*, on raske öelda.

Üldiselt jäin oma sooritusega rahule, ainult, et ajaline kaotus esimesele oli kuidagi üle mõistuse suur.“

Piret: „Minu jooks algas hommikul suhteliselt vara, kuna stardijärjekord oli WRE punktide järgi. Varajane start oli tegelikult päris hea, sest päevane temperatuur lubas tulla päris kõrge, ja liivadüünides keset päevakuumust poleks just kõige mugavam olnud! Maastiku keerukus polnud minu jaoks üllatus, olin sarnasel tüübil jooksnud juba kohaliku võistkonna katsevõistlustel. Võistlus läks keskmiselt. Kolm 1-minutilist viga ja veidi kaotust ka teevalikutega. Paar korda jäin ikka korralikult rohelisse metsa, kõrgesse heina ja

SPRINT, WELLINGTON

Naised 3,0 km 16 KP			
1.	Tove Alexandersson	SWE	19.32
2.	Annika Billstam	SWE	19.35
3.	Lizzie Ingham	NZL	19.44
Mehed 3,6 km 19 KP			
1.	Matthias Kiburz	SUI	17.52
2.	Jerker Lysell	SWE	18.27
3.	Matthias Merz	SUI	18.30
Oceania Carnival 3,1 km ja 16 KP			
1.-2.	Piret Klade	EST	21.37
	Linnea Gustafsson	SWE	21.37
3.	Vroni König-Salmi	SUI	22.23

põõsastikku kinni, mille tõttu kaotas tublisti vajalikku aega ja kiirust.“

Rajameister oli eelnevalt prognoosinud, et võidavad need, kes suudavad oma vigu võimalikult minimaliseerida, ja nii läbisid raja kiiremini tuttavad lühirajajooksjad Helena Jansson (Rootsi) and Fabian Hertner (Šveits).

Piret lõpetas tubli 24nda kohaga, kaotus esimesele 9:29 ja mina 33nda kohaga, kaotus 14 min.



Foto: Annika Rühm

Hawke's Bay maastik, kus joosti MK-etapi proloog ja jälitusjooks

Esmaspäev, 7. jaanuar – sprindi kvalifikatsioon, Wellingtoni kesklinn

Atraktiivset Uus-Meremaa pealinna ei saanud ju ometi mängust välja jätta ja nii tõi lühirajale järgnev päev jooksjad Wellingtoni kesklinna, kus parlamendi ümbrus ei pidanud kohalike kommentaaride kohaselt töötama väga keerulist rada, sest tegu pidi olema suurte lihtsate ehitiste, parkimisalade ja muruplatsidega.

Kaart ja rajameister suutsid kõiki siiski korralikult üllatada. Parim viis kvalifikatsiooni iseloomustada on Taani hetke parimat naisjooksjat Ida Bobachi tsiteerides: „Terve raja jooksul tuli olla mõttega hetke etapil, polnud võimalik rada ette lugeda ja see tegi järgmise etapi teevaliku otsustamise keerukaks.“

Minul käis haiguse tõttu füüsiline pingutus üle jõu. Sellest olid tingitud ka mõningad teevalikuvead, mis andsid finišiprotokollis kohaks 44 ja jätsid mind 12 sekundiga finaali ukse taha. Mind see väga ei kurvastanud, sest teadsin, et järgmise päeva pingutuseks poleks mul midagi välja panna.

Pireti keskendumist häiris keskpäevane rahvarohkus ja jalgades püsiv eelmise päeva lühirada. Suurim viga tuli Piretil kaardivahetusega, kus esimese ringi viimasest punktist polnud nähtavat märgistust nurga taga olevasse kaardivahetusse ja kus nii mõnigi

jooksja sattus segadusse. Nii pidi Piret leppima pääsuga lohutusjooksu, kus kõik mittekvalifitseerunud jooksjad said järgmisel päeval õiguse startida *Oceania Carnivali* raames MK-finaaliga samal rajal.

Teisipäev, 8. jaanuar – sprindi finaali, Wellingtoni eeslinn

Sprindi finaali oli kaardil, mida võib-olla mitte kunagi enam ei kasutata: kahe privaatkooli ja kõrge riigihärra eravaldusse jääv ala, kuhu sisenemiseks oli vaja eriluba. Rajameister Bill Edwards suutis kõiki jooksjaid raja ülesehitusega korralikult šokeerida. Palju ületamatuid müüre ja aedu tegid teevaliku keeruliseks ja küsitavaks, sest paljudel juhtudel viis valik kaardil olevast punasest joonest nii palju eemale, et oli raske uskuda, et ühest punktist teise saab tõesti vaid sellise ringiga.

Päev pakkus pinget ja rõõmu, eriti uus-meremaalastele, sest kohalik staar Lizzie Ingham jättis koju tubli pronksise koha.

Piret: „Lohutusjooksu joosta otustasin päris viimasel hetkel. Ikkagi ainulaadne võimalus joosta *Government General House*’i ümbruses, mis tavaliselt on rahvale kinni.“

Võistlus oli tore. Jalad ja pea enam liivas kinni polnud nagu lühirajal. Tee-rajavalikuid oli piisavalt ja tõuse oli piisavalt.“

Laupäev, 12. jaanuar – treening

Hawke's Bay Põhjaosaare idarannikul tervitas jooksjaid tõelise suvise kuumuse, kõrgete mägede ning piirkonnale ja aastaajale omaste pruunide, päikeset kõrbenud karjamaadega, kus lamba- ja veisekasvatuse vaheldub õuna- ja viinamarjaistandustega.

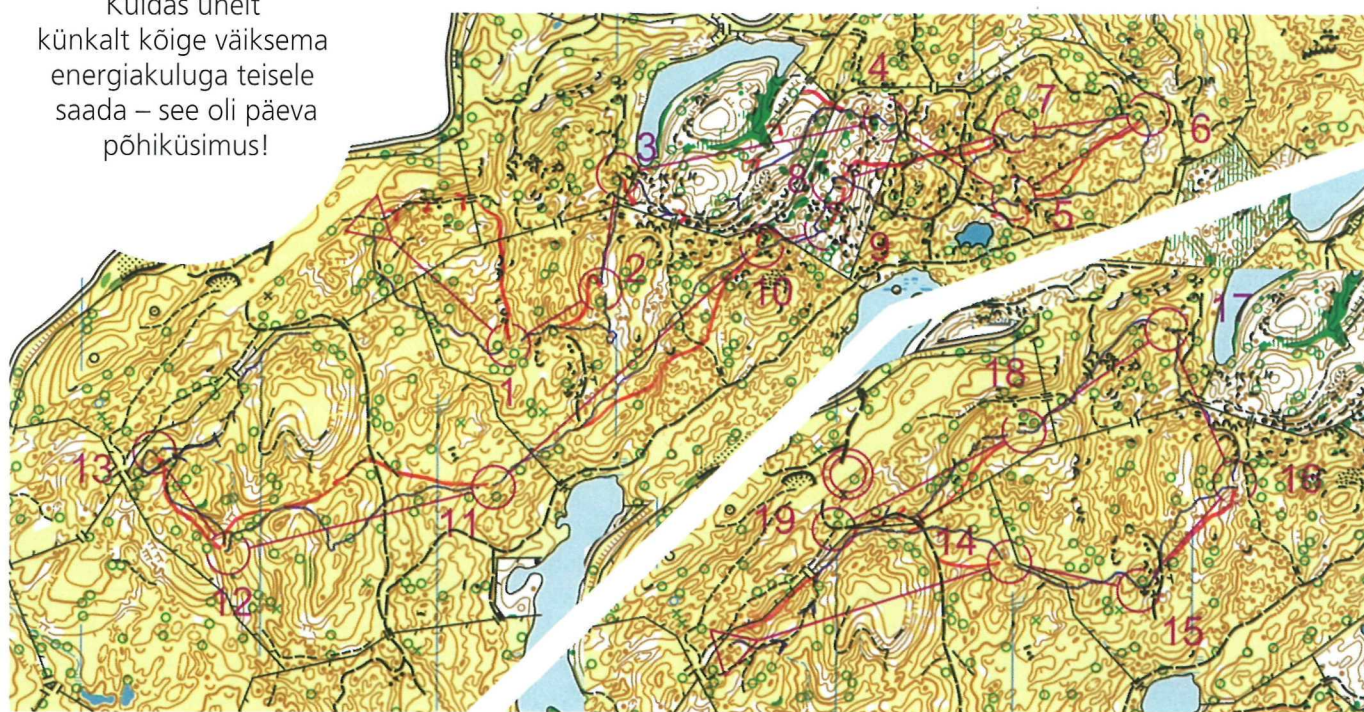
Treeningul ootas meid piirkonnale iseloomulik karjamaa: suurte kõrgustevahega, hästi liigendatud, väga hea nähtavuse ja ülikiire joostavusega kuppelmaastik pakkus maalilist vaatepilti, kuid tegi orienteerumise omamoodi väljakutsuvaks. Maastiku avatus andis hea ülevaate punktide asukohast, aga kuidas ühelt künkalt kõige väiksema energiakuluga teisele saada – see oli päeva põhiküsimus!

Pühapäev, 13. jaanuar – MK proloog ja jälitusjooks, Hawke's Bay

Pärast 4 puhkepäeva pandi MK viimase etapiga, proloogi ja jälitusjooksuga, tõsiselt proovile jooksjate kehaline võimekus. Ees ootasid kaks starti ühel päeval, kus järeleandmisi ei teinud keegi, sest proloogi parimaid ootasid jälitusjooksuks vajalikud boonusekandidid. Jälitusjooks, nagu ikka, nõuab kiirust ja kavalust ja vajadust olla kindlasti esimene, kes finišijoone ületab.



Kuidas ühelt künkalt kõige väiksema energiakuluga teisele saada – see oli päeva põhiküsimus!



HAWKE'S BAY 1: 10 000, h= 5m — Annika — Piret

Proloog

Juba hommikul vara tervitas meid järjekordne päikesepaiste ja kuumus, mis kogus iga minutiga aina hoogu, muutes avatud karjamaad põrgulikeks kõrbeteks.

Jooksjatele mõeldud varjualused olid vägagi populaarsed ja niisama vabal tahtel sealt keegi ei lahkunud. Oli näha, et soojendusega oodati viimase hetkeni, et teha siis lühike aga kiire lahtijooks. Energia kokkuhoid oli võiduka jooksu aluseks.

Annika: „Üritasin sellel päeval olla sportlikum ja teha enne starti ka paar jooksusammu, mida eelmistel päevadel energia kokkuhoiuks vältisin. Ilm oli liigagi palav ja lõpuks ja pärast 5 min soojendust sajameetrisel teeotsal, piirdusin ikkagi kõigest varjus venitamisega. Enesetunne oli kehv nagunii, haigusest polnud ma jagu saanud, nii jäi üle loota imet, mida aga ei tulnud.

