

Orienteeruja

SEPTEMBER 2011

nr. 3/125

LI-LLI nagu LI-DAR

EENSAAR²

INTERVJUU

Ida Bobachiga

Prantsusmaa M Mi lugu

ICE-O 2011





WWW.XDREAM.EE



BIKE XDREAM

9. OKTOBER, KEILA-JOA

3-LIHKMELISED VOISTKONNAD



THE SPIRIT OF MOUNTAIN SPORTS



PRINTCENTER

Orienteeruja

SISUKORD

- 4 Lühiuudised
- 6 Prantsusmaa MM
- 13 Kuumuselainel kihutades
- 16 Intervjuu Eensaartega
- 18 Floresta de Deus
- 20 ICE-O 2011
- 23 EMV tavaraja analüüs
- 26 Petsi päevikud
- 28 Vösast välja: Andres Minn
- 30 Kolletunud tähised
- 31 EST-LAT liiga
- 32 LI-LLI nagu LI-DAR
- 35 EOL Open rajaanalüüs
- 37 JWOC
- 40 Ärevus ja Erutus
- 42 Intervjuu Ida Bobachiga
- 44 EYOC
- 46 Kõrges konkurents
- 48 FOTO-O
- 50 Kohtumine tundmatuga
- 51 Juhatuse otsused

Kaanepeilt: Elo Saue, töötlus E-M Truusalu

Järgmise numbriga kaastööde tähtaeg 31.10

-
- Väljaandja: Eesti Orienteerumislüü; www.orienteerumine.ee
- Peatoimetaja: Eva-Maria Truusalu, tel 50 47 763
evamaria.truusalu@gmail.com
- Toimetus: ajakiri@orienteerumine.ee
Sixten Sild, Maret Vaher, Mihkel Järveoja, Markus Puusepp, Kersti Ehala, Jaagup Truusalu, Marek Karm
- Keeletoimetaja: Eveli Post
- Küljendaja: Eva-Maria Truusalu
- Tellimine: eol@orienteerumine.ee

Tellimishind 2011. 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

Mul on mure

Eesti Orienteerumislüüdu tööpõllul võib laias laastu eristada kahte peamist töövaldkonda – orienteerumine kui saavutusport ja orienteerumine kui harrastus/terviseport. Saavutusspordi poolel on tänavused rahvusvahelised tiitlivõistlused peale rattaorienteerumise EM-i peetud. Tulemused on olnud head või keskpärased. Traditsiooniliselt võideti mitmeid medaleid rogaini EM-il, noorte ja juunioride tulemused orienteerumisjooksus jäid erilise särata, kuid oli ka tublised sooritusi ja keskmine tase oli üsna ootuspärane. Meie rattaorienteerujad olid taas lähedal medalivõidule. Orienteerumisjooksu täiskasvanute koondis üllatas MM-il meeldivalt kõigi aegade parimate kohtadega nii naiste kui meeste teatejooksus – naised lõpetasid lausa poodiumil ja ega samaväärne koht meestelgi eriti kaugele jäänud. Kõike seda kokku võttes võiks öelda, et Eesti ei ole tänavu rahvusvahelisel areenil oluliselt positsiooni loovutanud.



Harrastusspordi puhul on alaliidu ja klubide edukuse mõõdikuks eelkõige sportijate ja osaluskordade arv. Nende näitajate arengudünaamika viimastel aastatel paneb muret tundma. Täpsemalt öeldes ei ole murelapsiks mitte argipäevaõhtuti üle riigi toimuvad päevakud, vaid nädalalõppudel toimuvad „tavalised“ võistlused – meie spordiala alustalad. Eriti just tänavu võib seal täheldada selget langust osavõtjate arvus. Seda hoolimata käivitatud Eesti-Läti liigast, mis paneb arvama, et liigata oleks langus osavõtjate arvus olnud veelgi tuntavam. Esimesed liigavõistlused, mis toimusid suusaorienteerumises, tõid kokku rõõmustavalt arvuka osavõtjaskonna, kes sai nautida kõrgetasemelisi võistlusi. Kõik hädad tundusid algavat vinduma jäänud kevadest, kui lumi kevadist võistluskalendrit tublisti harvendas. Kummalisel kombel ei olegi võistlustest osavõtt sel suvel varasemaid tuure üles saanud. Põhjusteks võivad olla masu, kalendri üleküllastatus jne. – see nõuab põhjalikku analüüsi ja alaliidu juhatusele on see kindlasti tänavuse hooaja kokkuvõtmisel üks tähtsamaid teemasid.

Esiialgu on hooaeg veel täies hoos ja võib juhtuda, et tänavune Eesti suurima osavõtjate arvuga võistlus on veel ees. Septembri lõpus toimuv Suunto Games on võitnud selle tiitli korduvalt ning kui saavutaksime rekordi ka tänavuse hooaja lõpuakordiks, siis oleks meil põhjust märksa optimistlikumalt uude hooaega vaata ja ning uue energiaga Eesti-Läti liiga arendamist jätkata.

"Kas tunned Eesti orienteerumismaastikke?"

ülesande võitja

Ajakirja Orienteeruja juunikuu numbris ilmunud ülesande "Kas tunned Eesti orienteerumismaastikke?" vastanute vahel loosi läinud Eesti-Läti orienteerumislüügi finaaletapi, 24. ja 25. Septembril Võrumaal Sõmerpalus toimuva XXIII Suunto Gamesi, tasuta osalusõiguse võitis **Anton Roolaid**, kellel olid ka kõik õiged vastused ning väga huvitavad lahenduskäikude seletused.

Mõne kaardi puhul võis õigeks lugeda mitu vastust, kuna ülesandes ei olnud täpsustatud, kas viimane kaart peab kujutama kogu antud ala või ainult osa sellest. Õiged vastused:

8643 või 2009038, Kurtna, Ida-Virumaa

2005001, Paluküla, Raplammaa

2004016, Ähijärve, Võrumaa

2007060, Apuparra, Harjumaa

2006028 või 2006046, Jõelähtme, Harjumaa

2010004, Selgise, Tartumaa

2005042 või 2010042, Tahkuna (Tahkuna-Lõimastu), Hiiumaa

Vastajaid oli kokku 17, kellest õigesti vastanuteks võis lugeda 14. Kahel puhul eksiti Ähijärvega, pakkudes, et see võiks olla 2004015 Perajärve, mis asub õigest kaardist siiski vaid paar kilomeetrit edela suunas. Kolmandal eksijal jäigi vastamata Paluküla, mis kogutud tagasiside järgi üks keerulisemaid, eriti lõunaeestlaste jaoks, oli. Unikaalsete kraavide ning võitja Anton Roolaiu jaoks ka lõhkeainelao(!) järgi oli lihtsaimaks Jõelähtme tehismaastik.

Koostaja tänab kõiki osavõtjaid.

Duškaamera Fin5-l

Fin5 teisel võistluspäeval leidsid võistluse korraldajad meeste dušširuumist koti, milles oli kaamera, mis filmis läbi seinas oleva augu vastassugupoole pesemisaktisiooni. Kahtlustatavana peeti kinni neljakümneandates eluaastates Hyvinkää mees, kes peale koti positsioonile paigutamist siirdus metsa oma võistlusrada läbima. Politsei tuvastas pooleteisttunnise video vaatamisel, et filmilindile jäi vähemalt 30 ohvrit.

Soome orienteerumislüüdi on mehele määratud kaheaastase võistluskeelu kõigil SSL-i liikmesklubide korraldatavatel üritustel, politsei kahtlustab meest salajasel jälgimisel ja pealtkuulamisel. Kui peaks selguma, et lindile on jäänud ka lapsi, võib amatööroperatoorit süüdistada ka lapsporno tegemises.

Võistlustel osalenud Lauri Sild tol päeval võistluskeskuses pesemas ei käinud ja midagi ei näinud.



Rattaretk Hispaaniasse

Äsja lõpetas Eesti orienteerumiskoondise liige Sander Vaher (EKJ SK) oma rattaretk Eestist Hispaaniasse (Barcelonas). 26 päeva jooksul läbis ta 3870 km ja külastas 13 erinevat riiki. Küsimusele "miks?" vastas Sander nõnda: "Olin midagi taolist juba ammu teha tahtnud ja see suvi sobis hästi – hüppeliiges oli „parasjagu“ vigastatud ning joosta ei lubanud, ent rattaga sai sõita väga hästi. Marsruudi valik oli tingitud sellest, et pidin suve lõpuks Barcelonas jõudma, et seal oma õpinguid jätkata."

Hoolimata ohtlikest olukordadest (jalgrattavarguse katse, ootamatult teele hüpanud hispaania vanamutt ja lausvihm reisi esimeses pooles) oli Sander kindel, et võitjaks jäi tema. "Teise koha sai rahvaste sõprus ning pronksmedali omanik on jalgratas, mis rasketele väntsutusetele vastu pida," kinnitas Sander Orienteerujale.

Marsruut: Eesti-Läri-Leedu-Venemaa (Kaliningradi oblast) - P o o l a - S a k s a m a a - T s e h h i - S a k s a m a a (jälle)-Austria-Liechtenstein-Šveits-Prantsusmaa-Andorra-Hispaania

Teerajaorienteerumise MM

Orienteerumisjooksu MM-iga paralleelselt toimusid Prantsusmaal ka teerajaorienteerumise maailmameistrivõistlused. Eestist esindanud Aleksei Laisev saavutas kahe võistlusestardil kokkuvõttes 18. koha. Esimesel võistlusel oli ta tulemuseks eksimusi ja aega arvestades 16. koht, järgmisel päeval 26. koht. Kahe päeva kokkuvõttes oli võistlejad 64. Võitis Lauri Kontkanen Soomest.



Õnnitleme

Heino Mardistet

75. juubeli

puhul

Orienteerujate pere



Positsioneerimise müstika

Orienteerujatele on positsioneerimine tänapäeval vägagi tuttav termin. GPS-seadmete kasutamine oma soorituse salvestamiseks ja hilisemaks analüüsiks pole ainult tipporiienteerujate töövahend, vaid ka paljude harrastusorienteerujate tavapärane tegevus. Oma osa GPS-tehnika populaarsusest orienteerumises on ka Pekka Varise poolt arendataval GPS-jälgimisel, millega koos on lisandunud mitmeid uusi huvitavaid võimalusi ka orienteerumise televisiooniülekannete tegemisel. Orienteerujate asukohapallid ja liikumisjooned on muutunud nii tavapäraseks, et juba esitatakse küsimust, miks positsioneerimine pole alati ühe osana orienteerumisvõistluse televisiooniülekanandes nähtav.

Põhimõtteliselt on positsioneerimine lihtne. Kasutaja on koos vastava seadmega maal, merel või õhus, satelliidid keerlevad maakera ümber orbiidil ja osapoolte vahelise geomeetria põhjal arvutatakse matemaatilisel kasutaja asukoht. Veidi põhikooli matemaatika ja Pythagorase teoreemi kokku sobitades on lahend leitav. Kas on see ikkagi nii lihtne?

