

# EESTI PARAKERGEJÕUSTIKU SISEMEISTRIVÕISTLUSED 2022

## VÕISTLUSTE JUHEND

### 1. ÜLDINE

- 1.1. 2022. aasta Eesti parakergejõustiku sisemeistrivõistlused 2022 korraldab Eesti Paralümpiakomitee, ning peakohtunik on Timo Tarve
- 1.2. 2022. aasta Eesti parakergejõustiku sisemeistrivõistluste juhend tugineb [Eesti parakergejõustiku võistluste üldjuhendile](#).
- 1.3. Kõikide võistlust puudutavate küsimustega pöörduda: [kaia@paralympic.ee](mailto:kaia@paralympic.ee)

### 2. KOHT JA AEG

- 2.1. Võistlused toimuvad laupäeval, **05. märtsil 2022.a. Lasnamäe kergejõustikuhallis, Punane 45, Tallinn.**
- 2.2. Võistluste mandaatkomisjon töötab kell **10.00 kuni 10.45.**
- 2.3. Võistluste algus on kell **11.00.**

### 3. EELREGISTREERIMINE JA OSAVÕTU NÕUDED

- 3.1. Võistlustel osalemiseks tuleb spordiklubil teha ülesandmine lingil: <https://iseteenindus.paralympic.ee/> hiljemalt **01. märtsiks**. Sportlasi, keda õigeaegselt ning vormikohaselt üles ei anta, on korraldajal õigus võistleva mitte lubada.
- 3.2. Juhul, kui sportlane ei kuulu ühegi klubi koosseisu, võib ülesandmise teha sportlane ise, mille järel vaadatakse üle ning kinnitatakse ülesandmine sportlase puudepõhise spordialaliidu poolt.
- 3.3. Võistlustel mitteosalemisest peab sportlane või tema esindaja teatama korraldajale hiljemalt 1 päev enne võistluste päeva.
- 3.4. Võistluse osavõtumaks on 5€. Osavõtutasu peab olema laekunud **hiljemalt 01. märtsiks 2022**

### 4. OSALEJAD

Osaleda võivad kõik liikumis-, nägemis-, kuulmis- ning intellektipuudega inimesed.

### 5. OSALEJATE KLASSIFIKATSIOON

- 5.1. Liikumis-, nägemis- ja intellektipuudega võistleja paigutatakse tema puude alusel füüsilist võimekust arvestades Rahvusvahelise Paralümpiakomitee (IPC) võistlusklassidesse järgides kehtivaid klassifitseerimise nõudeid (<https://www.paralympic.org/athletics/classification>) ning klassifitseeritava eripära nii palju kui võimalik.
- 5.2. Kuulmislangusega ja kurdid ning need sportlased, kelle puudeklassis ei ole IPC võistlusala võistlevad avatud ehk T15 klassi sportlastega.
- 5.3. Võistlusklassi määrab korraldaja ning kooskõlastab hiljemalt enne võistluse algust puudeliigi spetsiifikat tundva esindaja, peakohtuniku ja EPK esindajaga.
- 5.4. Võistlusklass võib ajaga muutuda (nt puude või füüsilise võimekuse muutumine).
- 5.5. Klassifitseerimisega seotud küsimustega palume ühendust võtta: [kaia@paralympic.ee](mailto:kaia@paralympic.ee)

## 5.6. Võistlusalade ja –klasside tähistused

T = Rajaalad (ingl. k track)

F = Väljakualad (ingl. k field)

### 5.7. Rajaalad

#### 5.7.1. Seisjad:

5.7.1.1.	T11-13	pimedad ja vaegnägijad
5.7.1.2.	T15	kurdid ja vaegkuuljad
5.7.1.3.	T20	intellektipuudelised
5.7.1.4.	T35-38	füüsiline puue: koordineerimisvõimehäired (hüpertoonia, ataksia ja atetoos)
5.7.1.5.	T40-41	füüsiline puue: väike kasv
5.7.1.6.	T42-44	füüsiline puue: ühe või mitme jäseme amputatsioon, jalgade pikkuse erinevus, lihasjõu halvenemine või passiivse liikumisulatuslangus
5.7.1.7.	T45-47	peamised kahjustused kätes. Sportlased võistlevad ilma lisatoeta püsti
5.7.1.8.	F61-64	alajäsemete puudulikkus/amputatsioon, võisteldakse proteesiga

#### 5.7.2. Istujad:

5.7.2.1.	T32-34	füüsiline puue: koordineerimisvõimehäired (hüpertoonia, ataksia ja atetoos)
5.7.2.2.	T51-54	amutatsioonid, jalgade pikkuse erinevus, langenud lihasjõud või passiivse liigesliikuvuse piirang