Starditi kahekaupa, mees- ja naisjooksjad vaheldumisi. Mina ja Piret treenerite koosolekul ei käinud, seega

ei osanud oodata-arvata, kuidas näeb välja raja ülesehitus. Sattusin kaarti kätte võttes kohe segadusse: kuhu ma jooksma pean, sest juba esimese KP-ga liblikasse suundmine võttis võimaluse sisse elada. Seega pidin võtma aega seisatusteks, et kindlaks teha, kus on kaardil järgmine KP. Naisi oli rajal juba piisavalt palju ja nii sain ka mina oma esimese liblika joostud koos norraka Tone Wigemyri ja šveitslase Judith Wyderiga. Kõvad jooksjad, kes ei jooksnud veatult, aga vähemalt tempo

oli hea. Teise liblikatiiva pidin raja erinevuse tõttu kahjuks omapead läbima, see sujus küll vigadeta. Kiire tempo ja kuumus rabasid mind jalust raja lõpuosas, kus suutsin väga lihtsa 15nda KPga kaotada tublid minutid ja lõpetada 34. kohaga.“

Piret: „Minu jooks algas huvitavalt. Nimelt, enne starti viidi kogemata minu kott koos orienteerumisvarustusega stardikarantiinist finišisse ära. Arvasin juba, et pean startima ilma kompassi ja SI-pulgata. Õnneks sain mõlemad kohalikest laenata! Ülejäänud võistlus läks suhteliselt hästi ja sain 24. koha.“

Jälitusjooks

Jälitusjooksuks pakuti sama maastiku idaosa, kuid rada oli proloogist tunduvalt tehnilisem ja füüsiliselt nõudlikum. Seda nii suuremate vormide kui ka asjaolu tõttu, et ees jooksivad võistlejad tuli püüda üle joosta.

Annika: „Jälitusjooksu vastu pole mul kunagi midagi olnud, minu meelest on see põnev, sest lisaks orienteerumisoskusele tuleb samal ajal kasutada ka oma krossijooksuvõimeid. Paljud jooksjad kommenteerisid, et oli

hea treening teatejooksuks, kus iga sinust eespool olev sportlane oli sihtmärk omaette. Need orienteerujad, kelle närv ei pidanud grupijooksus vastu, põrusid. Selline ebaõnn tabas ka mind, sest ma

ei suutnud raja alguses rahulikult oma viiepealise grupi tagaotsas istuda, mis oleks mind tublisti ettepoole tõstnud. Mina aga võtsin juba 3ndas KPs ohjad enda kätte. Üllataval kombel oli minu kiirus teistest grupikaaslastest üle. Karistatud sain 6ndas KPs, kus ma ei kontrollinud korralikult suunda ja pidin nägema, kuidas mu endine grupp ilma minuta sirgjooneliselt KP poole liigub. See mind veel ei morjendanud, olin peagi jälle grupi ees oma jooksu tegemas. Saatuslikuks sai valik 8ndasse, liigne kaar maksis mulle kätte ja grupp möödus minust. Edasi algas vaid jälitusjooks: nägin selgi kaugel ees ja neljanda käigu lisamine otseminekutel pigistas mu tühjaks kui sidruni. „Sein“ tabas mind 13nda, kaardivahetuse KP

Silme ees oli must, sest oli vaja seljatada mind kinni püüdnud tagantstartijad, ja seda kõike sai teha vaid enda survestamisega.

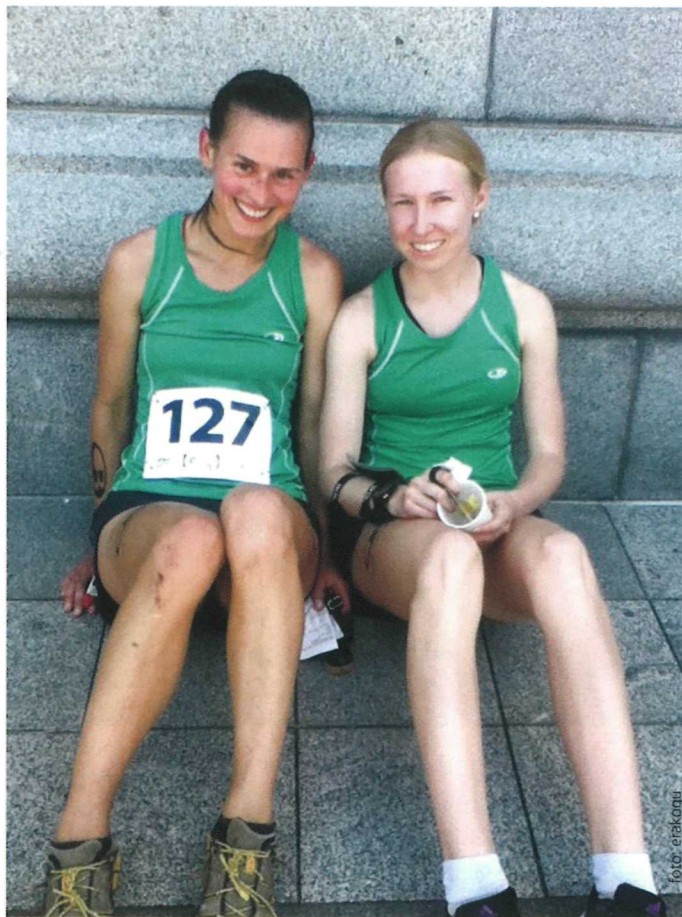
juures, kus kaotas kontrolli orienteerumise üle. Jooksin enne punkti oleval teel edasi-tagasi ega saanud aru, kus see KP asub. Lõpuks, saanud kätte vajaliku teise kaardi, meenub raja viimasest osast vaid hambad ristic surumine ja lihtsalt oma instinktide usaldamine, et liigun õiges suunas. Silme ees oli must, sest oli vaja seljatada mind kinni püüdnud tagantstartijad. Seda kõike sai teha vaid enda survestamisega. Õnneks ei vedanud orienteerumisinstant

mind alt ja rohkem kohti ma ei langenud.“

Piret: „Pärastlõunaseks jälitusjooksuks valmistumisel ei olnud lähedalasuvas jões jahutamisest stardi alguseks enam palju kasu. Kuumus oli ikka korralik! Jooks iseenesest oli tore. Krossijooksu vastu mul ka väga midagi pole... Kui ainult veidi jahedam oleks olnud, oleks jõudnud ka kuidagi kaarti lugeda. Koht oli 22.“

Olles kord juba nii kaugele tulnud, otsustasin pärast võistlusi jääda Uus-Meremaale, et siinses suves korralikult treenides talv mööda saata. Tänavusel hooajal on minu eesmärk nii jooksu- kui orienteerumisvõistlused, peaesmärk Taiwanis toimuvate Maailma Mängude (*World Games*) o-võistlused. Piret sooviks koondist esindada ka muudel võistlustel, kuid paraku on Uus-Meremaalt Euroopasse tulek sama kulukas ja aeganõudev kui vastupidi reisimisel.

Piret ja Annika tänavad toetuse eest meriinovillast spordiriiete tootjat Icebreakerit, kes aitab neil leida kohalikesse oludesse sobiva varustuse.



Piret ja Annika sprindi kvalifikatsiooni finišis

PROLOOG, HAWKE'S BAY

Naised			
1.	Tove Alexandersson	SWE	24.37
2.	Minna Kauppi	FIN	24.45
3.	Anne-Margrethe Hausken Nordberg	NOR	26.03
24.	Piret Klade	EST	29.24
34.	Annika Rihma	EST	31.46

Mehed			
1.	Peter Öberg	SWE	25.15
2.	Fabian Hertner	SUI	25.16
3.	Olav Lundanes	NOR	25.23

JÄLITUSJOOKS, HAWKE'S BAY

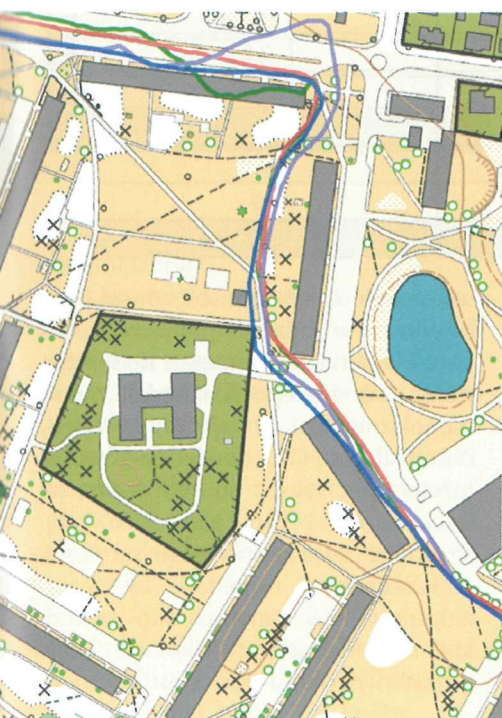
Naised 4,7 km 19 KP			
1.	Tove Alexandersson	SWE	37.09
2.	Anne-Margrethe Hausken Nordberg	NOR	38.32
3.	Minna Kauppi	FIN	38.52
22.	Piret Klade	EST	46.46
33.	Annika Rihma	EST	55.53

Mehed 6,1 km 26 KP			
1.	Jerker Lysell	SWE	40.33
2.	Olav Lundanes	NOR	40.38
3.	Peter Öberg	SWE	41.14

Millist GPS-spordikella soetada?

MAREK KARM

GPS-spordikellade testiga võrreldakse erinevate firmade toodangut ning sama tootja erinevasse hinnaklassi kuuluvaid GPS-spordikelli. Testi põhieesmärk on hinnata salvestatava asukohainformatsiooni täpsust ning erinevusi. Lisaks uuritakse ka lihtsa GPS-salvestaja andmeid. Testis hinnatakse ka toodete üldist muljet: disaini, kasutamismugavust, eripära jm. Toodete hindamine on testija subjektiivne arvamus ning see ei pruugi ühida lugejate arvamusega, kuid testija püüdis olla testimisel objektiivne ning läheneda asukohaandmete testimisele teaduslikult. Testitavad seadmed on: Suunto Ambit HR, Polar RC3 GPS, Garmin Forerunner 910XT, Garmin Forerunner 610, Garmin Forerunner 210XT ja GPS-salvestaja i-gotU GT-120. Loetletud mudelid ei olnud testija varem kasutanud, v.a GPS-salvestaja.



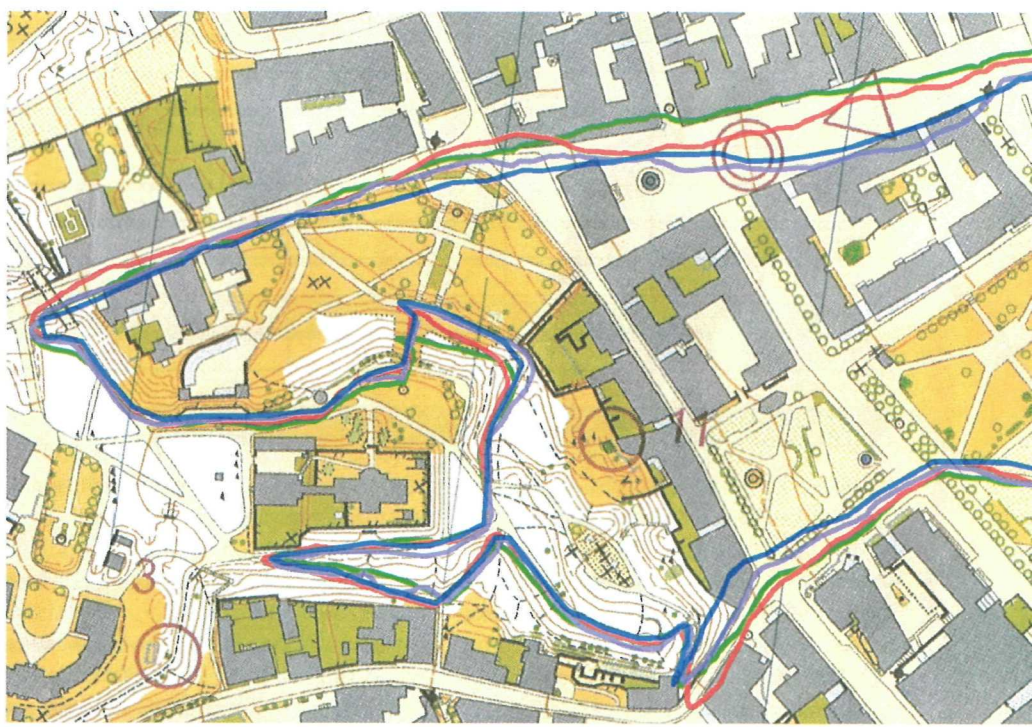
Joonis 1. Kõrghoonestusega ala

Teekonna salvestamise test

Viie GPS-pulsikella ning GPS-salvestaja asukohaandmete täpsust ning omavahelisi erinevusi testiti käesoleva aasta 22. märtsi pärastlõunasel ajal päikesepaistelise ilmaga. Testija planeeris teekonna Tartu linnas, et panna seadmed proovile erinevas keskkonnas, nagu kõrghoonestusega elurajoon, avatud lage ala, tihedamapoolse alustaimestikuga mets ja linnapark kõrgustevahega kuni 25 m. Et tagada objektiivne testitulemus, lülitati seadmed viimast korda sisse 17 tundi enne testi läbiviimist. Uuritavad parameetrid olid: **GPS-signaali fikseerimise kiirus, mõõdetud teekonna kogupik-**




kus, teekonna trajektoori erinevused ja kõikumised ning tõusumetriite summa. GPS-signaali fikseerimise kiirust testiti kahel korral. Esimene kord oli n-ö külm käivitus, millele järgnes 5 minuti jooksul soe käivitus. Sooja käivituse puhul saab seade GPS-signaalide kinnipüüdmisega kiiremini hakkama, sest külma käivituse jooksul saadi informatsiooni GPS-satelliitide asukohade kohta. Käivitamise test viidi läbi Puiestee ja Raatuse tn ristmikul, kus oli nähtavus taevaalaotusele keskmine.