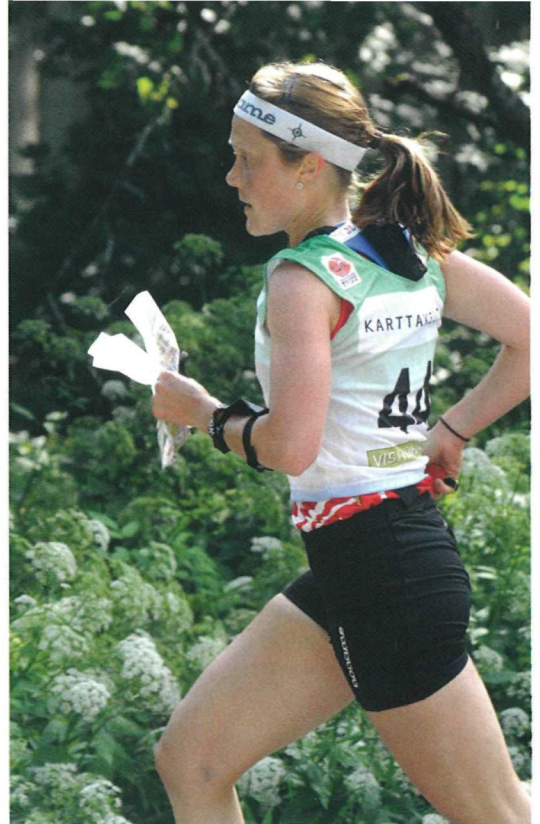
Tehniliselt positsioneerimise korraldamine on siiski päris keeruline protsess. On isegi väike ime, et GPS-positsioneerimine töötab just nii hästi ja täpselt, nagu ta täna töötab. Süsteemis on ligi kümme suuremat võimaliku vea tekitajat ja lisaks veel mitmed väiksemad võimalike vigade allikad, nagu näiteks kella vead, orbiitide parameetrite vead, atmosfääristsignaalide peegeldused ja võimalike teekonnasignaalide paljususe jne. Austus nõudliku tehnika vastu tõuseb, kui saame teada, et GPS-satelliidi saatja võimsus on sama suur kui klassikalisel hõõglambil (~50 W), satelliidid läbivad üle kolme kilomeetri sekundis 20 000 km kõrgusel maapinnast ja atmosfääri elektroonilises taustsüsteemis peituvat signaal

suudetakse ka seejärel dešifreerida usaldusväärse täpsusega asukohainfoks.

Orienteerumiskeskond on positsioneerimise seisukohalt nõudlik, toimuvad ju tavalised orienteerumisvõistlused reeglina metsaga kaetud maastikel, orienteerumissprint aga ehitiste poolt varjatud linnades ja külades. Positsioneerimissignaali ei liigu läbi tiheda aine, kuid parimad ja tundlikumad GPS vastuvõtjad on võimelised töötama ka tihedas metsas. Põhimõte: mida tihedam mets, seda nõrgem signaal peab aga siin kindlalt paika.

Linnamaastikel tekitavad kõrged ehitised positsioneerimissignaali suuri varjeid ja suhteliselt kitsastel, kõrgete ehitustega ääristatud tänavatel on GPS-positsioneerimine võimatu. Positsioneerimissatelliidid ei paikne Põhjamaades mitte just eriti kõrgel taevas ja seetõttu annavad ehitised GPS-signaali päris suure varje. Linnamaastikel on ka palju signaali peegeldavaid pindasid, mille tõttu ilmnevad vead asukohaandmete astmelises liikumises (nn hüppamises). Inimasustuse vahetus läheduses võib leida ka mitmeid selliseid elektrilise- või elektromagnetilise kiirguse seadmeid, millised võivad kohalikul tasemel häirida GPS-vastuvõtja võimet vastu võtta positsioneerimissignaali. Häireid võivad põhjustada näiteks televiisori rikkis antennivõimendi või ka näiteks kohaliku lõbustuspargi karusel.

Orienteerumissoorituse analüüs on määrava tähtsusega ka GPS-andmete siirdamine kaardile. Orienteerumiskaart ja GPS-signaali pole ka parimal võimalikul juhul teineteise suhtes samas mõõtkavas ja hälbeid lisavad ka veel erinevad aluskaartide tõlgendused. GPS-süsteemi poolt kasutatav koordinaatvõrgustik ei või olla ülitäpne maakera mudel, vaid siiski tema ligikaudne tõlgendus.



Satelliitpositsioneerimine pakub päris mitmeid häid uuendusi orienteerumise harrastajale ja miks mitte ka võistluste jälgijatele, kuid soovitatav on siiski meeles pidada, et kogu süsteem pole täiesti veatu ja pole põhjust sealt saadavat informatsiooni pimesilmi uskuda. Paluks tõsta käe inimesel, kes ei ole kunagi näinud näiteks oma GPS-navigaatori kiiruse näidikul liikumiskiiruse näitu, kuigi seade oli autos, mis sel hetkel ei liikunud!

Tekst originaalis <http://www.suunnistusliitto.fi/SSL/sslwww.nsf/sp?open&cid=content3C94BB>, Timo Mikkola, Soome, 07.07.2011. Tõlkis Tõnis Haldna.

Mõningast lisainfot GPS jälgimisest saab uurida aadressil: <http://areena.yle.fi/video/1308431611715>

Ingliseelse GPS terminoloogiaga saab tutvuda Garmin'i kodulehel aadressil: <http://www8.garmin.com/aboutGPS/glossary.html>



© AIRI ALNEKI ERAKOGU

Laskeorienteerumise MM

Selle aasta laskeorienteerumise MM toimus 11.-14.08. Tsehhis. Korraliku lasketiiru ümbruses hästijoostaval maastikul, mis kohati nõudis ka põldmarjast ja kibuvitsast läbi tungimist, oli parimaks individuaalseks tulemuseks Jane Lauteri pronksmedal juunioride sprindidistantsil (Tavarajal 8.). Täiskasvanute parima tulemuse (10.) jooksis mägisel tavarajal Karmen Alnek, kes sprindi lõpetas 16ndana. Veteranide klassis saadi kolm individuaalset kulda - Airi Alnek nii sprindis kui tavarajal, Tenno Alamaa sprindidistantsil. Eestit esindasid veel veteranide klassis Tõnu Lauter (sprindis 4., tavarajal 7.), põhiklassis Janek Lauter (mõlemal distantsil 24.) ja juunior Arvi Alamaa (sprindis 12., tavarajal 11.). Teatevõistlusel saavutasid Eesti meesveteranid kuldmedali, põhiklassi naised 6. koha.

Maailmameistrivõistlused Prantsusmaal, 13.–20.08 2011

TALLINNA SADAM
Heade sõnumite sadam



JÜRGEN EINPAUL

Orienteerumisjooksu 2011. a MM peeti 13.–20. augustini südasuviselt kuumas Savoies. Eesti koondis koosseisus Annika Rihma, Kirti Rebane, Grete Gutmann, Liis Johanson, Olle Kärner, Lauri Sild, Peeter Pihl ja Kristo Heinmann koos treener-esindajate Elo Saue ja Jürgen Einpauli ning füsioterapeudi Aili Lopmaniga töid ära eestlaste MMi ajaloo parimad kohad teatejooksudelt.

Aix-les-Bains, mille nime võiks eesti keelde tõlkida kui „vannivesi“, on Viljandi-suurune Rooma-aegne spaalinnake Kagu-Prantsusmaal 250 m kõrgusel merepinnast Bourget' järve idakaldal. Kuna o-festivali ligi 4000 osavõtjat ei oleks sellise suurusega linna ülejäänud puhkajate vahele kuidagi ära mahtunud, oli rahva-võistluse keskuseks 20 km lõunapool asuv 125 000 elanikuga ajalooline Savoie vürstiriigi (annekteeriti Prantsusmaa poolt 1860. a) pealinn Chambéry. MM-jooksud, välja arvatud sprindid, toimusid siiski Revardi mäel linna kõrval 1200–1500 m kõrgusel eel-Alpide nõudlikul karstimaastikul.

Võistluskaardid asetsevad kompaktselt üksteise kõrval, kasutati vaid kahte võistluskeskust – ühte kvalifikatsioonide ja teist finaali tarbeks. Et Eesti koondis elas ametlikus MM-linnas all orus, sai üles märke keerutatav kohalike jalgratturite hulgas populaarne tee poolelise nädalaga vägagi tuttavaks. Tuhandete inimeste transpordi korraldamine mööda mägiteid, sealjuures suuremas osas isiklike autodega, lõpuks siiski toimis – kui ka lubatud süstik-bussid alati ei sõitnud, pidasid korraldajad mööduvad autod kinni ja paigutasid bussiootajad ilusti ära.

Esimeseks medalialaks MMil oli sprint. Hommikune soojendav kvalifikatsioonijooks Aix-les-Bainsis neelas Eesti koondisest Annika, kes jättis paraku kaks punkti vahele. Teised startinud eestlased: Grete, Kirti, Kristo ja Peeter läbisid eeljooksud rohkem või vähem kindlalt, kuid pääsesid rohkete tühistamiste kaasabil siiski lõppvõistlusele.

Finaal joosti Chambéry vanalinna kitsastel tänavatel. Hommikusest meeldivast suvesoojusest pargis oli saanud munakive kõvaks keeta ähvardav kuumus, kuid rahvusvaheline publik end sellest häirida ei lasknud. Kergejõustikuvõistlustelaadset üleslöödud võistlejaid näidati nii suurel ekraanil, kiriku rõdul, lossi terrassil kui stardi- ja finišikoridoris



© OLLE KÄRNER

nii tihti, et toimuva jälgimine oli vähemalt sama keeruline kui võistlejatel kangialuste, treppide ja tänavakohvikute vahel õige tee leidmine.

Naisteklassis alustasid rootslased oma medalite noppimist, võttes kõik, mis saada oli: kulla sai Linnea Gustafsson, hõbeda Helena Jansson ja pronksi Lena Eliasson. Meestel tundus tulevat šveitslaste MM: Daniel Hubmann võttis suveräänse võidu ja Matthias Müller pronksi, nende vahele mahtus, taas rootslane, Anders Holmberg. Päeva üllatuseks oli Ionut Zinca mahtumise autasustamispooldiumile: Rumeenia esinumber tuli viiendaks.

Finaali rajad nõudsid väga kiireid otsuseid ja veel kiiremaid jalgu. Teevalikuid oli mitmel etapil, aga need olid harva määrava tähtsusega – tuli lihtsalt variant välja valida ja jalgu liigutada. Eesti mehed jäid häta pigem viimasega, kurtes päeva teisel võistlusel kehva taastumise, liigset palavust ja jõuetust. Metsarahva parimaks oli valges kleidis Grete 30. koht, kes tegi oma esimeses MM-finaalis veatu jooksu, samuti jooksuga rahule jäänud Kirti kaotas 20 sekundi ja nelja kohaga.

Kohe järgmisel päeval joostud tavarada pani peale laupäevast lihtsapolset eeljooksu võistlejad nii tehniliselt kui ka füüsiliselt tõsiselt proovile. Meeste 15,9 km ja 690 m tõusu kõlasid niigi pelutavalt, aga treeneri uudis, et stardijoone ja K-punkti vahel tuleb 200 meetri jooksul veel 40 m tõusu võtta, muutis isegi Olle tõsiseks. Juba esimene

punkt osutus parajaks pähkliks, detailirikkal kivisel nõlval üle 100 meetri diagonaalis otse punkti laskumine käis ka paljudele eliitorienteerujatele üle jõu ja võistluskeskuses suurel ekraanil GPS-teenkondade jälgimine pakkus seega publikule, kes hommikul oma võistlusel kõrvalmaastikku juba pikemalt uurinud, palju äratundmisrõõmu. Selle punkti kuulsaid ohvreid oli palju, kuulsaim neist tõenäoliselt soomlasest seitsmekordne maailmameister, eeljooksu võitnud Minna Kauppi, kes peale 20 minutit valelt nõlvalt punkti otsimist lõpuks loobus ja otse finišisse sõrkis. Lisaks ülimalt detailirikale, aga üldiselt siiski hea nähtavuse ja läbitavusega metsale pakuti ka mitmekilomeetrist tee- ja suusanõlvaetappi, saviseid küngastikke ja eeljooksudest tuttavat kivide, kaljude ja võsa rägistikku, kus ainuõige taktikaks oli teerajakestelt lahkuda vaid hädavajaduse korral.