### 5.8. Väljakualad

#### 5.8.1. Seisjad:

5.8.1.1.	F11-13	pimedad ja vaegnägijad
5.8.1.2.	F15	kurdid ja vaegkuuljad
5.8.1.3.	F20	intellektipuudelised
5.8.1.4.	F35-38	füüsiline puue: koordineerimisvõimehäired (hüpertoonia, ataksia ja atetoos)
5.8.1.5.	F40-41	füüsiline puue: väike kasv
5.8.1.6.	F42-44	füüsiline puue: ühe või mitme jäseme amputatsioon, jalgade pikkuse erinevus, lihasjõu halvenemine või passiivse liikumisulatuslangus
5.8.1.7.	F45-46	ülajäsemeid mõjutav jäseme puudulikkus, lihasjõu langus või passiivse liigesliikuvuse langus
5.8.1.8.	F61-64	alajäsemete puudulikkus/amputatsioon, võisteldakse proteesiga

#### 5.8.2. Istujad:

5.8.2.1.	F31-34	koordineerimisvõimehäired (hüpertoonia, ataksia ja atetoos)
5.8.2.2.	F51-57	jäsemete puudulikkus, jalgade pikkuse erinevus, lihasjõu langus või liigesliikuvuse langus

- Täpsemalt on võimalik võistlusklasside kohta lugeda: [Võistlusklassid](#)

## 6. VANUSEKLASSID JA VÕISTLUSALAD ([Tabel ...](#))

- 6.1. **U14 (s. 2009 - ... ) kurdid poisid ja tüdrukud ja kerge intellektipuudega sportlased** (60m, 200m, kõrgushüpe) kes võistluste toimumise aasta 31. detsembril on kuni 13- aastased.
- 6.2. **U16 (s. 2007 - 2008) nägemis-, füüsilise ja kerge intellektipuudega neid ja noormehed**, kes võistluste toimumise aasta 31. detsembril on kuni 15- aastased.
- 6.3. **Täiskasvanud (s. - 2008 ) kurdid mehed ja naised**, kes on võistluse toimumise aasta hetkel 31. detsembri seisuga 14- aastased või vanemad.
- 6.4. **Täiskasvanud (s. - 2006 ) nägemis-, füüsilise ja kerge intellektipuudega mehed ja naised**, kes on võistluse toimumise aasta hetkel 31. detsembri seisuga 16- aastased või vanemad.

## 6.4 VÕISTLUSALAD

2022 aastal	IPC Raza punktisüsteem																																
	Kurdid ja vaegkuuljad, intellektipuue U14, TK	Intellektipuue U14/U16, TK	Pimedad ja vaegnägijad U16, TK	Füüsiline puue U16, TK																													
				Seisjad												Istujad																	
				T/F 15 U14, TK	T/F 20	T/F 11	T/F 12	T/F 13	T/F 35	T/F 36	T/F 37	T/F 38	T/F 40	T/F 41	T/F 42	T/F 43	T/F 44	T/F 45	T/F 46	T/F 47	T/F 55	T/F 56	T/F 57	T/F 61	T/F 62	T/F 63	T/F 64	T/F 32	T/F 33	T/F 34	T/F 51	T/F 52	T/F 53
60m jooks 60m RTS (U14/U16, TK) Raza süsteemis 100m punkttabel	T15, T20 U14/TK		T11	T12	T13	T35	T36	T37	T38			T42	T43	T44	T45	T46	T47					T61	T62	T63	T64			T33	T34	T51	T52	T53	T54
200m M+N (U14/U16, TK)	T15, T20 U14/TK		T11	T12	T13	T35	T36	T37	T38			T42	T43	T44	T45	T46	T47					T61	T62	T63	T64			T33	T34	T51	T52	T53	T54
400m M (U16, TK)	T15 TK	T20 U16, TK	T11	T12	T13	T35	T36	T37	T38			T42	T43	T44	T45	T46	T47					T61	T62	T63	T64			T33	T34	T51	T52	T53	T54
400m N (U16, TK)	T15 TK	T20 U16, TK	T11	T12	T13	T35	T36	T37	T38			T43	T44	T45	T46	T47						T62		T64			T33	T34		T52	T53	T54	
800m N (TK)	T15 TK	T20 U16, TK	T11	T12	T13	T35			T38						T45	T46	T47										T33	T34		T52	T53	T54	
1500m M (TK)	T15 TK	T20 U16, TK	T11	T12	T13		T36	T37	T38					T44	T45	T46	T47							T64			T33	T34	T51	T52	T53	T54	
Kaugshüpe M+N (U14/U16, TK)	T15 U14/TK	T20 U16, TK	T11	T12	T13	T35	T36	T37	T38			T42	T43	T44	T45	T46	T47					T61	T62	T63	T64								
Kuulitõuge M+N (U16, TK)	F15 TK	T20 U16, TK	F11	F12	F13	F35	F36	F37	F38	F40	F41	F42	F43	F44		F46		F55	F56	F57	F61	F62	F63	F64			F32	F33	F34		F52	F53	F54
Kõrgshüpe M (U14/U16, TK)	F15 U14		F11	F12	F13							F42	F43	F44	F45	F46	F47					F61	F62	F63	F64								
Kõrgshüpe N (U14/U16, TK)	F15 U14											F43	F44									F62	F63	F64									