Kellade käivitamise testis olid kiiremad Polari ja Suunto seadmed, võrreldes Garmin'i seadmetega. GPS-salvestajal i-gotU oli aga külm käivitus aeglaseim, soe käivitus seevastu



Joonis 2. Tartu Toomemägi

- Garmin Forerunner 210
- Garmin Forerunner 910XT
- Polar RC3 GPS
- i-gotU GT-120

fotod: google.com			
modell	Suunto Ambit HR	Polar RC3 GPS	Garmin Forerunner 910XT
kirjeldus	Toote pluss on pikk tööiga – matkates 50 tundi või treenides 15 tundi. Kiiruse mõõtmine on väga tundlik ning seade mõõdab ka kiirendust. Vertikaalset kiirust mõõdetakse baromeetrilise altimeetriga, mistahes asendis suuna jälgimise tagab 3D kompass. Lisaks saab uurida ka ilmastikuandmeid – õhurõhku ja -temperatuuri. Andmevahetus arvutiga on juhtmevaba. Komplektile saab juurde lisada ratta- ja jooksuanduri, sobib ka ujumistreeningute salvestamiseks (veekindlus 100 m sügavuseni).	See on esimene Polari firma täielikult integreeritud GPS-ga spordikell jooksu- ja rattaanduri lisamise võimalusega. Andmevahetus arvutiga ning laadimine käib mikro-USB-juhtmega. Aku kestab 12 tundi koos GPS-ga ning 11 päeva, kui 1 tund päevas treenida GPS-ga. Lisaks pulsisageduse mõõtmisele arvutab kell veel väga palju erinevaid näitajaid südame töö kohta (treeningu efektiivsus, taastumine jne).	Ideaalne spordikell triatlonistile või multisportlasele, sest sportimise ajal on võimalik määrata liikumisviisi (rattaanduri lisamise võimalus). Kell on veekindel kuni 50 m sügavuseni ning annab lisaks tavaparastele asukoha- ja südame tööandmetele ka detailset infot ujumise kohta (nt käetõmbe ulatus). Kellal on baromeetriline altimeeter ning vibra-alarm. Aku kestvus on 20 tundi mistahes kasutusintensiivsuses, mistõttu ei ole sobilik igapäevaseks kasutamiseks.
hind Palmtekis	449,00 €	249,00 €	399,00 €
kaal	78 g	58 g	72 g
aku kestvus ja laadimine	treenides 15 tundi, matkates 50 tundi, käekellana 30 päeva; laadimine USB-ga	12 tundi koos GPS-ga, 11 päeva kui 1 tund päevas treenida GPS-ga; laadimine USB-ga	20 tundi mistahes režiimil; laadimine USB-ga või kontaktvõrgust
veekindlus	100 m	IPX7	50 m
GPS fikseerimine	28" / 11"	24" / 7"	48" / 24"
testjooksu pikkus	12,20 km	12,29 km	12,50 km
testjooksu tõusmeetrid	103 m	andmetes oli tõrge	147 m
hinne_hind	2	4	3
hinne_funktsioonid	5	4	5
hinne_disain	4	3	3,5
hinne_aku	5	4	4
hinne_kasutamine	4	4,5	4
hinne_GPSfikseerimine	5	5	3,5
hinne_GPStäpsus	7	7,5	9
hinne_SUMMA	32	32	32

kiireim. GPS-trajektooride võrdlemisel olid samuti Suunto ja Polari seadmete salvestatud trajektooriid omavahel sarnased ning erinesid Garmini seadmetest. Kõnealust tulemust võis ilmselt mõjutada, kummas käes kell oli (Garmini kellad olid paremas käes ning teised vasakus käes). Kui aga võrrelda seadmetega mõõdetud distantse ja tõusude summat, võib järeldada, et Garmini seadmed on veidi tundlikumad ning mudelite omavahelised erinevused väiksemad. Polari ja Suunto seadmed näitasid distantse pikkust

veidi väiksemana kui Garmin. Suunto kell näitas teistest ka tõusude summat väiksemana. Kahjuks ei andnud tarkvara Polari kella andmeid tõusumeetrite kohta.

Kõrgete hoonete läheduses (joonis 1) seadmete trajektooriid kõikusid, seda eelkõige siis, kui liikusin hoonest põhjapool. Garmin Forerunner 910XT ning GPS-salvestaja trajektooriid löid ühe hoone juures kõige enam kõikumise. Mõõdumine hoonest lääne- või kirdepoolt märkimisväärseid kõikumisi ei põhjustanud. Üldiselt aga tuleb mee-

les pidada, et kõikumised võivad alati olla hoonete ümbruses juhuslikud, siiski tasub vältida kõrgematest hoonetest põhja- või kirdepoolt lähedalt möödajooksmist, kui on vaja mõõta täpset distantse, sest GPS-satelliitide tihedus taevas on tavaliselt suurem lõuna ja edela suunas. Lagedal alal olid kõikide seadmete trajektooriid väga sarnased ja kõikumisi ei esinenud. Tihedama alustaimestikuga metsas olid samuti kõikide seadmete trajektooriid väga sarnased ja olulisi kõikumisi ei olnud

foto: google.com			
mudel	Garmin Forerunner 610	Garmin Forerunner 210	i-gotU GT-120
	See GPS-pulsikell on puute-tundliku ekraaniga, mis lihtsustab menüüs liikumist ka vihmase ilmaga ja kinnastega. Andmevahetus arvutiga on juhtmevaba. Saab lisada ka jooksu- ja rattaanduri suurema hulga andmete kogumiseks. Kell on mõeldud nõudlikule jooksusõbrale: arvutab treeningu efekti mitme näitaja põhjal ning aitab treeningut motiveerida virtuaalse treeningupartneriga.	Vähesemate võimalustega lihtsam GPS-kell on varustatud siiski kõrgklassi tundliku GPS-vastuvõtjaga. Kella kaal on ka testi kelladest väiksem – 52 g, samuti on hind madalaim. Kell võimaldab mõõta ajavahemike kaupa jooksutempot. See on sobilik GPS-pulsikell harrastajale, kellele on tähtis asjade lihtsus.	Tegu on läbitava teekonna salvestamiseks mõeldud eraldiseisiva seadmega, mida saab kummist ümbrisega kinnitada tavalise käekella külge. Seadet on lihtne kasutada, sest sellel on ainult üks nupp. Treeningu ajal on võimalik salvestada kokku 65 000 teekonnapunkti vaid nupuvajutustega. Eeldatav tööperiood on 8 tundi.
hind Palmtekis	319,00 €	207,00 €	49,90 €
kaal	72 g	52 g	20 g
aku kestvus ja laadimine	8 tundi treeningrežiimil; laadimine USB-ga või kontaktvõrgust	8 tundi treeningrežiimil, 3 nädalat säästurežiimil; laadimine USB-ga või kontaktvõrgust	8 tundi salvestusrežiimil; laadimine USB-ga
veekindlus	IPX7	IPX7	IPX7
GPS fikseerimine	44" / 36"	1'02" / 40"	1:09 " / 4"
testjooksu pikkus	12,50 km	12,49 km	12,34 km
testjooksu tõusumeetrid	144 m	156 m	ebausaldusväärne
hinne_hind	3,5	5	5
hinne_funktsioonid	4	2,5	1
hinne_disain	5	4	2,5
hinne_aku	3	3	3
hinne_kasutamine	4	4	5
hinne_GPSfikseerimine	3,5	2,5	3,5
hinne_GPStäpsus	9	8,5	5,5
hinne_SUMMA	32	29,5	25,5

ühelgi seadmel, mis oli testija jaoks veidi üllatuslik.

Liikudes Toomemäel (joonis 2), kus kõrgustevahed on suuremad ja nõlvad järsemad, esines üsna sarnane situatsioon, nagu kõrgete hoonete vahel. Liikudes mööda nõlva põhja- või idajalamil, esines seadmete salvestatud trajektoories erinevusi. Toomemäe piirkonnas olid ebatäpsemad Suunto ja Polari seadmed ning eriti GPS-salvestaja. Üllatav oli Tartu Raekojast Kaarsilla poole jääv teelõik, mille puhul seadmed millegipärast näitasid üsna erinevaid trajektoore, siin oli eksimus veidi suurem Garmini seadmel.

Kokkuvõte

Kirjeldatud testis käsitletud 5 GPS-pulsikella mõõdetud trajektoorid olid kokkuvõttes üsna sarnased. Suunto ja Polari seadmetel oli trajektoori kõikumisi veidi rohkem. Suunto kell näitas tõusumeetrid vähem kui kõik Garmini kellad. Oma muude omaduste poolest olid kellad küll erinevad, kuid testi subjektiivne osa ning GPS-andmete analüüs andsid neljale GPS-pulsikellale kokku sama arv punkte. Odavama hinnaklassi Garmin Forerunner 210 sai veidi vähem punkte. GPS-salvestaja oma odavuse ja lihtsusega kogus kõige vähem punkte, kuigi testija on oma

mitmeaastase GPS-salvestaja kasutamise kogemusega üsna rahul. Kui aga valida endale sobivat GPS-spordikella, siis tasub pigem lähtuda seadme omadustest ja hinnaklassist, sest seadmed mõõdavad teekondi üsna sarnaselt. Testi võitjat otseselt välja tuua ei saa. Hinna ning mõistliku hulga funktsioonide suhtega tõstaks esile mudelid Garmin Forerunner 610 ja Polar RC3.

Ajakiri Orienteeruja tänab Palmtek Kaubandus OÜ-d ja Arbo Raed seadmete testiks kasutada andmise eest!

Anita Liepina on tuntud Läti käija, kes on osalenud mitmetel olümpiamängudel. Parim saavutus on 1997. aasta MMi 10. koht 10 km käimises. 1997. aasta algusest hakkas ta rohkem tegelema maratonijooksu, ultrajooksu ja rogainiga. Ta on võitnud rogaini MM-tiitli XO klassis aastatel 2002 ja 2006.