Rootsi naised näitasid tavarajapäeval, et nende orienteerumislüüdi Offensive Orienteering strateegia on hästi selgeks saanud. Annika Billstam mitte lihtsalt ei võitnud tavarada, vaid purustas vastased nelja ja poole minutiga. Teisele kohale suutis end kiiluda tšehhi geneetikadoktorandist kahekordne maailmameister Dana Brozkova, kolmas oli Helena Jansson.

Eesti naistele tavaraja finaalis kahjuks kaasa elada ei saanud. Kõige lähemal edasipääsule oli Liis, kellel jäi finaaliuks 12 sekundi kaugusele.

Meeste võistluse võitis rajameister enam kui kümne minutiga Thierry Guergiou ees. Väga palju „Tero“ võidus kahtlejaid enne võistlust ei olnud. Pigem spekuleeriti teemal kui suur on teiste kaotus ja kardeti, et alla kahe tunni rohkem aegu ei tulegi. Tegelikkus osutus siiski pisut tasavägisemaks, raja alguspooles väga hästi jooksnud Valentin Novikov ja mullune tavarajameister Olav Lundanes kustused küll lõpuks täielikult, aga soomlane Pasi Ikonen pidas finišini vastu ja kaotas kaheksanda MM-kulla võitnud prantslasele „vaid“ 4:27. Pronksi sai 6 minutit enne Guergiou startinud Francois Gonon, kes lõpusirgel siiski lippu lehvitavast rahvusaaslasest mööda jooksmas ei hakanud ja kaotas seega 6:06.

Olle Kärner ja Lauri Sild tulid võistlusest auga välja, Olle kohaks märgiti 22. ja täiskasvanute MM-i debütandil Lauril 34. Suuri vigu (selle päeva kontekstis) ja „haamrit“ õnnestus mõlemal vältida ning füüsiliselt võeti enam-vähem maksimum.

Lühiraja võistlusmaastikku oli õigus lihtsaks pidada ainult oma üheksanda meistririkulla võitnud Thierry Guergiou. „Mõned keerulised punktid olid, aga suurem osa rajast oli tõepoolest lihtne,“ seletas maailmameister

jahmunud publikule. „Me jooksime trennis 10 korda keerulisemaid radu.“ Olles viimased paar tundi jälginud, kuidas maailma tipp-orienteerujad, nagu Lena Eliasson ja Peeter Pihl kümnetesse minutitesse ulatuvaid vigu teevad (kuulda oli ka arvamusi, et GPS-jälgimine on orienteerumises vajalik selleks, et korraldajatel oleks hõlpsam kõik võistlejad enne pimedat metsast üles leida), kõlas selline hinnang ootamatult, kuid tegelikult tunnistasid ka teised võistlejad, et maastikul polnud häda midagi. „Nägin palju vaeva, et siinsetele maastikele sobiv tehnika välja arendada, aga tegelikult ma ei vajanudki seda,“ rääkis Guergiou hiljem o-pressile. „Nähtavus oli nii hea, et ma võisin naasta tavapärase tehnika juurde – hoida pilk kaugel, et näha hõlpsasti äratuntavaid objekte ja joosta kiiresti läbi maastiku.“

Eestlastele tegi rõõmu leeduka Jonas Vytautas Gvildyse viies koht, meie meestest oli parim Lauri Sild 22.-na. Nii Olle Kärnerile kui Peeter Pihlile sai rohkem või vähem saatuslikuks pikk ülesmäge etapp seitsmendasse punkti.

Naiste lühiraja võit läks – üllatus-üllatus – Rootsi. Nii ülekaalukad kui sprindis meie

läänenaabrid siiski enam ei olnud ja Taani juuniori Ida Bobachi võistluse algaasis välja joostud aega ei suutnudki keegi teine üle joosta. Kolmandale kohale oli võitlus juba tihedam, aga siingi ei saanud viimased startijad lapsepühkustest räsitud Šveitsi naistekondise liidriks tõusnud Judith Wyderi vastu. Eeljooksu võiduga viimase stardikoha saanud Lena Eliassonil ei olnud kasu ka sellest, et mehed kümme minutit hiljem metsa teda jälitama lasti, sprindipronks lõpetas finaali viimase ajaga. Annika Rihma jooksis küll mõned head etapiajad, aga sekka ka palju kehvemaid, nii et tema lõppkohaks jäi 28., Liis Johanson leidis enne teist punkti väga palju teisi punkte ja seega finaalis peale Eliassoni rohkem võistlejaid ei edestanud.

jätub pöördel

Sprindi eeljooksus tekitasid palju segadusi **küsitavad keelualad** kaardil. Enamikke diskvalifitseerimisi põhjendati pargis teekäänakute löikamisega viimasesse punkti joostes. Kui kaardil oli muru märgitud õuealana (oliiviroheline, mis ISSOMi järgi on tõesti keeluala), siis tegelikkuses kasvas pargis harilik muru ning pealtvaatajatele ei tehtud murul käimisel mingisuguseid takistusi. Analoogne probleem oli ka raja keskel, kus ühest näiliselt üsnagi juhuslikult valitud punktist muutus ületatav kiviaed ületamatuks (ISSOMi järgi toob selle ületamine kaasa diskvalifitseerimise). Kuna „ületamatus“ osas sattus olema paar kohta, kus aed oli madalam kui mujal, siis valisid väga paljud võistlejad just selle aiast ülesaamiseks. Siinkohal võitis lõpuks siiski demokraatia (või asjaolu, et õhtusesse finaali poleks lihtsalt võistlejaid jätkunud) ja kedagi maha ei võetud...

Kuna kvalifikatsioonivõistluse lõpu ja finaali startide alguse vahele jäid vaid loetud tunnid, anti paarile võistlejale, kes väitsid, et nad olid sunnitud viimasesse punkti joostes murule astuma vaid selleks, et vältida kokkupõrget pargis jalutava pealtvaataja/linnaelanikuga, „esialgse õiguskaitse“ raames siiski finaalis stardiõigus, kuigi väljaspool kaamera- ja kommentaatoriaega. Parim neist jooksis lõpuks isegi esikümnesse ja kuigi teda ametlikus stardiprotokollis siiani ei ole, on lõpptulemus ilmselt kehtiv. Ülejäänud võistlejate eeljooksude tulemused kuulutati ametlikeks reede õhtuks ja tühistamised/mittertühistamised suudeti kombineerida nii, et finaalisajate nimed enam ei muutunud.

Õppetund? Ilmselt see, et kileteibiga ei maksa koorderada ja zürii peab olema valmis kiireteks ja vastuvaidlemist mittearvestavateks otsusteks.

Lauri Sild

Tavaraja maastik oli tehniliselt nõudlik ja sobis mulle hästi. Tundsin end hästi ja jooksvorm oli hea. Suureks komistuskiviks olid aga tõusud, mis olid mulle mõrvarlikud. See oli füüsiliselt selgelt minu nõrgim külg. Lisaks käis esimene MM-i start psühholoogiliselt üle jõu ning miski ei laabunud nii nagu pidanuks: vead punktiirakonnas, ettelugemata kaart ja valed teevalikud. 34. koha- ja pettumusega lõppenud jooks oli üks minu kesisemaid sooritusi see hooaeg. Lühiraja finaali läksin peale positiivselt meelestatult. Füüsiliselt oli tavarajaga sama seis, kus tasasamad piirkonnad läbisin oluliselt paremini kui tõusud. Liikusin kindlalt ja nägin hästi ette raja kavalamad kohad, vältides suuri vigu. Paraku raja teises pooles

jõud rauges ja tegin lihtsate punktidega pisikesi vigu. Suurt kaotust see ei tähendanud, aga koht esikümnes oli reaalne. Kindlasti ma ei jäänud, vaid tuln 22-ks. See on MM karjääri silmas pidades hea algus, millega võib ja peab rahule jääma. Teate väga tehniline rada tähendas pingsat keskendumist ja külma närvi säilitamist. Mul õnnestus see väga hästi: kindlalt liikudes olin tõusnud kümnendalt kohalt kuuendaks. Raja peitlikus lõpuosas tulid sisse pisikesed apsud, mille tõttu sai kinnipüütud Leedu ette ja Soome võttis tagant taas kinni. Värske jalaga tavaraja hõbedamehele polnud mul enam midagi vastu panna ja finišeerisin kaheksandana. Kui füüsiline värskus langes iga finaali, siis tehniliselt sain iga korraga kindlamaks. Kõige paremaks päevaks saaks lugeda lühiraja võistluse. Järgnevatel ettevalmistushooaegadel tuleb rohkem tähelepanu pöörata tõusutrennidele. Muidugi ei tulnud see üllatusena, aga seda on vaja rohkem teha, muuta see standardiks. Kahjuks pole orienteeruja elu Tartus lihtne ja olen niigi üritanud võimalustest maksimumi võtta. Tuleb leida veel lahendusi! Suhtumine MM-i on pisut muutunud: see ei ole utopia, kuhu saab vaid unes ja kus ebainimesed jooksevad. Alistada tuleb rajameister, mitte konkurendid!



© OLLE KÄRNER

MM-i maiuspalaks kujunes viimasel päeval peetud **teatevõistlus**. Naiste rajad olid küll lühikesed, kuid vigade tegemise võimalusi jätkus piisavalt.

Esimesest vahetusest tulid üheksa esimest naiskonda võrdlemisi väikeste vahedega, Soome ja Tšehhi koondised ees, Grete Eesti eest viiendana. Liis andis teise vahetuse üle kaheksandana, kaotades liidriks 46 sekundit.

Viimane vahetus kujunes orienteerumisasjaloo üheks põnevamaks vaatamänguks, eestlastele veel eriti seetõttu, et meie oma Annika Rihma mängis selles samuti olulist rolli. Etapil teise punkti langesid konkurentid väljale Soome, Taani ja Tšehhi. TV-punktis oligi liidriks kerkinud meie Annika rootslaste Annika Billstami ees. Ka järgmises TV-punktis oli olukord sama – Annikad ees, Marianne Andersen Norrast 30 sekundi kaugusel ja teised jälitajad juba rohkem kui 2 minutit maas.

Esimene eksimus tuli Eesti Annika poolt. Väiksemad vead neljanda ja viienda punktiga tähendasid, et Rootsi ja Norra läksid mööda. Järgmine väärataja oli teine Annika – rootslane eksis seitsmenda punktiga ja lasi Marianne Anderseni mööda. Samal ajal tegi Annika Rihma kuuenda punktiga nii suure vea, et rohkem kui minuti kaugusele ette said ka Tšehhi ja Šveits ning Eesti oli koos Ukraina ja Soomega ainult pisut Taanist ja Leedust eespool. Üheksandas punktis oli Marianne Anderseni kord. Heasse hoogu sattunud Minna Kauppi oli kinni püüdnud Šveitsi Judith Wyderi, nemad jooksid publiku eest läbi kolmanda-neljandana vähem kui minut hiljem, jälitatuna Norra, Eesti, Taani poolt.