## 7. VÕISTLUSALADE TEHNILINE KORRALDUS

7.1. Kõikide võistlusalade puudepõhised detailid on välja toodud Eesti parakergejõustiku võistluste üldjuhendis

## 8. VÕISTLUSTULEMUSTE ARVESTAMINE

### 8.1. Füüsilise, nägemis- ja intellektipuudega sportlaste paremusjärjestus

IPC võistlusprogrammis olevatel aladel peetakse **RAZA PUNKTISÜSTEEMI** alusel vastavalt vanuseklassile võistlustel (vt. [POINT SYSTEM](#)).

**Selgituseks:** suurvõistlustel, näiteks paraolümpiamängudel, kus on iga võistlusklassi jaoks palju sportlasi, on võimalik tulemusi arvestada igas võistlusklassis eraldi, nt.F13 kuulitõuge, F53 kuulitõuge.

Väiksematel võistlustel reeglina ei ole igas võistlusklassis piisavalt osalejaid ja seetõttu kasutatakse sel puhul **RAZA süsteemi**. Selline võistlustulemuste võrdlemise süsteem on loodud võimaldamaks

**ERINEVA PUUDEGA INIMESTEL ÜKSTEISEGA KONKUREERIDA VÕIMALIKULT VÕRDSETEL ALUSTEL.**

Igal alal teiseandatakse sportlaste tulemused punktiskoorideks kasutades Raza valemit, mis arvestab sportlaste puudepõhist võistlusklassi, tulemust jt parameetreid nagu kehtiv maailmarekord, MMi esikoht.

**See tähendab, et raskema või teistsuguse puudega sportlane võib väiksema puudega konkurenti veidi lühema heite, hüppetulemuse või kehvema ajaga võita.**

Igale puudepõhise võistlusklassi tulemusele antakse Raza süsteemis punkte 0 - 1200-ni. Nii saavad erineva puudega sportlased omavahel konkureerida.

**Võitja on kõige rohkem punkte kogunud sportlane.**

Näide:

Kuulitõuge	Võistlusklass	Tulemus	Raza punktid	KOHT
Võistleja A	F20 (intellektipuue)	12.10	498	4.
Võistleja B	F44 (füüsiline puue)	11.74	500	III
Võistleja C	F37 (füüsiline puue)	10.64	485	5.
Võistleja D	F41 (füüsiline puue)	9.64	482	6.

<b>Võistleja E</b>	F13 (nägemispuue)	9.64	501	II
<b>Võistleja F</b>	F53 (füüsiline puue)	6.14	523	I

- 8.2. Kurtide ja vaegkuuljate paremusjärjestust arvestatakse eraldi vastavalt EKJL süsteemile vastavalt vanuseklassile võistlusel ehk avatud klassis T15.
- 8.3. Intellektipuudega sportlased T20, kes soovivad võistelda aladel, mille punktiarvestust IPC süsteemis antud võistlusklassile ei ole (60m, 200m), liidetakse T15 klassi.

## 9. MUUD REEGLID

- 9.1. Protestid esitatakse võistleja või tema esindaja (või treeneri) poolt vastavalt [Eesti Parakergejõustiku võistluste üldjuhendile](#).
- 9.2. Võistlejate riietus ja naelikud peavad vastama täielikult IAAF-i võistlusmääruste nõuetele.
- 9.3. Võistluste korraldaja jätab endale õiguse teha ajakavas muudatusi.

## 10. AUTASUSTAMINE

- 10.1. IPC süsteemis võistlevate sportlaste kolme paremat **autasustatakse Raza punktisüsteemi alusel** vastavalt Eesti parakergejõustiku meistrivõistluste kuld-, hõbe- või pronksmedali ja diplomiga.
- 10.2. ICSD kergerjõustikuvõistluste programmis olevatel aladel autasustatakse kolme paremat vastavalt Eesti parakergejõustiku meistrivõistluste kuld-, hõbe- või pronksmedali ja diplomiga.