Valters Kaminskis on orienteerumisega tegelenud hobi korras alates 18ndast eluaastast ja võitnud hulgaliselt auhindu Läti orienteerumisvõistlustelt erinevates vanuseklassides. Alates aastast 2004 pühendas ta järgnevad neli aastat rohkem seiklusspordile ja osales paljudel kuni 36-tunnistel Läti ja Baltikumi seiklusspordivõistlustel. Rogainiga alustas ta 2006 ja sellest on saanud lemmikala tänaseni. Võitnud Läti meistrivõistlused MO klassis 2009 ja 2012, saavutanud XO klassis 3. koha nii Karula MMil 2008, kui Uus-Meremaal 2010.



Foto: www.thewildboar.org

PARIMATE SEGAVÕISTKONDADE olematu duell rogaini EMil Hispaanias

Suuroosikutest segavõistkonnad, rogainimaailmas ja meil hästituntud lätlased Valters Kaminskis ja Anita Liepina ning orienteerumis- ja seiklusspordimaailma tegija soomlane Petri Forsman koos kaaslane Henrika Malmströmiga, ei teadnud teineteisest enne võistlust suurt midagi. Ometi kujunes nende omavaheline 24-tunnine heitlus põnevaks just pealtvaatajaile ja kaasaelajaile, kes jälgisid GPS-trajektoore läbi interneti (<http://sportrec.navi-rec.com>). Üheks olulisemaks näitajaks jälgimise juures oli läbitud vahemaa, mis oli soomlastel üle 10 km pikem kui lätlastel, ometi tulid võitjaks viimased. Küsimustele vastavad ja oma mõtteid ettevalmistusest, eesmärkidest ja sooritusest rajal jagavad **Petri Forsman ning Valters Kaminskis**.

KÜSIS EDUARD PUKKONEN

PETRI FORSMAN JA HENRIKA MALMSTRÖM

Millise eesmärgiga läksite EMile? Kas valmistusite selleks kuidagi spetsiaalselt?

See oli meie esimene 24-tunnine rogain. Tegime 3 nädalat varem Soomes 8-tunnise võistluse, olen veel osalenud 1- ja 2-tunnistel võistlustel.

Meie jaoks oli EM hea trennimisvõimalus joosta lumeta pinnasel. Võistluse jaoks plaanisime jaanuaris ja

veebruaris tavalisest rohkem joosta ja teha viimasel kuul iga nädal ühe mäetreeningu. Kokkuvõttes ei teinud ühtegi, sest ligi 1,5 aastat mind vaevanud achilleuse kõõlusele pandi detsembri keskel kortisoonimähis. Ja kui see ravi lõppes, haigestusin bronhiiti, mis tõi



Petri Forsman: 1998. aastani oli tema peamiseks alaks orienteerumine ja ta kuulus ka Soome koondisse. Parimateks tulemusteks on Jukola ja Tiomila võidud, Soome MV kullad ja MMi pronks. Viimased 15 aastat on tegelenud aktiivsemalt seiklusspordiga ja saavutanud MMil 1., 2. ja 4. koha, lisaks 3 EMI kulda, rääkimata mitmetest rahvusvaheliste võistluste poodiumikohtadest, sealhulgas näiteks eelmisel sügisel saavutatud Wulong Mountain Questi 2. koht.

Henrika Malmström: tegelenud tõsisemalt mitmete sõjaväeliste ja kestvusspordi aladega. Eelmisel aastal läbis triatloni pikka distantsi ajaga 9:56.

neli nädalat totaalset puhkust. Seetõttu oli treeninguga probleeme ja tulemuseks olid kanged jalad juba 8ndal tunnil.

Kuidas sujus koostöö? Kas tundsite üksteise tugevaid ja nõrku külgi hästi sellise pika võistluse eel?

Mina hoolitsesin eelkõige orienteerumise eest, Henkka vaidlustas aegajalt mõningaid otsuseid, mis ju ongi naisterahva roll. Tema ülesandeks oli ka positiivse meeleolu hoidmine ning väsimusest ja vigadest tekkiva negatiivse emotsiooni neutraliseerimine. Tundsite üksteise tugevaid külgi hästi, sest eelmisel aastal osalesime sageli koos seiklusspordivõistlustel.

Keda pidasite oma põhilisteks rivaalideks ja mida neist enne võistlust teadsite?

Teadsime, et Tölkö ja Olivar on kõva paar, kes tõenäoliselt võidaksid,

kui vigastust või üllatuslikku väsimust ei teki. Detsembrikuu Gran Canaria rogaini põhjal teadsime, et Lätist on tulemas üks tugev segapaar, kuid nende nimesid endale selgeks ei teinud. Arvasime, et oleme võimelised võistlema esikolmiku kohtadele ka meesteklassis.

Mida arvate, kas teie rajaplaneering oli optimaalne või leidsite võistluse ajal paremaid lahendusi?

Maastik oli selline, et juba enne võistlust tegime põhikaardi pealt otsuse tulla võistluskeskusest läbi. Esimene 6,5-tunnine ring oli suurepärase ja tõenäoliselt kordaksime seda uuesti. Tagantjärele analüüsid: lõpuosa ei õnnestunud. Oleks võinud tulla isegi teist korda keskusesse.

Milliseid üllatusi pakkus maastik, seda nii positiivses kui negatiivses mõttes? Kas maastiku tõttu pidite rajal esialgsetesse

plaanidesse sisse viima korrektsioone?

Okkaliste põõsaste tõttu olime sunnitud tegema väga palju teevaliku muudatusi, jalgradade kasutamise tõttu tuli kokku ca 5 lisakilomeetrit. Seega oleksime pidanud võtma punkte teises järjestuses ja võtma ka neid, mis jäid vahele (nt lõunapoolsel mäel).

Kui palju varustust (lampe, riideid, toitu jm) kaasas kandsite ja kas see oli piisav nendes oludes?

Esimesele ringile läksime kerge varustusega. Kaasas oli vaid 6 geeli, üks otsmikulamp ja hädavajalikud riided. Henkkal oli kotis väike tagavaralamp juhuks, kui me poleks jõudnud vahetuslasele enne pimedust. Jooki oli mõlemal ca 1,7 liitrit. Ligikaudu tund aega enne keskusesse tulekut võtsime joogipunkti lisaks veel ühe liitri.

Võistluskeskusest pidime kaasavõtma üsna palju varustust ja muidugi kogu toidu võistluse lõpuni. Tagant-

järele tarkusena võtaks nüüd rohkem soolasemat toitu, näiteks salaamivorsti, seal oli kaasas liiga palju magusat, sealhulgas geele.

Millised olid raskemad hetked rajal? Kas te olite piisavalt motiveeritud parima tulemuse saavutamiseks?

Minul hakkasid kahel viimasel tunnil reielihased väsima. Olin eelnevatel öödel halvasti maganud ja tukastasin

öösel mitmeid kordi, mida tavaliselt ei juhtu kunagi võistluse esimesel ööl. Henrikal olid ootamatud probleemid reie esikülje lihasvalu tõttu, mis algas umbes 10ndal tunnil. Seejärel muutus meie liikumine põõsastes ja teistes rasketes kohtades aeglasemaks. Henkka võitles ja palju ei kurtunud, tegelikult ei kurtunud üldse. Olime valmis selleks, et suuta viimased 5 tundi võistelda võimalikult hästi. Võitlesime nüüdki, ehkki jalavalude tõttu langes tempo üsna kehvaks. Tegime lõpus ka arvestusvea, kui uskusime, et suudame ära võtta ka KP80. Kuna võtsime KP71, siis KP80sse

enam ei jõudnud. Lõpuosa parim teevalik oleks olnud 70-51-90-80-32-40-31, mis andnuks 39 punkti ja võidu. Nüüd saime 31 punkti. Parema teevaliku tegemiseks oli meie liikumiskiiruse juures piisavalt aega, seega kaotasime võistluse viimasel kahel tunnil.

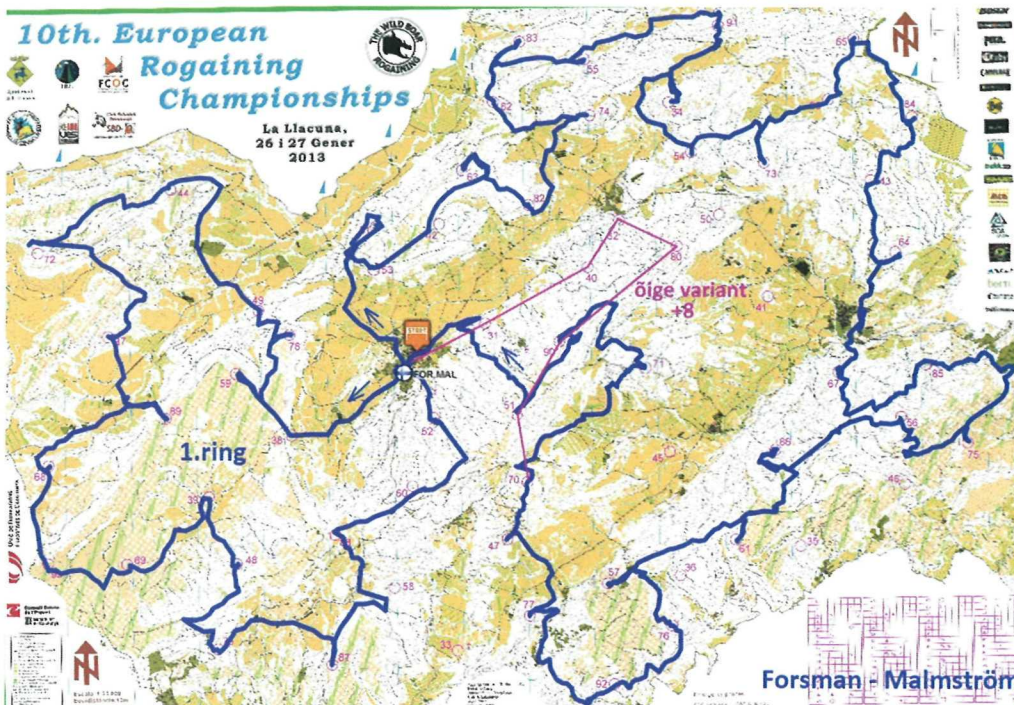
GPS näitas, et Forsman-Malmström läbisid ca 10 km rohkem kui Kaminskis-Liepina. Mis võis olla otsustav selles võistluses, kas oskuslik rajaplaneering, vigadeta orienteerumine, jooksukiirus, mõned taktikalised nüansid või hoopis miski muu?

Arvatavasti pikenes meie distants 5 km võrra põõsaste tõttu tehtud teevalikumuudatustes. Muidu oleks liikumiskiirusest piisanud ka meestele väljakutse esitamiseks. Uskusime, et suudame läbida rohkem kui teised võistlejad, sest alguskilomeetrid tulid nobedasti.