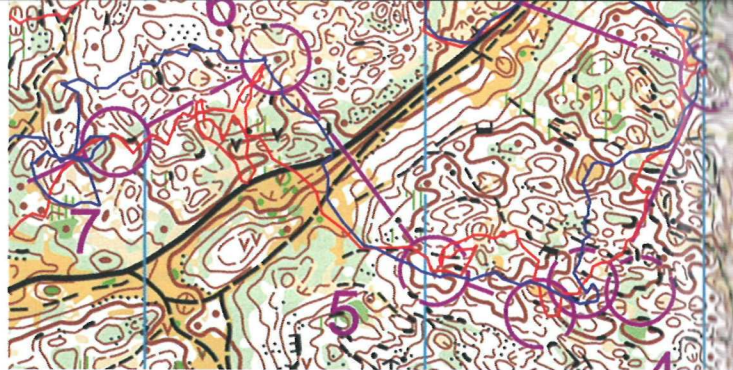
Kolmeteistkümmes punkt ei olnud liidritele õnnelik. Nii Rootsi kui Tšehhi jooksid

sada meetrit punktist mööda, lastes esimest korda poole minutiga liidriteks Soome ja Šveitsi ning jõudsid punkti koos Norraga. Soome ja Šveitsi poolehoidjaid pani õhku ahmima aga 15. KP – äsja võistlust juhtima asunud Minna Kauppi ja Judith Wyder tundusid jooksvat täiesti vales suunas! Kauppi suutis vea korrigeerida ja keeras tee peale välja jõudes õiges suunas, kuid Wyder jätkaski jooksu telekaadrist välja. Soomlanna viga eelviimase punktiga tähendas grupifinišit, kus lõpusirgel enam siiski kohti ei vahetatud – Minna Kauppi võitis Soomele viimase viie aasta jooksul neljanda teatekulla, Tšehhi naised said 1995. a järel esimese teatemedali ja Rootsi jäeti kolmandaks. Eesti ees lõpetasid veel ka Norra ja Taani, seega said Grete, Liis ja Annika hakkama Eesti võistkonna ajaloo parima teatejooksuga orienteerumisjooksu MM-idel.

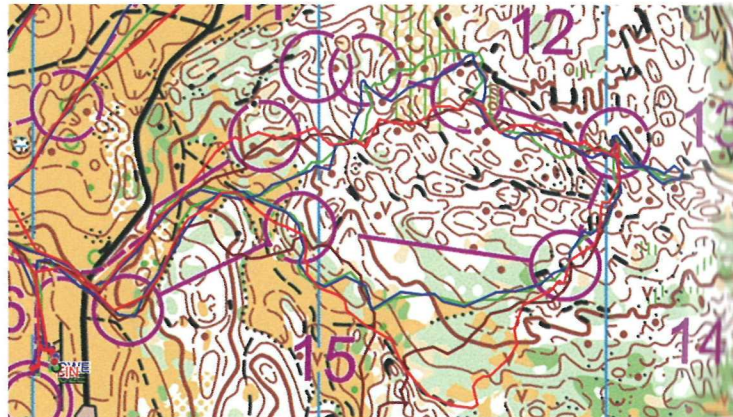
Meeste teatejooksu favoriitides kahtlus ei olnud – viimased kolm MM-i erinevatel põhjustel ebaõnnestunud prantslastelt oodati kodus kindlasti kullavõitu. Võrreldes naiste võistlusega kulgeski meeste jooks rahulikult. Eesti sekkus tippheitlusesse esimeses vahetuses, kust Olle tuli välja teisena. Peeter andis

teises vahetuses üheksandaks langes natuke rohkem ära ja Lauri suutis Eestit tõsta ühe koha võrra kaheksandale, mis oli ka meestel MM-ajaloo kõrgeim koht. Teatejooksu kulla tõi koju Guergiou, teine koht läks Norrastele ning kolmas Rootsi.

Prantsusmaa MM jäi osalejatele meelde ülinõudlike maastike, pealtvaatajatele põnevate võistluste ja kõrgetasemeliste ülekannete poolest. Järgmisel – olümpia-aastal – toimub MM vaid 150 km kaugusel Aix-les-Bainsist asuvas olümpiapealinnas Lausanne'is.



3. vahetus – punane joon Annika Rihma, sinine joon Annika Billstam



3. vahetus – punane Soome, sinine Rootsi, roheline Tšehhi, pruun Šveits

Grete Gutmann

Ettevalmistushooaja peaaesmärk seisnes sel aastal kindlalt MM-il, erilise rõhuga sprindil ja teatel. Kuigi kevadel tuli teha võrdlemisi pikk paus treeningutest lõputöö kirjutamise tõttu, siis läksin MM-ile vastu teadmisega, et talvel tehtud töö on kehas ja vaimus.

Tavaraja kvalifikatsioonis tegin totaalselt vale teevaliku, millega „kinkisin“ endale terve posu mittevajalikke tõusumeetmeid, mis võtsid nii füüsilise kui ka vaimse jõu. Seejuures on võrdlemisi head etapiajad raja lõpuosas mõneti üllatavad.

Sprindiks olin valmistunud ilmselt kõige pikemalt ning läksin mõlemale jooksule teisipäeval vastu võrdlemisi enesekindlalt. Mida õppisin? Eelkõige takistab mind sprindis väga head tulemust saavutamast täna kiiruse ja sprindivastupidavuse puudumine.

Teateks valmistudes närisid mind selle aasta esimese vahetuse ebaõnnestumised, kuid kindel otsus joosta puhas jooks kasutades rajal alati nn ründepunkte (eriti punktiäärkonnas) viis sihile. Isegi, kui etapi keskel võis järg korraks ära kaduda, suutsin end sundida punktile lähenema kindla objekti kaudu. Liisi ja Annika jookse oli platsil väga põnev jälgida ning lõpptulemuse üle saab ju ainult rõõmustada.

Mida ma MM-ist õppisin? Sain kinnitust teadmisele, et kõige paremini oskan hetkel valmistuda sprindiks ja teateks. Seadsin eelneval sügisel ambitsioonika eesmärgi saada maailma parimaks esimese vahetuse jooksjaks. MM pani mind selle eesmärgi mõttekuses kahtlema. Kas eesmärk joosta teadet hästi aitab mind saavutada häid tulemusi individuaalidantsidel või peaks eesmärgipüstitus olema vastupidine – lühiraja maailmameister võidab ka teates esimese vahetuse? Usun, et 2012. aastale vastu minnes teen ettevalmistuses vastavad korrektiivid nii eesmärkide kui ka treeningmeetodite osas.



© OLLE KÄRNER



© OLLE KÄRNER

Liis Johanson

Teadsin, et saab väga raske olema ja et kõik hakkavad ära eksima, mis on väga hea- "sest mina ei eksi"! Olin ette valmistunud lühirajaks, tava polnud algse programmi kohaselt ette nähtud. Pidin oma 100% keskendumist lühirajale hakkama jagama, kuid sellegipoolest olin enesekindel. Läksin auahnelt peale, unustades sealjuures tava eeljooksus lihtsad o-tehnilised nüansid, mille tõttu kogunes vigu kokku 17 minuti jagu. Aga jalg oli hea, see isegi jooksis.

Lühi eeljooksus kaotasin liiga palju aega 2. ja 3. punktiga. Ülejäänud raja läbisin suhteliselt rahulikult kergemate komistamisega. Olin pettunud rajas, see oli jooksupäev ja maastik polnud nii tehniline. Lühi finaalis oli auahnus endiselt olemas, aga enesekindlus kõikus pärast eelnevaid kogemusi. Olles esimese hästi kätte saanud panin tempo peale. Kujutasin ette kuidas naised "tõmbavad" ja nii tegin ka mina.... kuni enam ei saanud aru mitte midagi. Lõpuks leidsin enda kuuenda, siis kolmanda ja lõpuks teise punkti. Sellega oli jooksupäev joostud. Teade oli viimane võimalus midagi saavutada. Maastiku pidavat tulema eestlastele kodusem. Närv oli nagu vibu, mida pingule tõmmati. Nähes Gretet üli head sooritust tegemas olid Elo rahustavad sõnad igati vajalikud. Jooksin kontrollitult. Siiski ühe 45" vea tegin ja nii tuli natuke aega üksi tegutseda kuni jälle keegi põõsaste vahele tekkis. Selle jooksupäeva võib päris rahul olla. Ja võistkonna tulemusega veel eriti!

Prantsusmaa MMi tavaraja päev

OLLE KÄRNER

Minu ülevaade tänavuse MMi tavarajast pole traditsiooniline võistluskirjeldus. Püüan lugejale avada mõtteid, mis liiguvad sportlase peas enne hooaja tähtsaimat võistlust ja ka selle ajal. Tihti räägitakse, et orienteerumine on keskendumise ala. Seda on lihtne öelda ja lihtne mõelda. Aga kuidas seda praktikas teha? Visata kõik ebaoluline peast ja mõelda vaid olulisele? Tundub liiga lihtne. Mul on hulk küsimusi, kuid loodetavasti leiab igaüks endale ise vastused. Hea, kui teil on huvitav lugeda. Tore, kui leiate midagi kasulikku.

Hingelise valmisoleku proov ehk lisäülesanne

Eestlastest oleme Lauriga ainsad, kes tavaraja finaali jooksevad. Mehisele katsumusele lisaks saame ootamatu võistlusele lisäülesande. Üllatusena kuulen pisut enne ärasõitu füsioterapeut Aililt, et treener Elo on jooksupäev läinud ja pole veel tagasi. Sätin end rahulikult minekuvalmis ja usun, et saame kenasti õigel ajal liikuma. Mõnus surin on sees, ees ootab orienteerumise maiuspala.

Kokkulepitud ajal oleme siiski auto juures Lauriga kahekesi. Meid peaks olema viis. Kas see on ka pikamaajooksja üksildus? Mitte ainult pimedas ja külmas talves üksi trambitud kilomeetrid, vaid kõik kokku, alates sügisest kuni MMi finišini? Pühin negatiivsed mõtted peast ja tulen tagasi praegusse hetke.

Lauri ütleb mitu korda järjest, et sõidame minema. Ütleb vaikselt, kuid nõudlikult. Muidu üllatavalt oleguga noormehest kiirgab selgeid ärevuse märke. Ei, mitte väliselt, aga tunda on küll. Ja ma saan temast väga hästi aru. Meil läheb õigeks ajaks starditsooni jõudmisega keeruliseks. Korraldajate rangus karantiintsooni sulgemisega on erinev, kuid

hilinenud võistleja tühistamise pretsedent on varasemast olemas ja mõtetu oleks riskida. Istume autosse. Olukord ei saaks minna enam kontrastsemaks, kui veel tänaval seisv Kirti avab rahulikult coca-cola purki ning samal ajal kibeleb mu paremal käel istuv Lauri kannatamatult ärasõidule. Eesti orienteerumise tulevikulootuse sõnum auto ukse vahelt on sirgjooneline: "Väljasõit oli 45, mitte 50!" Tragikoomiline, kuid Lauri hääled kõlas justkui Peeter Oja oma Tarmo Leinatammele: "Ja sina ka oma seaga..."