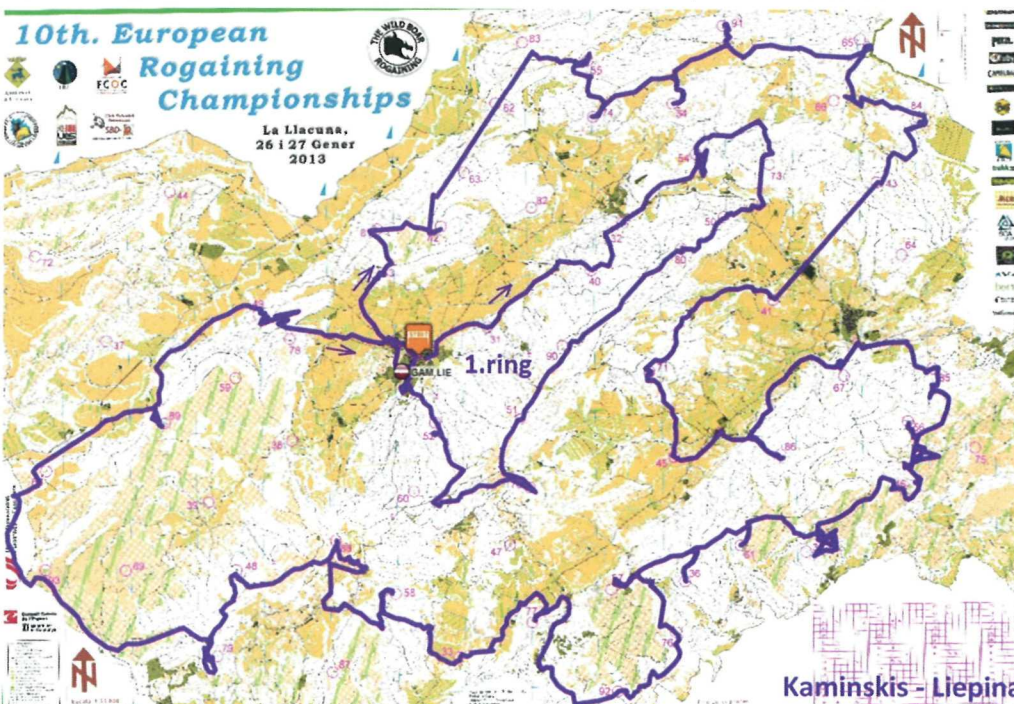
Rogaini MM on sel aastal Venemaal ja järgmisel aastal USA-s. Kas kavatsete neist osa võtta. Ja kui lähete, siis millise eesmärgiga?

Olen seda spordiala pidanud teiseks tobedaks kestvusalaks ultrajooksu kõrval. Ei tea, kas osaleme, aga kui läheme, siis saab eesmärgiks olla ainult võit. Seda ala harrastatakse kas meeldiva liikumisharrastusena või siis tõsiselt. Vahepealset varianti ei ole, nii vahva see rogain ka ei ole.

(Märkus: Intervjuu valmistamise ajaks olid nad end selle aasta Venemaa MMile kirja pannud.)



Rajaplaneeringu ülevaated. Üleval Forsman - Malmström, all Kaminskis - Liepina. Kaarte on vähendatud.



VALTERS KAMINSKIS JA ANITA LIEPINA

Meie võistkond sai kokku 2009. aasta sügisel, kui registreerisime end TAOK rogainile. Enne tänavusi võistlusi olime mõlemad teinud 24-tunnist rogaini 13 korda, nendest kuus korda koos. Kui registreerisime end ERC2013-le, siis võtsime eesmärgiks oma võimetele vastava soorituse, sest Anita on jätkuvalt taastumas 2012. aasta suvel saadud haigusest (borrelioosist), mistõttu pole saanud ka regulaarselt treenida. Suuresti aitasid tulemuse saavutamisele kaasa osalemised erinevatel rogainidel: TAOK rogain oktoobris, Stockholmi rogain novembris ja 12-tunnine 2. Gran Canaria rogain detsembris, kuu enne EMI. Nende võistlustega saime testida oma võimeid ning paika panna taktika. Muidu tegeles Anita põhiliselt fitness-treeninguga ja mina 1,5-tunniste jooksudega umbes 2 korda nädalas.

Me oleme hästi kokku töötanud paar ja teadlikud nii teineteise tugevustest kui nõrkustest. Minu põhiline ülesanne oli rajaplaneerimine ja orienteerumine, Anita toetas ja osales rajal

oluliste otsuste tegemisel. Võistkonna peamine tugevus seisnes vastupidavuses ja lõpuni võitlemises. Anita ütleb alati, et madal kiirus on ka kiirus.

Enne võistlust polnud meil ülevaadet konkurentidest. Teadsime, et kohal on mitmeid võistkondi, kes suudavad meiega kas võrdselt või paremini liikuda, ja seda, et kõik otsustatakse siiski personaalse sooritusega.

Oli üsna lihtne joonistada valitud strateegia järgi rada, kus põhilikumissuunad läksid piki ahelikke. Planeeritud (linnulennulise) raja pikkus tuli ca 95 km, mis sobis meie eesmärkidega ja mida oleks saanud lõpus korrigeerida.

Planeeritud raja teostasime 90%, muudatusi olime sunnitud sisse viima pimedal ajal tehtud vigade tõttu, mille põhjustasid ebaselged kaardiobjektid. Korduvalt tuli plaanitud otseminekute asemel teha suuri ringe mööda teeradu. Me nautisime kergete seljakottidega esimest ringi, sellega hoidsime võistluse alguses energiat kokku. Olid üksikud nõrkusehetked koos unisusega, kuid saime sellest üle. Ilm oli meeldivalt stabiilne ja kuiv. Vastavalt planeeringule oli meil viimane osa

valdavalt allamäge ja väärtuslike punktidega. Kahjuks ei läinud me võtma lõpus veel KP37, mis oleks andnud üldarvestuses 4. koha. Lihtsalt kartsiime ajahätta jäämist.

Aeg-ajalt sunnib vaim meid rohkemaks, kui füüsilised võimed lubaksid.

Ma imetlesin Anita võimet lõpuni võidelda ja raskustega hakkama saada, sest tema viimase kuue kuu treeningud olid üsna lünklikud. Aeg-ajalt sunnib vaim meid rohkemaks, kui füüsilised võimed lubaksid.

Meie plaanidesse jääb osalemine selle aasta Venemaa MMil. Esimene eesmärk on Anita tervise taastamine ja regulaarse treeninguga alustamine. Järgmistest võistlustest osavõtt sõltub suuresti ka rahalise toetuse leidmisest. Kõikide võistluse eesmärk on ühelt poolt naudingut saada osalemisest, kuid samas ka auhinnalisele kohale tulla. Kuna rogaini populaarsus pidevalt kasvab, muutub konkurents iga aastaga tugevamaks.

TULEMUSED



Superveteranide III koht - Johannes Tasa ja Arvo Kivikas

Tulemused (S – segavõistkonnad, SV – superveteranid):

1.	Tölkö Tommi, Olivar Aurelio	23:28:31	358 p
2.	Arzych Frédéric, Dumortier Stéphane	23:44:40	349 p
3.	Pascual Roberto, Colon Eric, Urquizu Jorge	23:48:47	333 p
8.	(S – 1.) Kaminskis Valters, Liepina Anita	23:26:55	328 p
10.	(S – 2.) Forsman Petri, Malmström Henrika	23:33:50	322 p
39.	Hiie Armo, Lahtmäe Lauri	18:58:35	263 p
44.	Tammemäe Timmo, Vahter Kait	18:05:35	260 p
62.	(SV – 3.) Kivikas Arvo, Tasa Johannes	23:25:30	238 p
73.	Leppik Lauri, Leppik Lea	23:40:06	232 p
142.	Ago Lauri, Lõhmus Andres	21:06:01	149 p



EESTI ORIENTEERUMISLIIT

Lihtne ja kaunis EOLi tunnusmärk saab tänavu 20. aastaseks

KERSTI EHALA

Milleks meile, orienteerujatele, oma sümbol? Ütlete, et tobe küsimus, on ju ammustest aegadest inimesed ja organisatsioonid vajanud märke, mis neid teistest eristaks. Kuidas EOL sai oma kaanekujunduse? Kui heita pilk paberimajandusse, siis esimest korda ilmus EOLi sümboolika teema EOLi volikogu koosoleku päevakorda 1992. aasta talvel ja märtsis peetud volikogu koosoleku protokollis kirjutati selle teema taha vastutaja nimi – Mati Poom.

1993. aasta EOLi kongressi protokollist saab lugeda, et 6. päevakorrapunktina ongi juba kirjas EOLi sümboolika kinnitamine. Arvo Saal esitas volikogus heaks kiidetud kavandi ja see võeti vastu 45 poolthäälega.

EOL oli endale saanud logo, märgi, mis sobib mitmeks otstarbeks. Vaadake, kas pole see dünaamiline, positiivne, äratuntav, lihtne ja meeldejääv! Ongi. Ja sellepärast ka ajahambale vastu pidanud. Mida arvab aga logost praegu selle looja **Jaak Poom**, kes siis, aastal 1993, kui temalt see töö telliti, oli värskelt kooli lõpetanud. Täna on Jaak Poom tunnustatud disainer, töötab Estonian Airi disainerina ja on jõudnud luua suurel hulgal tunnusgraafikat.

Tagasi vaadates, kuidas olete nüüd rahul toona kujundatud logoga? Kas muudaksite praegu midagi või kuidas tänapäevastaksite orienteerumisliidu logo?

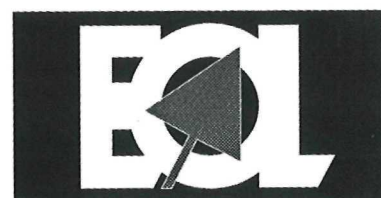
Elu on näidanud, et tunnusgraafika keskmine eluiga on umbes 10 aastat. Selle aja jooksul võib muutuda ettevõtte/organisatsiooni tegevusprofiil või

aegub märgi kujunduskeel. Orienteerumisliidu logo tugevuseks on teemakohtasus, geomeetrilisus ja lihtsus. See vähendab küsitavusi ja vajadust otsida uusi lahendusi. Probleemne koht oli ja on tekstiploki paigutus. Hea meelega leiaksin sinna veidi parema lahenduse. Kuna tänapäeval on suur osa väljundist digitaalne, võiks ka värvilahenduse mängulisemaks muuta. 20 aastat tagasi oli kasutusmugavuse huvides väga oluline hoida värvide arv miinimumis.

Milline oli logo sünnilugu? Kas oli palju muid ideid/visandeid või sündis tänaseni kasutusel olev logo esimesest ideest?

Täna on 20 aasta taguseid olusid juba üsna raske ette kujutada. Olin toona üliõpilane. See oli ka aeg, kus kogu ühiskond alustas praktiliselt nullist. Reklaami- ja kujundusala oli Eestis sündimas, eratrükikojad alustasid, meediaturg otsis oma kohta jne. Kõik käis katse-eksituse meetodil. Arvutid, printerid, andmevahetused olid kallid ja tagasi vaadates koomiliselt algelised.

1988. aastal olin teinud Kalevi Suvejooksule kujundused – kleebised ja Norma kandikud. Võib-olla selle

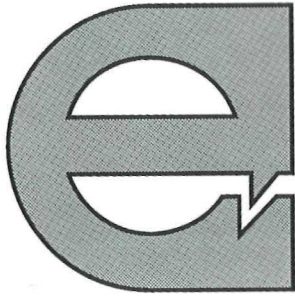


põhjal sain 1992. a pakkumise EOLi logo kujundamiseks. Kuna sel ajal puudus võimalus otsinguks internetis ja teiste riikide orienteerumislogodega kõrvutamiseks, leidsime võrdluseks Soome, Rootsi ja Šveitsi liitude märgid.

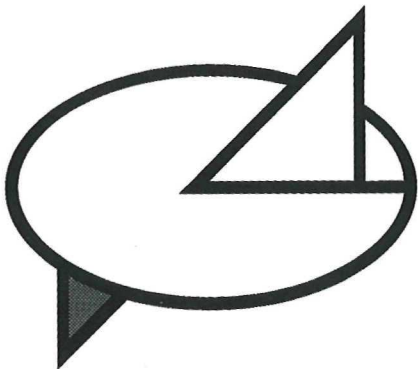
EOLi märgiks on e-täht (Eesti), mis koosneb kontrollpunkti tähisest maastikul (punane kolmnurk) ja kaardil (must ring). Alternatiivsed kavandid koosnesid KP kompostri kujundist ja hammastest. Hea, et need variandid toona käiku ei läinud, sest mehaanilised kompostrid on pigem ajalukku jäänud.

Head märgid, ideed, probleemi-lahendused n-ö antakse kingitusena. Ühel hetkel nad lihtsalt ilmuvad vaimusilma ette, mõnda aega pärast seda, kui oled oma peas küsimuse võimalik

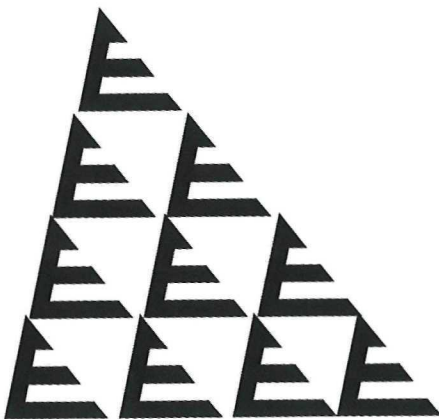
Teised EOLi logo kavandid, mis valituks ei osutunud



**EESTI
ORIENTEERUMISLIIT**



**EESTI
ORIENTEERUMISLIIT**



**EESTI
ORIENTEERUMISLIIT**

kult selgelt sõnastanud. Sageli juhtub see sportides, joostes, suusatades. Neil kordadel on idee vormistus kiire ja kindel. Samamoodi oli kunagi ka EOLi logoga.

Mis teeb logost hea logo?

Logo on tavaliselt vaid osa firmagraafikast. Hea firmagraafika toetab seda kandva ettevõtte või organisatsiooni visiooni ja seob töötajad ühtse eesmärgi nimel edukalt tegutsevaks tervikuks.

Firmagraafika on nagu ülikond. Ebamugav ja vales mõõdus ülikond on kandjale koormaks, samas kui hästiistuv ja nägus riietus tõstab enesekindlust ja meeleolu. Võimalikult häid „rätsepaülikondi“ olen õmmelnud üle saja. Suur osa neist on aastatega läbi kantud, paljusid kantakse praegu ja parimad on alles valmimas.

EOLi märgiks on e-täht (Eesti), mis koosneb kontrollpunkti tähisest maastikul (punane kolmnurk) ja kaardil (must ring).

Kui palju olete ise orienteerumisega seotud?

Pea orienteerumisest väga lugu. Minu esimesed orienteerumismälestused on ema ja õe kõrvalt, 1970ndate lõpu Tallinna neljapäevakutel. Lapsena jäi sealt meelde orienteerujate kummaline õhin ja pühendumus, mis ei paistnud sõltuvat halvast ilmast ega varustuse puudusest. Orienteerumine oli tookord justkui protest nõukogudepärase kõikvõimalike maakaartide salastamise vastu.

Tegelesin alaga ise põhjalikult keskkooliaastatel. Talvisele suusaharrastusele tuli leida suvine asendustegevus. Hakkasin osalema Tallinna neljapäevakutel jm võistlustel üle Eesti, kus aga võimalik. Olin tookord liigagi heas jooksuvormis, alles paari aasta möödudes sain finišis esimesi kordi tõdeda, et tänane kaardilugemine isegi pea-aegu õnnestus.

Peale otsese eeskujuna – onu Mati Poomi – sai tookord minu eeskujudeks suurepärase seltskond Silikaatbetooni Instituudist: Ilmar Lokka, Eha Arb, Maiju Planken, Feliks Kipper, Ülle ja Ilmar Mõistlik. Esimesel tudengiaastal osalesin Tallinna Ülikooli orienteerumisklubi tegemistes. Koos Meelis Atoneni ja Tõnis Aaniga esindasime kooli ka Balti meistrivõistlustel. Oma kõrghetkeks pean 1991. aasta Jüriööjooksu. Olin selleks teinud ka põhjalikke ettevalmistusi: viiest taskulambi reflektorist kokku pandud pealambist ja iseõmmeldud patareivist tegin komplekti, mis valgustugevuselt andis tookord silmad ette ka võimsate halogeenlampidega varustatud Soome võistlejatele.

Pereinimesena pole ma paarikümnel aastal kahjuks enam kaardiga metsa jõudnud. Kas põhisüüdlane on aja-puudus või kartus iseenda mineviku ees häbisse jääda – mine võta kinni.

MARJE VENELAINE

D35, Saue Tammed

Sündinud 8. juulil 1975, elukoht Tallinnas Pirital. Abikaasa Margus Venelaine, tütreid Liis (18) ja Laura (10). Töötab firmas Procter&Gamble Baltikumi riidehoolduse ja patareide kategooriate tootejuhina.



foto: erakogu

KÜSIS MARET VAHER

Milline on Sinu tavaline tööpäev?

Tavaline tööpäev tundub kõrvaltvaatajale ilmselt üsna üksluine, sest suurem osa tööajast kulub arvuti taga istudes. Kuna tegemist on suure ja rahvusvahelise firmaga, siis tegelikult on töö iseloom, vaatamata arvuti taga istumisele, väga huvitav. Minu ülesandeks on kohandada globaalseid tootemuutusi ja turundusuudiseid Eesti-Läti-Leedu turule ning kommunikeerida kohalikkude nõudlust ja eripära väljapoole. Töörutiini toovad vaheldust sagedased komandeeringud Lähti ja Leetu, aga ka Budapesti, kus asub kogu ülejäänud meeskond.

Väljaspool kontorit kohtun maaletootajatega, kellega koos külastame kauplusi, et olla kursis oma kategoorias toimuvaga, koostame äri arendamiseks kliendiplaane ja analüüsime toimunut. Veel teen uutele töötajatele tootekoolitusi jm äriülevaateid. Budapestis kuluvad päevad kiiresti kontoriseinte vahel erinevatel koosolekutel, kuid see-eest õhtud üritan lihtsalt jalutada linnas ja nautida Budapesti ilu ja maitseid ning veeta töövälisest aegast kolleegidega.

Sina ja orienteerumine?

Orienteerumisega alustasin 7-aastaselt, kui kohalikus rajoonilehes ilmus kuulutus, et treeninguid alustab orienteerumisklubi Rakvere Tammikus. Sel-

leks ajaks oli juba selge, et korralikku judokat minust juba kaalu tõttu ei saa. Judoga olin alustanud 4-aastaselt ja see pani aluse mu heale kehalisele ettevalmistusele. Sportimist aga alustasin 2-aastaselt ujumisega Tamsalus.

Lisaks judole käisin isaga õhtuti jooksmas. Kuueaastaselt osalesin Paide-Türi rahvajooksu 13 km distant-sil. Osa distant-sist veetsin isa kukil ja nautisin pealtvaatajate plaksutamist.

Esimesed teadmised orienteerumisest sain treener Ivar Masingu käest. Kohe esimesest korrast hakkas meeldima ja edaspidised käigud trenni olid asjade loomulik käik.

Kuni 12nda eluaastani jagasin end judo ja orienteerumise vahel, pärast seda pühendusin vaid keske- ja pikamaajooksule ning orienteerumisele. Trennis veetsin tunde ja päevi. Tõenäoliselt oleks pidanud sellises mahus treenimisest suurem kasu sündima ja tulemused oluliselt paremad olema, kui nad tegelikkuses olid. Trenne oli kolm: kergejõustik, mida viis läbi treener ning kus toimus läbimõeldud tegevus, kodune treenimine isa

näpunäide- te järgi ja orienteerumistrenn.

Kahes esimeses sai vett ja vilet küllaga, kuid orienteerumistreeningud osutusid lihtsalt vahvateks. Nii kui treeneri silme alt ära saime, algas isetegevus. Korjasime lilli, nügisime puid ning ajasime niisama juttu.

Orienteerumistreeningud osutusid lihtsalt vahvateks. Nii kui treeneri silme alt ära saime, algas isetegevus. Korjasime lilli, nügisime puid ning ajasime niisama juttu.

Laupäeviti või pühapäeviti oli kavas pikk jooksupäev. See tähendas kuival ajal Rakvere Tammikus 2 km ringide jooksmist, märjal või talvisel ajal maanteel 30 km. Kuna 15 ringi puhul hakkad mõttes numbritega mängima ja lugemine läheb sassi, siis panime (treenisin koos vennaga) järje hoidmiseks puutükikesi maha. Vedelikupuuduse vältimiseks oli suure tamme taga 3-liitrine õunamahla purk.

Kui olin 12-aastane, käis endine jooksupäev treener Heido Elmot paar korda isaga rääkimas ja soovis hakata mind süstemaatiliselt treenima. Isa sellega ei nõustunud, sest pidas vajalikuks mitte suruda peale sporti kui kohustust. Sealt pärineb ka minu arusaam, et sporti tuleb teha enda rõõmuks ja lõbuks, mitte kohustusest.



Madagaskari laste rivistus enne kommi jagamist

Reisimine on aidanud mõista, kui hea on elada Eestis.



Esimesed orienteerumisvõistlused olid päevakud N7 klassis. Umbes 1–2 km pikkusel rajal sai veedetud ikka tubli paar tundi, aga enne metsast välja ka ei tulnud, kui kõik punktid leitud. Aja jooksul tuli kogemus ning hakanasid ka tulemused paranema.

Olen olnud ja jäänud asjaarmastajaks. Seetõttu võib leida protokollidest ainult ühe võistluse, mille olen katkestanud, sest tõepoolest ei saanud öises metsas kaardiga mingit kontakti ja esimest korda elus tuli langetada otsus katkestada.

2013 sean endale eesmärgiks osaleda võimalikult paljudel rattaorienteerumisvõistlustel ja kui vorm lubab, siis ka jooksuorienteerumisvõistlustel.

Suurimaks orienteerumiselamuseks on olnud Soomes Jukolanviesti meeste start, kui ma seda esimest korda nägin. Korraga hakkas jooksuma nii suur hulk mehi, et maa müdises! Naiste start oli kuidagi leebem.

Oma sportlikuks tippsaavutuseks pean Eesti meistrivõistluste medaleid täiskasvanute klassis.

Suveplaanides otseselt mingil kindlal o-üritusel kohta ei ole sellepärast, et olen viimastel aastatel pühendunud rohkem tööle ja vähem hobidele ning muule.

Kas oled ka oma sõpru ja tuttavaid metsa meelitanud?

Abikaasa Margusega tutvusimegi tänu orienteerumisele. Margus on suur rattaorienteerumise fänn. Tüdrukutel

on orienteerumisest algteadmised olemas, kuid trenni, päevakutele või võistlustele ma neid meelitada ei ole osanud.

Töökaaslastele olen korraldanud paaril korral väljasõidu päevakutele. Töövõiduks loen, et kaks töökaaslast osalevad päevakutel vahelduva eduga ka täna.

Mille üle oled õnnelik?

Olen õnnelik, et mul on tore ja toetav perekond, võimalus tegeleda meelepäraste asjadega ning et tänu spordile ja tööle olen sattunud kokku paljude meeldivate inimestega.

Milliseid harrastusi Sul veel on lisaks orienteerumisele?

Vahel teen näputööd, kui leian huvitava lõnga või saan uue idee/mustri. Kindlasti peab olema pooleli üks või kaks raamatut, mida lugeda. Väga meeldib reisida, kui vaid oleks rohkem aega ja raha. Reisimine on aidanud mõista, kui hea on Eestis elada. Siin on neli aastaaega. Jahedas ja külmas on alati võimalik sooja saamiseks riideid juurde panna või tuba kütta, troopikas on aga alati palav ja niiske, vahel lihtsalt natuke vähem palav, riiete seljast võtmine või lisamine ei lahenda probleemi.