Kirti hüppab autosse ja sõidame pesema läinud treenerita minema. Tee märke on pikk ja kääruniline ning loomulikult on just sel päeval Prantsusmaa kõige aeglasemad autod täpselt meie ees tõusu võtma tulnud. Ärevus tõuseb iga minutiga. Ei tea, kas see on mõnest napimast möödasõidust või hakkab mulle reaalselt päralt jõudma, et me võimegi hiljaks jääda ning korraldajatel on täielik õigus meid mitte starti lubada. MMi starti hilinemine oleks ikka tõeline fiasko.

Olen suurvõistluse aastatega mõistnud, et mul on mingi optimaalne stardieelne seisund, mille pealt suudan teha õnnestunud jookse. See on hingeline tasakaalus olek, ärevus ja rahu, hea tunne. Küllap on teistel samuti mingi optimaalne seisund. Kuidas seda saavutada, kuidas häälestada sportlast, kui aeg surub peale?

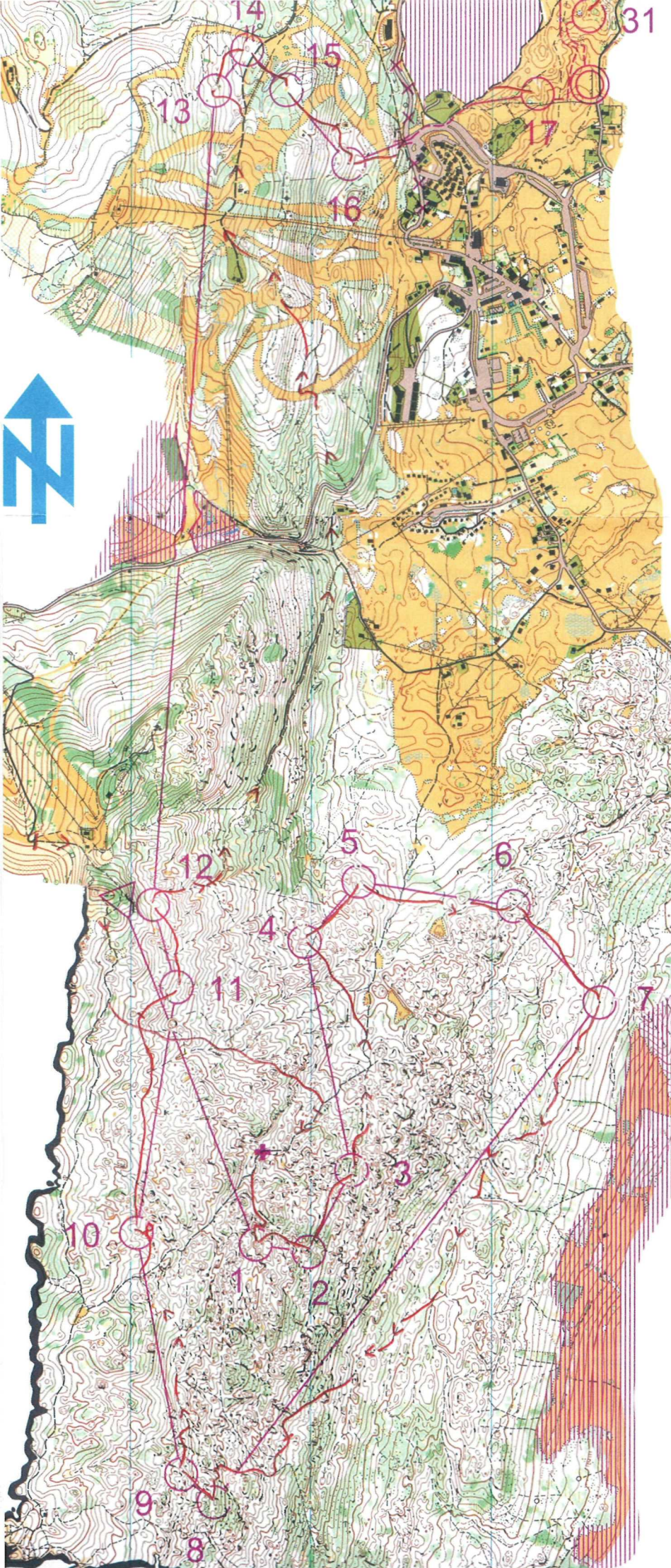
Saan aru, et autos on pinget liiga palju. Optimaalseks seisundiks oleks vaja tuure maha võtta. Aga kuidas seda teha, kui Ford samal ajal järjest tuure üles kütab nagu vana hea DJ Onu Bella Vilde lokaalis? Püüan visata paar nalja, aga need pole vist kõige õnnestunud. Tundub, et füüsio Aili on osutunud oma rahuliku ja rõõmsa olekuga koondise parimaks psühholoogiks. Telefonikõnes Elole mainib

ta, et kõik on hästi ja poisid jõuavad ilusasti. Huvitav, kas see on nüüd meie, treeneri või mõlema poole rahustamiseks? Oli tal tege-likust graafikust ka aimu või mitte, aga igal juhul hea katse õhu leebemaks muutmisel.

Enda arvates ma eluohtlikke manöövreid ei tee, kuigi ilmselgelt jääks sel päeval Automi sõidumeistri kleps saamata, sest eeskirju tuleb rikkuda korduvalt. Piinab Fordi nagu võimalik on, kuid lahja mootoriga Focus ronib tuhandet tõusumeetrit väga vaevaliselt. Loodan, et mul endal on täna tõusudel kergem. Vahepeal



© NIELS-PETER FOPPEN



tundub, et graafikuga kisub ikka päris kriitiliseks. Jõuame siiski turvalise varuga minut enne karantiini sulgemist kohale. Focuse kärsahais saabub pool minutit hiljem. Koos meeletu kergendusega tunnen, et adrenaliin on kosmoses ning kergest surinast on saanud üldine värin.

Füüsiline lisaülesanne on sooritatud, kuid leida jääb veel optimaalne võistluseelne seisund. MMi finaali on ootamas, pean end täielikult ümber lülitama. Elo saabub teise autoga ja vabandab, et nii läks. Ma ei oska midagi kosta. Lauri ütleb, et õhtul on sel teemal koosolek. Ma ei tea, mis mõtted käisid noormehe peas viimase kolmveerandi tunni jooksul, kuid usun, et ta saab enda jooksule häälestamisega hakkama. Nii usun ka enda kohta. Individuaalalal sportlastena peame olema valmis kõigega ise hakkama saama, mida ka võistlus või sellega kaasnev ette ei tooks. Kuid kindlasti oluks oluliselt mugavamaid viise starti jõudmiseks ja selline soojendussõit peab jääma meie koondise viimaseks. Autot ma hea meelega enne starti ei juhiks, sest tähelepanuvõimetus pole mõtet kulutada. Tore on see, et oleme Lauriga närvilise autosõidu järel rahulikud. Vähemalt väliselt. Peame valmistuma võistluseks ja järgmise 1,5 tunni jooksul vahetame vaid paar üksikut lauset. Seejärel on minek.

Prantsusmaa mõistatus

Viimase 10 kuu jooksul olen olnud siinkandis laagris kokku üle kolme nädala ja tunnen, et olen MMiiks valmis. Trennid MMi maastikel on olnud olulisim osa ettevalmistusest. Esimese kahe laagriga ei saanud ma pihta, mil moel saaksin siin veatult ja kiiresti liikuda. Mu viletsavõitu hüppeliigesed olid kividest valusad ning ma ei saanud end kuidagi jooksma ja sujuvalt kaarti lugema. Halb pinnas, kohati ka kõva tuulemurd ning risu – jooksu pealt lihtsalt ei saa hästi kaarti lugeda. Aga peab lugema, sest maastik on väga keeruline. Kui iga lugemisega seisatada, siis kaob kiirus täielikult.

Kuidas siis lahendada Prantsusmaa mõistatus? Viimases laagris leidsin endale sobiva variandi. Otsustasin kasutada tavapärasest rohkem mälu järgi jooksmist. Saan ju keskenduda ühele asjale korraga. Kui jalge all on kiviväli, siis on pilk suunatud võimalikult sujuva jooksutee leidmisele ning kaarti ma ei loe. Etapi pilt ja vajalikud vaheorientiirid on peas. Seda eriti allamäge lõikudel, kus pidurdused võtavad oluliselt aega. Tõusudel on hoo pealt lihtsam kaarti lugeda. Proovisin seda laagris ning see töötas. Seisatused tulid natuke pikemad, kuid neid oli vähem. Väliselt kandilistem kui mu tavaline o-tehnika, kuid sisemiselt siiski sujuv liikumine. Kogesin, et kiirus paranes oluliselt. Abiks lugesin mälulõigu ajal samme ning kontrollisin suunda. Mulle tundus, et see kokku oli hea lahendus mõistatusele. Luupi kasutasin palju, eriti tavaraja 15 000 skaalaga.

Võistlus

Eelstardi alasse jõudes on hea tõdeda, et see asetseb seal, kus arvatud. Tähistus starti viib suurest suusanõlvast üles ja kaardi saame ilmselt maailma äärel. Tahavad vaatega uinutada? Pigem tahavad häid kaadreid TV-le. Sel hetkel ma veel ei tea, et see ei osutunud ainult looduskuniks stardikohaks, vaid ka eriti õnnestunud valikuks rajaplaneeringul, sest avaetapp tegi paljudele kõvasti peavalu.



12 minutit stardini. Saan GPSi selga ning loa alustada tõusu. Võtan väikse pudeliga jooki kaasa ja astun-sörgin eelstardi tähistust mööda mäkke. Higi jookseb. Päike kütab kõvasti. Tegin väga lühikese soojenduse. Tuleb pikk päev, palju pole vaja. Kallan joogi vähehaaval sisse ning jätan tühja pudeli -4 joonele. Siin on palju tühje pudeleid.

Suund, mälu, sammud – ma oskan seda! Liigne aukartus maastiku ees oleks halb ja seda mul pole. Olen veendunud, et teen hea jooksu. See veendumus on süvenenud viimase nädalaga, kui väga keerukad trennid läksid väga hästi. Siiski veendumusest üksi ei piisa. Ma ei ole siin ja praegu, vaid olen täiesti liimist lahti. Tähistatud lõik K-punkti on piisavalt pikk, et teha otsus esimese etapi suhtes, kuid mõtted on hajevil ja mind tabab tõrjumatu otsustusvõimetuse laine. Ma ei tea, kuidas lahendada avatappi. Jooksen ja jooksen, aga ei tea, mida teha. Mida tunneb jalgpallur, kes ei suuda otsustada, kas lüüa penaltit jõuga, täpselt või hoopis mõlemat korruga ning selles otsustamatuses veeretab palli nõrgalt keset väravat? Võib vedada, aga ikkagi väga halb variant.

Tark oleks kindlasti võistlust alustada turvalise teevalikuga. Mul on aga peas valikute keeristorm ning endalegi märkamatuult lähen kohe esimesel etapil ebalevalt lõikesse, ei suuda olulisele keskendumisele ning kaon kiirelt kaardilt. Üritan end küll iga suurema objekti abil kinni lugeda, kuid ei suuda. Suurem teerada on piduriks ja varsti saan aru, et olen vajunud nõlval väga kaugele alla. Teen veel punktiga

ka väikse vea, et ikka külm dušš oleks täiuslik. Umbes neli minutit potit alla esimese punktiga. Kohutav algus.