Reisimine on mind viinud vaesele Kuubale, kus poes pole toitu ning inimesed ei saa kunagi pensioni, kuid tänavad ja teeääred on täis Che Guevara plakateid; Mehhikosse, kust on

pärit maiade kultuur ning kus on uhked püramiidid ja igal sammul hulgaliselt iguaane; vaesesse Kambodžasse, kus on pöörane liikluskultuur, sõbralikud inimesed aga elavad hanejalgadel majades ja neil pole võimalik saada arstiabi; Madagaskarile, mis on kuulus oma looduses esinevate isendite liigirohkuse poolest, kuid on jällegi väga vaene maa.

Milline on Sinu arvates praegu Eesti orienteerumise olulisim probleem?

Erinevaid võistlusi on tekkinud juurde väga palju ja üritused hajuvad nädalavahetustel. Seiklussport õõnestab sportorienteerumist. Mingis mõttes viib seiklussport sportorienteerumise imagot alla. Arvatakse, et orienteerumine ongi ala, kus vahel on punktid puu otsas või kus vale vastuse korral peab tegema trahviringi.

Ürituste hajumine tingib ka osalejate vähesuse. Korraldamise seisukohast tulevad aga kulud sama suured nii 50 osalejaga üritusel kui 500 osalejaga üritusel.

Kaardistamisvõistlus 2013

EOLi KAARDITOIMKOND

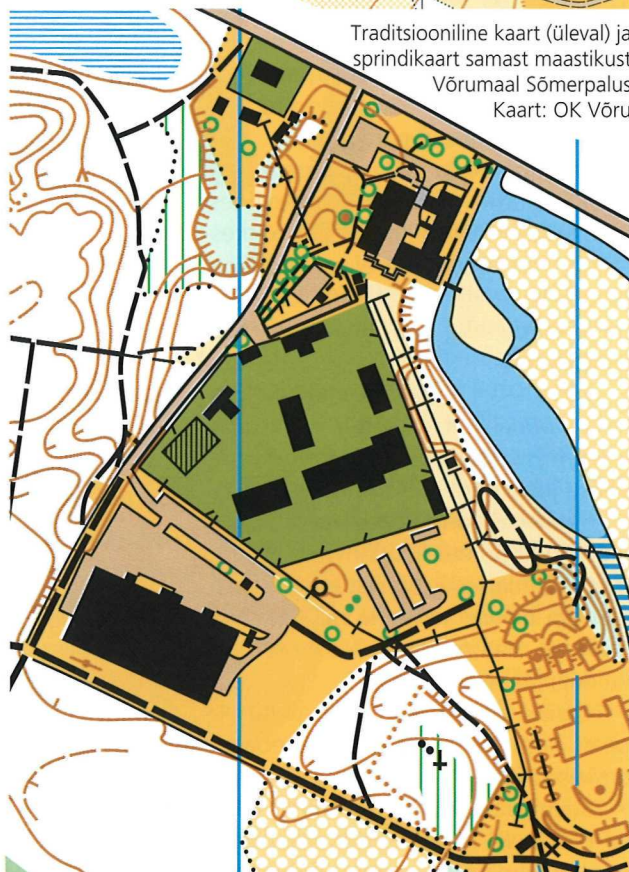
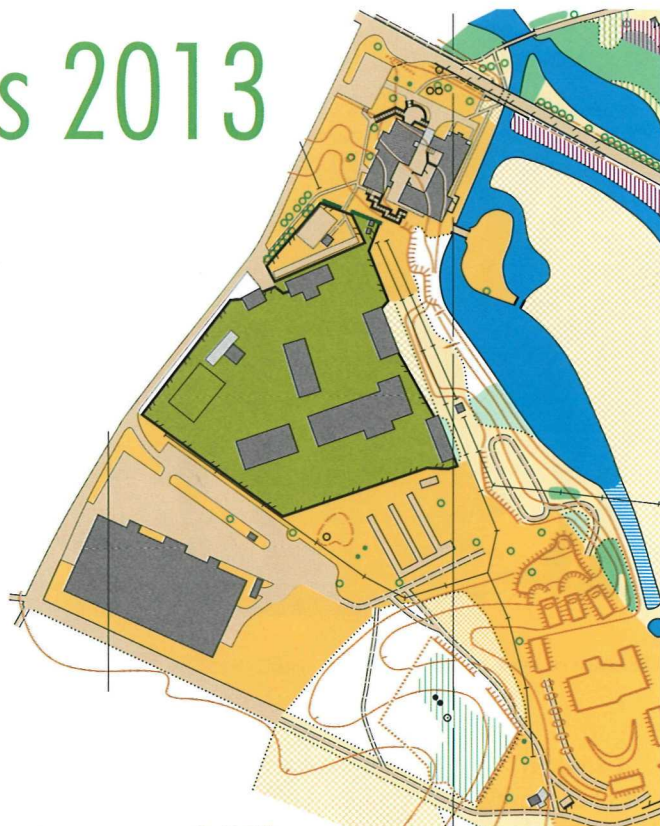
Ajakiri Orienteeruja ning Eesti Orienteerumislüüdi kaarditoimkond kutsuvad taas kord kõiki osalema kaardistamise võistlus-eksperimendil, mille eesmärgiks on koguda näiteid erinevate kaardistajate stiilist ja käekirjast ning anda kõigile võimalus saada oma kaarditöö kohta hinnang ala asjatundjatelt. Erinevalt 2012. aastast, mil korraldajail oli pakkuda üks võistlusmaastik ning eesmärgiks valmistada traditsiooniline orienteerumiskaart, on tänava kavas **sprindikaardi joonistamine** ning välja pakkuda maastikud **Tartus ja Tallinnas**.

Sprindikaartidel kujutatakse, erinevalt tavalistest orienteerumiskaartidest, peamiselt linnalist või pargimaastiku, kus orienteerujatele huvipakkuvate objektide hulk, võrreldes tavalise metsamaastikuga, võib ühe pindalaühiku kohta olla mitu korda suurem. Erinevusi on ka kujutatavates objektides endis ning nende kujutamise viisis. Leidub ju asulais olulisel määral enam keelatud hoove ja aedu, igas kõrguses tarasid ja piirdeid, tunneleid ja treppe, lillepeenraid ning hekke jms – kõik need tuleb lähtuvalt nende omadustest, maavaldajate soovist ja kaardistaja arusaamast, kanda ühtemoodi arusaadaval kujul kaardile.

Traditsioonilise orienteerumiskaardiga võrreldes on sprindikaardi vast kõige suuremaks erinevuseks rohkelt ületamatute objektide leppemärke. Sprindis või õigemini sprindikaartidel toimuvatel võistlustel tähendab ületamatu ühtlasi ka *keelatud*, mis peaks tagama võrdsuse võistlejate vahel, hoidma korraldajate ja elanike/maomanike häid suhteid, aga looma ka uusi teevalikuvõimalusi.

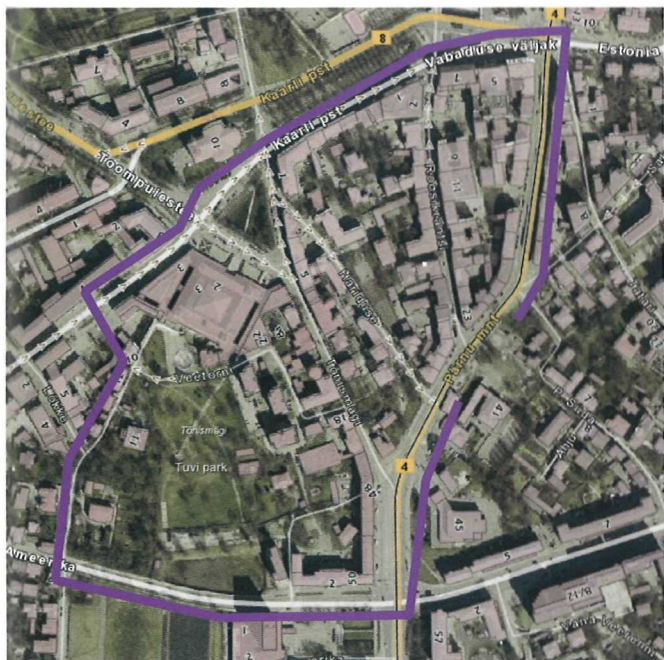
Mõned soovitused kaardistajaile

- Pane ennast võistleja olukorda ja mõtle, mida sooviksid kaardil näha ja millele ise tähelepanu pööraksid?
- Selgita välja, millised alad ning piirdeid (tarad, hekid) on orienteerujaile läbimiseks/ületamiseks keelatud, ning kanna need vastavalt kaardile. Ohtlikud alad tuleb märkida keelualana.
- Üldista ja näe puude taga metsa! Iga kiik või karusell ei vaja omaette musta risti ja iga puu eraldi väljajoonistamist. Orienteerujal pole kahjuks võistlustuhinas aega sinu ponnistusi hinnata.
- Pargipinke, valgustusposte või prügikaste ei panda sprindikaartidele! Samuti on minimaalsed lubatud mõõtmed paljudel teistel leppemärkidel. Kui nähtus on orienteerujale tähtis, aga jääks kaardil väga väike, siis võimenda!



Traditsiooniline kaart (üleväl) ja sprindikaart samast maastikust
Võrumaal Sõmerpalus
Kaart: OK Võru

Onteerumiskaartide tegemise kohta võib rohkem lugeda EOLi kaartide leheküljelt www.orienteurumine.ee/kaart. Samalt lehelt leiab ka viited ISSOM 2007le ja EOLi kaardikoodeksile. Kaardi joonistamiseks kasutatavate programmide kohta võib lugeda ajakirja 1/2012 numbris ilmunud lugu „Millega joonistada orienteerumiskaarte?“.



Kaardistatavad piirkonnad – Tallinn (vasakul) ja Tartu (paremal)

Osalejate töid oodatakse 22. septembriks EOLi kaardi-toimkonna e-posti aadressile **kaardid.toimkond@orienteerumine.ee** pdf. formaadis failina koos ülevaatega kasutatud alustest, lisavahenditest (nt GPS), välitöödele ja joonisele kulunud ajast, muljetest jm.

Laekunud töid hindab EOLi kaarditoimkond nii kameeraalselt kui maastikul (võimalusel koos eri tasemel ja vanuses orienteerujate rühmaga), pidades silmas nii kaardi vastavust ISOM 2007 kui EOLi kaardikoodeksi nõuetele.

Ülevaade tööst koos asjatundjate kommentaaridega ilmub 2013. aasta viimases ajakirjanumbris novembris. Väljapaistvamaid töid premeeritakse.

EOLi kaarditoimkond soovib osalejatele head pealehakkamist!

KAARDISTAMISVÕISTLUSE TINGIMUSED

Osalejad. Kõik soovijad olenemata kogemusest ja vanusest.
Maastikud. Ülejõe linnaosa Tartus ja Tõnismäe asum Tallinna kesklinnas.

Nõuded kaardile. Mõõtkava 1:5000, horisontaalide löikevahe 2,5 m jt ISSOM 2007st ning EOLi kaardikoodeksist lähtuvad nõuded.

Kaardistatava maastiku pindala.

Mõlemas linnas u 0,2 km².

Alusmaterjalid

- Tartu digitaalkaardi dxf-formaadis fail mõõtkavas 1:2000, h=1 m.
- Tallinna digitaalkaardi dxf-formaadis fail mõõtkavas 1:2000, h=1 m.