Selline purakas mobiliseerib mu mõtted hoobilt võistlusele. Keeran luubi peale ja jooksen teise punkti juba samme lugedes ning mälu kasutades. Aluspind on kivine ja pean kasutama rohkem mälu, et hoida kogu tähelepanu jalgealusel. Lohk, orvand, lohk, seisatus, kontroll, kalju, punkt. Töötab. Kolmas, neljas, viies, rütm on käes, kõik sujub. See on lihtne. Kukun ühe korra ja luup läheb katki. Pagana õrnad vidinad, neid ikka läheb. Vast saan ilma hakkama ja enne lõppu treenerite alast uue.

Etapp kaheksandasse on pikk ja pakub võimalust ringijooksuks nõlva kõrgemas osas lookleva suure teeraja kaudu. Mets siin all on aga hea joostavusega ja kaduvaid radu on ka, mida kasutada. Jooksen otse. Tõusta tuleb vähemalt 135 meetrit ja seda on kõvasti tunda. Diagonaalis kivise nõlva ründamine on ebameeldiv, eriti sellise nurga all, mis etapi lõpus ootab. Enne punkti hakkab automaatselt luupi peale keerama, aga kompassi küljes pole midagi. Meelest läks. Kaardil tundub olevat väike nihe, sest suur enamus meestest kaldub kindlast kohast punktile peale minnes paremale. Mina samuti ja kahjuks natuke rohkem, kui paljud teised. Minut läheb kiirelt.

Tõus jätkub. 10. punkti ümbrus üllatab mind, ma ei saa siin reljeefist aru. Teen punkti lähedal 45-sekundilise haagi ja läbin KP vaid sisetunde järgi. 12. punktiga saab nõlvaorienteerumise osa läbi. Kui avatapp välja jätta, siis

üldjoontes kõik sujub ja olen püsinud poolte esikümne meestega sarnases graafikus. Tõsi, paar väiksemat viga on sisse lipsanud. Näen enne pikka etappi kuus minutit enne mind startinud Lauri selga ja mõistan, et see pole tema päev.

Järgneb füüsiline rajalõik ehk eliidi väsitamine, nagu seda Eestis kutsutakse. Teevalikul 13. punkti jooksen paremale alla, kuid see osutub aeglasemaks variandiks. Olin seda etappi vaadanud juba ka varem raja peal, kuid kontrollisin kiiresti 12. punktis üle ja mulle tundus mu valik hea. Etapi lõpuosas saaksin hõlpsalt 20 m vähem kõrgust võtta, kuid loen reljeefi valesti ja jooksen üle suure nina. Mis seal ikka, tõus tugevale liiga ei tee. Ainult aega kaob, kui on asjata tõus. Kaotasin kiirematele (algus läänepoolt mäge ja siis sirgjooneliselt üles) selle etapiga üle kahe ja poole minuti, kuid mul oli paar viga etapil ka. Variantide vahe vigadeta jooksu puhul oluks ehk umbes minut.

Saan võistluskeskuse läbijooksul joogi ja geeli. Purunenud luubi asemele küsin varukompassi, kuid seda pole kellelgi kaasas. Lõpuosa on kõvas kribus ja tean, et pean väga kõvasti pingutama, et kaardilt infort kätte saada. Kohe keskusest minnes ootavad viis pähhelit – lühilõigud tihedas metsas, keerulised punktid. Neist ühe saan kätte probleemideta, ülejäänutega läheb igapähega 0:30-1:00 kaduma, enamasti punktirõngas. Väsimus kasvab, higi on silmas ja ma peamiselt oletan, sest päris täpselt ei tea, mis objekte ees oodata.

Veel pole vist rajameistri arvates eliit päris väsinud ja meid aetakse kolmeks etapiks igavavõitu maastikule. Midagi keerulist siin pole, jooksmata muidugi peab. Raja lõpp on taas tõsine nikerdamine. Tõusen kümme minutit enne lõppu 15. kohale, kuid seejärel eksin viimasest viiest punktist kolmega (igaga 0:30-1:15) ning maandun finišis 22. platsil. Seljataga on kõige vingem MMi rada, mis ma kunagi jooksnud olen ning kõige sandim jooks, mis MMil kunagi teinud olen.

Olen ka finišis veendunud, et oskan sel maastikul väga hästi orienteeruda. Halva jooksu probleemid on mujal. Kui tavaliselt on suurvõistlusteks vaimujõu mobiliseerimine minu selgeks plussiks, siis paaril viimasel tiitlivõistlusel pole mul õnnestunud vajalikku keskendumistaset saavutada. Teistele ei anna see teadmine muidugi midagi. Minust jäi maha kole ja kõver joon ning vilets koht lõpuprotokollis. Ja selle eest pean ma vastutama. Hirmsasti tahaks seda võistlust uuesti joosta. Nii ei saa jääda! Pidanuksin kindlasti jooksmata alla kahe tunni (läks 2:08). See ei oleks nõudnud mitte midagi erilist, jätuks ruumi väiksemateks vigadeks ning andnuks koha esikümnes.

Enne ja pärast MMi

E LO SAUE

MN21 koondise treener-esindaja

Selleaastane MM küttis kirgi!

ENNE MMi on teadupärast koondise koostamine, mis toimus aasta algul koostatud ja kinnitatud dokumendi „MN21 orienteerumiskooksi koondise koostamise alused 2011. aastal“ (edaspidi juhend) alusel. Vastavalt sellele juhendile said Annika Rihma ja Olle Kärner koondisesse kui EMV lühiraja ja Balti MV võistluste summas parimad. Kirti Rebane ja Lauri Sild pääsesid koondisesse mai lõpus koondise Prantsusmaa treeninglaagri ajal toimunud suure rahvusvahelise tavaraja võistluse parimate eestlastena. Grete Gutmann ja Peeter Pihl seiklesid oma koondisekoha välja sama laagri ajal korraldatud lühiraja võistlusel.

„Juunikuus lumi on maas...“

Esimesed kired ongi seoses lühiraja katsevõistlusega. Meie elukohas, ca 500 m kõrgusel merepinnast, sadas vihma. Maastikul 1500 m peal oli lumi maas. 1. juunil! Punktid olid metsas, rada planeeritud, võistlejad kohal. Kusagile seda jooksu edasi lükata polnud, nii et otsustasin katsevõistluse ära pidada. Jah, oli libe ja külm (+4 kraadi) ning kaart oleks saanud täpsem olla, kuid tingimused olid kõigil samad. Väidan jätkuvalt, et orienteerumises tuleb kõigeks valmis olla ja kohaneda.

Sprindi katsevõistlusel (MK-etapp Soomes enne Jukola teatevõistlust) ükski koondisesse kandideerija ei osalenud.

Juhend ütleb, et „EOLi poolt finantseeritava koondise maksimaalseks suuruseks on 4 meest ja 4 naist ning katsevõistluste tulemusena vabaks jäänud koondise kohad ning jaotuse MMi distantside vahel määrab treenerite nõukogu tähtajaliselt kandideerinute hulgast. Kui koondisse pääsenud sportlased kõikidel distantsidel võistelda ei soovi, on treenerite nõukogul õigus lubada vabaks jäänud startikohtadele võistlema MMi kandidaate, kes koondisse ei pääsenud. Nimetatud lisakohtadele lubatud sportlased tasuvad MMi osavõtumaksu ja kõik muud

võistlusreisiga kaasnevad kulud ise.“ Treenerite nõukogusse kuuluvad Vallo Väher, Sarmite Sild, Kolla Järveoja, Rein Rooni ja mina. Koondise koostamisel on väga oluline sõna MN21 koondise treener-esindajal.

„Tavaraja võitjad jäid MM-koondisest välja!“

Nii ongi. Ja võib ka edaspidi juhtuda. Arvestades suurt vigastuste ohtu Prantsusmaa kivil maastikul, ei julgenud ma kolme mehega ehk täpselt teatevõistkonnaga välja minna. Seepärast mõttekoht, kas koondisesse valida Timo Sild või Kristo Heinmann ... Paljude jaoks üllatuslikult osutus valituks Kristo. See oli minu eelistus ning põhjendus treenerite nõukogule järgnev: „Erinevalt Timost osales kõigil katsevõistlustel. Oli EMV lühirajal 7., Balti MV-l oli 10. ja eestlastest 2., Prantsusmaal laagris tavarajal 47. (kaotus Laurile 9:11), eelmisel aastal EMV tavarajal 2. ja sprindis 1.“ Lisaks näitas Kristo tahet MMil osaleda ja seal hästi joosta. Timol on potentsiaali ja väga häid tulemusi, kuid peale EMV lühiraja võidu koondisega seoses tulemust polnud. Ei olnud mingit alust eelistada Timot.

„Ilma naisteta on kurb maailm...“

Naiste osas oleksin mina piirdunud kolme-ga, pannud ennast sportlaste nimekirja ning jäänud lootma, et koondislastel jalad terveks jäävad. Treenerite nõukogus ja EOLi juhatuses arutades tuli otsus võtta koondisesse ka neljas naine, kuid täieliku omafinantseeringuga ja vastavalt juhendile võimalusega see osaliselt või täielikult tagasi saada. Mina ei osanud katsevõistluste tulemusel koondisest väljajäänud Liis Johanson ja Merike Vanjuki vahel valida, kummagi tulemused olid sel kevadel ... mitmekesised. Treenerite nõukogu eelistus kuulus Liisile ning distantsiks sai teiste koondislaste poolt vabaks jäänud lühirada. Pärast Annika tavarajast äraütlemist tegin Merikesele pakkumise tulla jooksma seda ühte distantsi (täieliku omafinantseeringuga), kuid ta loobus ning Liis sai jooksma ka tavarada.

MMi AJAL oli kirgi vähe

Rahulikud ja tuimad põhimaal see nagu me vist oleme. Võistluspäevade-ajaste

koondise koosolekutel Hollywoodi filmidest pärinevaid ergutuskõnesid ei peetud, eksimuste pärast söimata ei saadud, üksteist välja ei vihastatud ning rõõmuhoiseteks põhjust ei antud. Kuni lühiraja finaali päeva õhtuni. Teadupärast ei läinud meil lühirajal just kõige paremini (Lauri 22. ja Annika 28. koht on enam-vähem, aga mitte need tulemused, mida nad ise tahtsid) ning see oli viimane individuaal distants. Meeleolu ligadi-logadi, teade meil ju nagunii välja ei tule (eelmisel aastal nii meestel kui naistel 15. koht), miks me üldse siin oleme jne ... Kogu sellest olukorrast tekkis mul üks sõnavõtt, lihtsalt tuli. Ma ei mäleta, mis seal täpselt oli ja filmi sellega ka vast ei pääseks, kuid meie jooksjate nägusid vaadates tundus, et mõjus.

MMi teatepäeval oli kirgi palju!

Oskan füsioterapeut Aili Lopmani, abilise Jürgen Einpauli ja võistkonnadest välja jäänud Kirti ja Kristo ning loomulikult enda nimel öelda, et pealtvaatamine on palju raskem kui ise võistlemine! See päev tulebki kogu MMist eraldi välja tõsta, sest tegemist oli tõesti erakordse võistlusega. Ma ei mõtle siin mitte orienteerumisvigade rohkust, liidrite vaheldumist, põnevat GPS täpikete jälgimist, Eesti liidrikohta naiste võistluse viimase vahetuse esimeses pooles ja muud taolist. Minu jaoks oli erakordne see, mismoodi nii meie naised kui mehed end kokku võtsid ja lisaks isendale ka võistkonna eest jooksid. Nägin neid kõiki kõigi eelmiste võistluste stardis ning väidan, et see teatevõistluseks valmistumine oli midagi muud! Mida täpselt nad endaga tegid, peavad nad nüüd ise omale selgeks tegema ja järgmistelgi kordadel kasutama, vajadusel ka individuaalvõistlustel.

PÄRAST MMi on ettepoole vaatamise aeg. Kirega. Tehtut ei saa muuta, küll saab sellest õppust võtta. 2012. aastal toimuvad nii Euroopa meistrivõistlused kui MM. Esimene neist 12.–20. mail Rootsis ja teine 14.–21. juulil Šveitsis.

Sportliku poole pealt on jätkuvalt üks huvitavamaid teemasid – kes ja mille alusel koondisesse saavad? Järgmisel aastal on põhiklassis mitu tänast juuniori, kes võiksid ka täiskasvanute seas edukalt võistelda. Mis tähendab konkurentsi on suurem. Saab olema huvitav



Kuumuselainel kihutades

LAURI MALSRÖÖS

2011. aasta rattaorienteerumise maailmameistrivõistlused toimusid 22.–27. augustil Põhja-Itaalias, Vicenzas. Eesti koondist esindasid Margus Hallik, Tõnis Erm, Lauri Malsroos ja Taaniel Tooming.

Kohale sõitsime kolm päeva varem, 19. augustil, lennates Stockholmi kaudu Veneetsiasse. Lennujaamast väljudes saime kohe aru, et soojusega siin riigis kokku ei hoita. Termomeeter näitas selgelt üle 30 kraadi kuumust. Üldjoontes sujus saabumine hästi – jalgarattad lendude ajal kaduma ei läinud ning varem Europcaris broneeritud Fiat Doblo tõestas taaskord oma ülimat sobilikkust neljale jalgrattaga reisivale mehele. Järgmise päeva hommikul saime aimu ka Itaalia hommikusöögikultuurist – sarvesaiake ning cappuccino. Kuna meie püüdlused oma söögikohast toitu juurde saada ei olnud edukad, siis võistluste päevadeks olime sunnitud poest lisa ostma.

Tavaraja kvalifikatsioon

Tavaraja eelsõit toimus üsna mägisel maastikul väga kuuma ilmaga. Mitteametlikel andmetel oli sooja 36 kraadi. Suhteliselt madal õhuniiskus leevendas natuke võistlustingimusi. Itaallased olid väga palju rõhku pannud nn välisele ilule – start asus ühe linna keskuses ning finiš oli teise linna keskväljakul, kusjuures eelstarti pidid ratturid sõitma üle 8 kilomeetri. Korraldajate planeering täitis oma eesmärgi: pealtvaatajaid oli nii stardi- kui finišipaigas üsna palju.

Sooja ilma ja mägise maastiku tõttu kujunesid eelsõidud ajaliselt planeeritust oluliselt pikemaks, meesteklassis paljudel üle 1,5 h. Meestest tegid hea sõidu Tõnis ja Lauri, kes kvalifitseerusid A-finaali oma eelsõitudele vastavalt 6. ja 17. kohaga. Õnnetu päev oli Margusel, kes juba raja esimesel kolmandikul murdis sadulaposti kinnituse ning oli sunnitud katkestama. Kuna juunioridel said A-finaali kõik raja määrustepäraselt läbinud, ei hakanud paljud mehed viimast mängu panema sõitsid raja kerge varuga läbi. Nii ka Taaniel, kes oli 24. kohal ainsas eelsõidus, kus rajal oli 59 meest. Õhtul toimus Vicenza keskväljakul suursugune, kuid väsitav avatseremoonia.



© MARGUS HALLIKU ERAKOVU

Tavaraja finaali

Tavaraja finaali töötas tulla kõigi aegade karmim. Korraldajate etteantud parameetrid olid 37,3 km mööda optimaalset marsruuti ning 1350 tõusmeetrit ehk 50 meetriga trumbati üle eelmise aasta finaalsõit Portugalis. Eestlastest läksid rajale Lauri ning Taaniel. Tõnis otsustas ränkaskest katsumusest loobuda, pidades silmas oma lemmikdistantse, sprinti ja lühirada. Margus otsustas B-finaalist samuti loobuda, et panustada lühematele sõitudele ning teatele. Finaalis meie meestel ratas just liiga hästi ei veerenud. Taaniel oli sunnitud katkestama peale üsna tõsist kukkumist järsul mäenõlval, mille tulemusena ta põlve ära pörutas. Lauri tegi kohe raja alguses ühe aeglase teevaliku, millele otsa omakorda mitmeminutilise vea samal etapil. Edasi sujus sõit paremini ning targalt jõudu säästes jõudis mees finišisse 34. kohaga, mis on ainult kahe koha võrra kehvem Lauri parimast tavaraja kohast Iisraeli MMil. Sooja oli sel päeval erinevates maastikuosades 38–40 kraadi ning ainsa finišisse jõudnud eestlasele kestis sõit üle 2,5 h. Meesteklassis saavutas kindla võidu Soome koondise esinumbriks tõusnud Samuli Saarela ajaga 2.00.12, edestades taanlasest MK-sarja üldliidrit Erik Skovgaard Knudsenit 4 minuti ja 35 sekundiga. Pronksile jäeti mitmekordne tavaraja maailmameister Ruslan Gritsan Venemaalt, kelle kogunes kaotust juba 6:15. Naistest võitis väga tugeva ratturina tuntud Rikke Kornvig Taanist, kellele Ingrid Stengard Soomest kaotas 6:13 ning kodupubliku rõõmuks 3. koha saanud Laura Scaravonati juba 9:26. Meesjuunioridest võitis Andres Proschowsky Taanist ning neidudest Svetlana Poverina Venemaalt.

Lühirada

Võistluse eel oli kõigil eestlastel kerge eelaimus, et mägisel maastikul kujuneb võistlusest tavaraja lühem vend, nagu eelmise aasta Portugalis, kus rada tehnilise keerukusega just liialt ei läinud. Õnneks nii siiski ei läinud. Raja esimene pool pakkus keerukaid etappe, kus tuli võtta arvestavalt palju tõusmeetreid. Keskosa oli lihtsam, valdavalt mööda asfaltteid, et võistlejatel kiirused üles ja pea kuumaks ajada. Lõpuosa pakkus taas mõnda raskemat etappi.

Meie koondise parim oli sellel päeval kindlasti Taaniel, kes püsis enamiku rajast 2. kohal, alguses isegi võistlust juhtides.

Kahjuks läks eelviimase punktiga järg käest, mis kukutas mehe lõpuprotokollis viiendale reale, mis on see eestlaste läbi aegade parim juunioride tulemus. Põhiklassi meestel jäid kahjuks head tulemused sooritamata. Tõnis leidis raja esimesel kolmandikul kaardistamata traktorijälje, mille tõttu tuli ligi 2-minutiline viga. Pärast vaatepunkti tehtud suur ringisõit maksis Tõnisele veel mitu lisaminutit ning 25. koht oli tõsiasi. Margus oli endiselt kimpus kõhaga ning sai 39. koha. Lauri tundis sellel päeval head minekut, kahjuks nurjas hea sõidu suur viga raja keskosas. Kohaks jäi 41. Meeste klassis suutis oma eelmise aasta tiitlit kaitsa ning sellel MMil juba teise kulla võita Samuli Saarela. Ruslan Gritsan kaotas ligi 3 minutiga, pronksile sõitis ennast austerlane Tobias Breitschädel. Naistest tegi rattaorienteerumisajalugu Michaela Gigon, kes võitis 7. maailmameistritiitli. Anna Kaminska Poolast kaotas talle 15 sekundit, olles teine, ja Rikke Kornvig 1.02, saades kolmanda koha. Meesjuunioridest võitis Tšehhi noor tulevikulootus Krystof Bogar, naisjuunioridest võidutses taas Svetlana Poverina.

Teatesõit

Eestlaste jaoks kindlasti üks lootusrikkamaid päevi. Mehed läksid rajale juba väljakujunenud järjestuses Lauri-Margus-Tõnis. Sõit algas Eesti jaoks hästi, kui Lauri stardist heal kohal minema sai ning esimesed hajutuspunktid ilma vigadeta läbis. Vahetuse edenedes õnnestus allakirjutanul grupi etteotsa jõuda ning tugeva lõpuspordi tulemusena Eesti avavahetuse järel juhtima viia. Sel MMil pisut nõrgemas sõiduvormis ning



MTBO 2011, sprint, Tõnis Erm
Tervet rada on võimalik vaadata www.orienteerumine.eelajakiri

Sprint

kopsuklamüüdiaga võitlev Margus tegi oma vahetuses mis suutis, läbides raja samuti pea-aegu veatult. Kahjuks läksid kiiremad omad teed ning vahetusse tuli Margus 7. kohal (riikidest 5.), mis jättis siiski head võimalused lõpetada võistlus esikuuikus. Tõnise püüdis kohe 3. vahetuse algul kinni väga tugev rattur Itaalia võistkonnast. Raja lõpuosas oli Tõnis aga tehniliselt kindlam, mis tõi Eestile tugeva 5. koha. Võidu võtsid taanlased tänu viimases vahetuses võimsa sõidu ja päeva parima aja teinud Erik Skovgaard Knudsenile, hõbemedalid said tšehhid, kolmanda koha heitluses jäi selle aasta tavaraja maailmameister Saarela peale võrdluses eelmise aasta tavaraja maailmameistri Anton Foliforoviga. Naistest said kindla võidu Šveitsi naised, järgmised medalid läksid üllatuslikult Leedu ja Slovakkia naistele. Juunioridest üllatusi ei sündinud ning võitsid Taani noormehed ja Venemaa neid.

Rajad olid üsna ootamatu, kuid samas kavala ülesehitusega. Alguses oli üsna lihtne linnaorienteerumine, seejärel teevalikuid nõudvad tõusuetapid ning lõppu olid jäetud väga keerulised punktid nõlval asetsevatel eritasandilistel teedel, kus ühendusi oli väga keeruline leida. Laurile ja Taanielile jäi see kant üsna arusaamatuks ning ajakaod olid suured. Tasuks vastavalt 39. koht ja 27. koht. Marguse tulemus läks paraku tühistamisele vale kontrollpunkti tõttu. Tõnis tegi väga kiire ja täpse sõidu ning lõpetas meesteklassis 2. ajaga. Paraku peale finišit kaarti lähemalt uurides avastas ta, et oli läbi sõitnud kohast, kus teed ei ühendunud kaardil. Kuna Itaalias löikamine ei olnud lubatud, siis oli see määruste rikkumine. Ausa spordimehena lasi Tõnis ennast diskvalifitseerida. Meestest said peale parandatud tulemusi kulla Anton Foliforov Venemaalt, hõbeda Jiri Hradil Tšehhist ja

pronksi Knudsen Taanist. Naistest võttis võidu üllatuslikult prantslanna Gaelle Barlet, kes edestas soomlanna Marika Harat 2 sekundiga ja Michaela Gigoni 7 sekundiga. Esikuuik mahtus 16 sekundi sisse. Juunioride kullad läksid Krystof Bogarile ja Svetlana Poverinale. Sama päeva õhtul toimunud banketil avaldasid paljud tunnustust Tõnisele väärrika ja ausa teo eest.

Enne tagasilendu külastasime Val di Femme kuulsat suusastaadioni, kus Kristina Šmigun maailmameistriks on tulnud ning 1956. aasta olümpialinna Cortina d'Ampezzo't. Sai ületatud ka kaks enam kui 2000-meetrist mäekuru, kust vaated olid lihtsalt lummadav. Kahtlemata kõige kaunim koht, mida allakirjutanu silmad on näinud.