Lisaks soovitame kasutada Tartu kaardiserveri (<http://www.tartu.ee/kaart>) ja Tallinna planeeringute registri (<http://tpr.tallinn.ee/tpr/→kaart>) kaardiandmeid. Maa-ameti Geoportaali (<http://geoportaal.maaamet.ee>) kaudu pääseb läbi veebisirvijate (IE, Mozilla, Chrome jt) ning WMSi¹ toetatavate programmidega ligi kõikvõimalikele kaardiandmetele, alates ajaloolistest kaartidest kuni värskeste ortofotode ja Eesti põhikaardini². Lubatud ja soovitatav on kasutada ka kõiki teisi viise lisainfo hankimiseks, näiteks Regio Tallinna

3D mudel, Google StreetView.

Tähtaeg.

22. 09.2012

Lisaks võib kaardi saata kasutatud programmi formaadis (nt OCAD, Microstation jne).

Tööde hindamine.

Vastavalt ISSOM 2007 ja EOLi kaardikoodeksile, lähtuvalt pdf-formaadis failist ning selle põhjal tehtud väljatrükkist paberile.

Muu.

EOLi kaarditoimkonnal ning ajakirjal Orienteeruja on õigus faili oma äranägemise järgi kasutada, avaldada ja muuta.

Lisainfot ning Tartu ja Tallinna digitaalkaardi faile saab küsida e-posti aadressilt **markuspuusepp@hotmail.com**. Samalt e-posti aadressilt või **eol@orienteerumine.ee** võib küsida ka välitöödeks sobivat kaardistamiskilet.

Suur tänu Tartu linnavalitsusele ja SK 100le alusmaterjalide eest!



201 ületamatu kalju



304.1 ületamatu veekogu



309 ületamatu soo



421 läbimatu taimestik



521.1 ületamatu müür



524 ületamatu aed



526.1 hoone



528.1 keelatud ala



534 ületamatu torujuhe



707 ületamatu piir



709 keeluala



714 ajutine ehitis või suletud ala



Võistlejatele keelatud objektide leppemärgid sprindikaartidel

1 WMS (Web Map Service) võimaldab Maa-ameti aluskaartide kasutamist koos GIS- ja kartograafiatarkvaradega (MapInfo, ArcGIS, Microstation, AutoCAD MAP 3D, OCAD 11 Professional ja vabavalised uDig, Gaia). Lisainfo: <http://geoportaal.maaamet.ee/est/Teenused/Avalik-WMS-teenus-p65.html>. NB! OCAD 11 Professional demoversiooni on võimalik prooviks 21 päeva tasuta kasutada! (<http://www.ocad.com>).

2 Maa-ameti geoportaali ja WMSi ilmub aprillis Eesti põhikaardi uus veebiversioon 2,5 m samakõrgusjoonte ja reljefivarjutusega.



Sama kvaliteediga tooteid saate osta AS ILVES-EXTRA esinduskauplustest, mis asuvad Tallinnas Ülemiste Keskuses, Tartus Lõunakeskuses ning tehasepoes aadressil Kastani 42.



ISC riietab Läti tippportlasi

Maailma Karika võitjad bobisõidus Oskars Melbārdis ja Daumants Dreškins



ISC riietab maailma tippsuusatajat

eljakordne Tour de Ski võitja Justyna Kowalczyk



ISC riietab maailmameistrit

Suusaorienteerumise MM-ilt neli kuldmedalit Peter Arnesson



ISC riietab Eesti suusakoondist

Maailmameistrivõistlustel seitsmes koht Aivar Rehemaa



ISC riietab Eesti orienteerumiskoondist

Medalivõitjad: Daisy Kudre juunioride MM-ilt hõbemedal ja Doris Kudre noorte EM-ilt kuldmedal

Klubide ja asutuste tellimusi võtavad vastu Moonika Seppo Tel. 58600048 E-mail moonika.seppo@ilves.ee
 Elo Saue Tel. 5107705 E-mail elo@ilves.ee, Teet Ristioja Tel. 53432991 E-mail teet@ilves.ee
 Joonas Soosaar Tel. 55586375 E-mail joonas@ilves.ee, Taivo Kinsiveer Tel. 5233328 E-mail taivo@ilves.ee

JUHATUSE otsused

Märts, 2013

Otsus nr : 922 Kinnitada orienteerumisejooksu juunioride- ja noortekoondiste koostamise alused 2013.aastaks.

Otsus nr : 921 Kinnitada 54. Jüriööjooksu juhend.

Otsus nr : 920 Kinnitada Annika Rihma Eesti orienteerumisejooksu koondise liikmeks 9. Maailmamängudel World Games 2013 1.-4. augustini 2013 Kolumbias, Calis.

Veebruar, 2013

Otsus nr : 919 Kinnitada Eesti orienteerumisejooksu koondise koostamise alused 9. Maailmamängudeks, World Games 2013, Calis, Kolumbias.

Otsus nr : 918 Kinnitada Printcenter Eesti noorte orienteerujate karikasarja 2013 juhend.

Otsus nr : 917 Kutsuda kokku EOL 2013. aasta kevadine üldkogu 23. märtsil 2013, kell 11.00 Tartus, Eesti Maaülikooli Metsamajas, Kreutzwaldi 5, ruumis OC4 ja kinnitada esialgne üldkogu päevakord.

Otsus nr : 916 Kinnitada riigieelarvest Kultuuriministeeriumi kaudu 2013. aastaks eraldatud noortesordi toetuse 34 512 EUR-i jaotus alljärgnevalt:

1. Noortesordiga tulemuslikult tegelevate spordiklubide toetuse 25715 EUR-i jaotus EOL klubidele: OK Võru 5004 €, OK Põlva Kobras 4392 €, Värskas OK Peko 4072 €, OK Ilves 2423 €, OK JOKA 2359 €, SRD SK 1933 €, Rakvere OK 1522 €, OK West 1213 €, OK Kape 935 €, OK Orvand 748 €, Harju KEK RSK 496 €, Otepää SK

356 €, Läänemaa OK Okas 133 €, RSK Jõhvikas 130 €.

2. Eesti Orienteerumislidu poolt korraldatavate noorte ühisprojektide rahastamiseks 8797 EUR-i.

Otsus nr : 915 Seoses tulemuste tühistamisega 2013. aasta suusaorienteerumise Eesti MV tavarajal klassides N14 ja N55 (27.01 Pannjärvel ja 02.02. Savernas) korraldada nendes võistlusklassides Eesti meistrivõistlused uuesti 3. märtsil 2013 Haanjas, koos XII Eestimaa Talimängude suusaorienteerumise võistlustega.

Otsus nr : 914 Kinnitada EOLi 2014. aasta riikliku noortesordi toetuse eraldamise alused esitamiseks EOL üldkogule.

Otsus nr : 913 Kinnitada 2014. aasta EOL võistluste ja noortelaagri korraldajateks:

- Eesti MV orienteerumisejooksu sprinditeates, korraldaja OK Võru, koht Rõuge

- Eesti MV rattaorienteerumise lühija tavarajal, korraldaja Rakvere OK, koht Mõedaku lühirada ja Rakvere tavarada;

- Eesti MV suusaorienteerumise sprinditeates, korraldaja Rakvere OK, koht Rakvere Palermo.

Jaanuar, 2013

Otsus nr : 912 Kinnitada Eesti suusaorienteerumise koondised EM-ile, juunioride MM-ile ja noorte EM-ile 11.-18.02.2013 Lätis, Madonas.

Otsus nr : 911 1. Seoses tulemuste tühistamisega 2013. aasta suusaorienteerumise Eesti MV tavarajal klassides N21, M18, M45, N14 ja N55, korraldada nendes võistlusklassides Eesti meistrivõistlused uuesti 3. veebruaril 2013, Savernas. 2. Pikendada suusaorien-

teerumise Eesti meistrivõistluste sprinditeate ja tavaraja võistlusklasside N21, M18, M45, N14 ja N55 registreerimise tähtaega 29. jaanuarini 2013.

Otsus nr : 910 Kinnitada 2013. aasta SO Eesti MV sprinditeate stardiaegade alguse muudatus Teha 2013. aasta suusaorienteerumise Eesti MV sprinditeate startide algusajaks ja kinnitada stardide algusajaks kell 14.00.

Otsus nr : 909 Kinnitada Eesti-Läti suusa-o liiga 2013. aasta juhend.

Otsus nr : 908 Kinnitada 2013. aasta EOL võistluste volinikud ja žürii esimehed.

Otsus nr : 907 Muuta EOL juhatus 18.11.2012 otsust nr 896, "EOLi 2015. aasta võistluste ja noortelaagrite korralduskonkursi väljakuulutamise", lisades uue Eesti MV võistlusalana orienteerumisejooksu sprinditeate.

2. Pikendada korraldustootluste esitamise tähtaega 1.02. 2013.

3. Esitatud taotlused jäävad kehtima, taotluse esitajad võivad oma taotlusi täiendada.

Otsus nr : 906 1. Korraldada 2014. aastal Eesti meistrivõistlused orienteerumisejooksu sprinditeates 2. Pidada võistluste korraldamiseks otseläbirääkimised 2014. aasta Eesti MV OJ sprindi ja öise tavaraja korraldajaga.

Otsus nr : 905 Kinnitada konkursi "Medalijaht 2013" juhend.

Otsus nr : 904 Kinnitada Eesti suusaorienteerumise MN21 koondise ja juunioride- ning noortekoondiste koostamise alused 2013. aastal.

Otsus nr : 903 Teha muudatus Eesti MV 2013. aasta juhendis.

Otsus nr : 902 1. Kinnitada suusaorienteerumise ja orienteerumisejooksu sprinditeate reeglid 2. Kinnitada EOL võistlusreeglite muudatused. 3. EOL võistlusreeglite muudatused hakkavad kehtima alates nende kinnitamisest.

Detsember, 2012

Otsus nr : 901 Tunnistada ebatöenäoliselt laekuvaks arve nr 11369 ja kanda see kuludesse.

Otsus nr : 900 Kinnitada Eesti orienteerumisejooksu M,N21 koondiste koostamise juhend 2013. a.

Otsus nr : 899 Kinnitada Eesti orienteerumisejooksu M,N21 ettevalmistuskoondised 2013. a.

Otsus nr : 898 Kinnitada Eesti orienteerumisejooksu koondis MK etappidele 6.-13. jaanuarini 2013 Uus-Meremaal koosseisus Annika Rihma ja Piret Klade.

Otsus nr : 897 Kinnitada Eesti juunioride ja noorte orienteerumisejooksu ettevalmistuskoondis 2013. aastaks.

November, 2012

Otsus nr : 896 Kuulutada välja EOLi 2015. aasta võistluste ja noortelaagri korralduskonkurss.

Otsus nr : 895 Kinnitada EMV 2013. aasta juhend.

Otsus nr : 894 Kinnitada alates 1. jaanuar 2013 EOL SI kaartide ja jaamade ning EMIT kellade rentimise hinnakiri ja kord.

Otsus nr : 893 Kinnitada EOL suusaorienteerumise noorte karikasarja 2013 juhend.

Otsus nr : 892 Kinnitada Eesti rattaorienteerumise koondise treener-esindajaks 2013. aastal Arbo Rae.

Otsus nr : 891 Kinnitada Eesti Orienteerumislidu 2013. aasta litsentsijuhend.

EESTI ORIENTEERUMISLIIT TOETAJAD:



Daetwyler Industries



TALLINNA SADAM

Heade sõnumite sadam



Orienteerumiskauba OÜ KADARBIKU

EESTI KULTUURKAPITAL

2013 JUUBELIHOOAEG
28. APRILL > TALLINN
09. JUUNI > IISAKU
20. - 21. JUULI > KÄRDLA - ÖINE
31. AUGUST > KAMBJA

www.facebook.com/xdream.ee

WWW.XDREAM.EE

ACE 10 XDREAM

Sõstna 6-119



ace Logistics

RSA

SALOMON

SIS



VIVA Sport

RMK

sysprint