Autor sooviks tänada Eesti Õhuväge ning Saue linna, kelle tõhusa abiga võistlusreis toimuda sai.



Tavaraja kvalifikatsioonis tegin hästi kontrollitud sõidu. Suutmata 6. punkti sõites kõiki detaile välja lugeda, pidin sõitma 3-minutilise ringi. Raja lõpuosas ei suutnud kuumuse tõttu enam juurde panna.

Lühirajal olin vaimselt võistlemiseks valmis, kuid esimese tõusu alguses sain aru, et täna ei jõua sõita. Viiendasse punkti pidin sõitma otse mööda põlluteed, kuid see kadus mu rataste alt. Sattusin kaardile märkimata teele, kokku ligi 2 min viga. Lõpus läksin peast soojaks ning tegin veel paar väikest ja ühe suure teevaliku vea. Ideaalse soorituse korral oleks 3. koht võib-olla olnud võimalik.

Teatesõidu 3. vahetuses tegin ühe oma elu parima orienteerumissoorituse (praktiliselt veatu). Füüsiliselt olin nõrk, kuid suutsin sõita enam-vähem agressiivselt. Itaalia läks esimesel tõusul mööda, aga kohe püüdsin laskumisel kinni, siis liikumise koos, kavaldasin ja sain minuti eest ära. Itaalia oli lühem hajutusvariant, ta sai mind eelviimasel tõusul uuesti

kätte. Viimasel tõusul suutis sisse vajutada mõnekümne meetrise edu, kuid koperdas 10 sek punktivõtmisel. Sain viimasele laskumisele minnes üliväikse edu ning suutsin selle edukalt finišisse tuua.

Sprindis oli kõige jahedam ilm ja kõige parem enesetunne. Kolmandas punktis olin teisel kohal, 1 sek liidrist maas. Adušin, et tulemus otsustatakse raja teises pooles, 140 meetrise kõrguste vahega mäel. Hakkasin kaarti ette lugema, teevalikuid tegema ja tempo langes natukene. Siis oli kaardil jama, üks tee oli maastikul praktiliselt märkamatu ning kaotasin mitukümmend sekundit. Linnast tõusule minnes olin 4. kohal, 7 sek ees hilisemast võitjast Anton Foliforovist. Suur tõus tuli väga-väga raskelt. Tõusu lõpuks olin langenud seitsmendaks, kuid esimese kahe allamäge etapiga parandasin oma viiendaks, kaotus Foliforovile 13 sekundit. Edasi keeruline etapp allamäge, mille keskel püüdsin välja lugeda järgmist etappi, aga ei suutnud. Jäin 20. punktis korraks seisma, lugesin kaardilt välja sik-sakis nõlvast alla mineva valiku ja

teostas selle. Finišis öeldi, et läksin liidriks. Olin oma sõiduga ülimalt rahul. Vajusin ratta peale, puhkasin hetke ning lasin silmadega üle ülikeerulise raja lõpuosa. Ning märkas, et 21. etapil moodustas kahe tee vahel 1 mm ühenduse mitte must vaid tumelilla joon...

Taniel Tooming



Üldiselt lahkusin MMilt väga kahetiste tunnetega. Panustasin kõikidele distantsidele võrdset ja lootsin kaasa rääkida vähemalt esikuuku kohtadele. Ei uskunud, et lühirajal suudan võistlust juhtida ja pikalt teine olla, kuid seda valusam on enne lõppu tehtud viga ja viies koht.

Tavaraja algus oli ebakindel. Teadsin, et võistlus tuleb läbi aegade karmim ja mõned kobistamised ei määra veel tervet võistluse kulgu, kuid pärast õnnetut kukkumist ei jätnud põlv muud võimalust kui katkestada.

Sprint oli põnev. Alguses sai linnas ennast kabjaks sõita, seejärel oli vaja teha hea teevalik ränga tõusuga ja siis allamäge tõeliselt keeruline orienteerumine. Minu võistlus algas hästi, kuid kolmanda punktiga tegin pooleminutilise vea. Sellegipoolest sõitsin peale seda kindlalt ja hea rütmiga. Tõus tuli vaevaliselt, kuid sellele järgnenud allamäge etapil lendas kaart plašeti vahelt ära. Pärast kaardi üles leidmist kadus rütm ja järgnevate tehniliste etappide lahendamise minna enam hakkama ei saanud. Tuleb tunnustada raja üleolekut ja järgmistest startides osavam olla.



Teatesõidu autasustamine. 1. Taani 2. Tšehhi 3. Soome 4. Venemaa 5. Eesti 6. Itaalia

© INTERNET

Margus Hallik



Tavaraja kvalifikatsiooni sõidu esimeses pooles murdus ratta sadulaposti kinnitus pooleks. Üritasin küll hambad ristis jätkata, kuid adudes finaali pääsu võimaluste minetamist, otsustasin raske südamega teiste distantside huvides katkestada. Olin väga pettunud.

Tehniline lühirada pole kunagi mu eriline lemmik olnud. Läksin siiski korralikku sõitu tegema, ent aeglane kontrollseisakutega pikitud orienteerumissooritus, mõned kehvad teevalikud ning jõuetu sõit ei andnud 90 mehe seas enam 39. kohast.

Üks tänavuse MM-i peaesmärke oli teha väga hea sõit teates, sest teadsin et nii Lauri

kui Tõnis on korralikus vormis ning koos võime sõita välja väga kõrgele kohale. Kahjuks on viimastel aastatel võitlus kopsuklamüüdiaga nõrgestanud mu organismi tohutult. Lauri avavahetuse võidu järel suundusin rajale koos Venemaaga, kuid hoomates algul lühemat hajutust, läksin oma teed ja juhtisin võistlust umbes neljanda kilomeetri, mil hakkasid favoriidid järgi jõudma ja mööda minema. Pingutasin küll metsikult, kuid vahed aina suurenesid. Teate andsin Tõnisele üle riikidest viiendana. Kokkuvõttes olen rahul, et tegin hea orienteerumissoorituse, kuid kahju on, et ei suutnud näidata endisaegade kiirust. Vaim ja hing olid valmis, füüsis mitte.

Võistkonna tiimiliiderina ütlen, et eestlased võtsid viienda kohaga teatesõitust meeste hetkevormi arvestades maksimumi, ettepoole jäid vaid ala absoluutsetest tipptegijatest koosnenud maad.

Tavaradade kõrval olen alati panustanud ka sprintidele, mis viimastel aastatel on minu hinnangul liiga o-tehnilisteks kujunenud. Seekord aga oli tegu just sellise "tulistamis" rajaga, kus nõuded füüsilisele ja vaimule on tasakaalus ning mulle just meeltemööda. Vaatamata mitte kõige paremale füüsilisele vormile lootsin lühikese distantssi ära kesta, kahjuks aga tegin ikka mõned, sprindi kohta suured, vead ning tagatipuks võtsin paralleel situatsioonis KP-numbrit kontrollimata ka vale punkti, mis tingis tühistamise 31. kohalt.

Kokkuvõtteks tõden, et MM-ilt lahkusin üsna kahetiste tunnetega, individuaaldistantid olid täielik pettumus, kuid korralik koht teatesõidust ei luba MM-i ka täiesti läbikukkunuks kuulutada. Loodan, et aastateks 2012-13, mil Eestis toimub MK-etapid ning kodune MM, olen saanud tervisemuredest üle ning olen taas tagasi tippkonkurentsis.

EENSAAR²

23.-24. juulil võitsid vennad Rain ja Silver Eensaar Euroopa meistritiitli rogainis, samuti panid nad kinni tänavuse Xdreami seiklusspordisarja. Orienteeruja toimetus uuris, kuidas nad seda teevad?

Kas rogaini EMi võit oli käesoleva hooaja peaesmärk?

Silver: See oli üheks eesmärgiks. 2010 sügisel arutasime Rainiga edasisi plaane ja seadsime üheks sportlikuks eesmärgiks üritada võitu rogaini 2011 EMil ja 2012 MMil. Teine eesmärk on areneda vaikselt edasi seiklussportlastena. Hooaja suurim ja raskeim väljakutse on kindlasti novembri alguses Tasmaanias toimuv seiklusspordi MM.

Rain: Vanus on juba selline, et erilisi eesmäärke pole vaja seada ja võimalik on nautida protsessi. Kui sellega kaasnevad positiivsed emotsioonid, siis on need boonuseks. Ärapanemise instinkt aitab ka kaasa.

Kas ja kuidas valmistusite spetsiaalselt selleks võistluseks?

Silver: Ei saaks öelda, et me tegime palju eritreeninguid pidades silmas just rogaini EMi. Pigem on tegemist pideva protsessi ja elustiiliga. Osaleme päris palju erinevatel pikkadel rahva- ja seiklusspordi võistlustel, mistõttu enamik eelnevatest võistlustest ongi treeninguteks tulevaste võistluste jaoks. Oluline on pigem pikkade võistluste vahel korralikult taastuda ja vahepeal ärritada keha lühemate intensiivsete pingutustega. Kogemus näitab, et kui teha enne 24h rogaini mõne kuu jooksul üks-kaks 24-tunnist seiklusevõistlust, on rogainil kannatamine oluliselt kergem.

Rain: Üritasin taastuda aktiivselt märtsi alguses toimunud seljaoperatsioonist, mis seadis kevad-suve treeningvõimekusele tugeva pitseri. Vaikselt kompasin piire ja võtsin ühe päeva korraga. Tegelesin füsioteraapiaga. Jõudu mööda osalesin eelnevatel kuudel paaril üle-ööpäevasel seiklusel.

Millised on teie treeningmahud ja –meetodid, et olete sel aastal 3 Xdreami etapil ja rogaini EMil olnud võitmatud?

Silver: Treeningpäevikut olen viimastel aastatel pidanud ainult talvel tõsisemalt



suusamaratonideks valmistudes, seega suvistest mahtudest selget ülevaadet ei ole. Näiteks juulis võistlesin kokku 77 tundi, kas sellele lisaks peaks ka treenima?;) Kevadest sügiseni kulgeb treenimine nädalavahetuste võistluste rütmis. Kui nädalavahetusel on 10-tunnine võistlus, siis tõsisema treeningu saaks teha alles neljapäeval, samas on siis juba pisut hilja, kuna uue nädalavahetuse võistlus ootab ees ... Seega nagu eelpool mainitud – põhiliseks treeningmeetodiks on järjepidev võistlemine pikkadel võistlustel ja seal õige koormuse valimine.

Rain: Treeningpäeviku pidamise rutiin on puudulik, kuid tänu tehnoloogiale võib midagi aimata, sest treeningul on endiselt harjumuseks kell käima panna. Viimasel ajal annavad suure osa koormusest pikad seiklused, kus intensiivsus pole sageli väga kõrge, kuid vastupidavuse seisukohast olulisi treeningtunde saab koguda sekundite ja minutite asemel tundide ja päevade kaupa. Kuna jooksmine oli mingi aja välistatud, siis sai sel aastal esmakordselt ka soojas kliimas rattalaager ära proovitud. Oluliseks võtmesõnaks on vaheldus ja vigastuste vältimine. Soovitan kõigil tegeleda regulaarselt kere süvalihastega.

Kuidas mõjutas ettevalmistust Raini operatsioon?

Rain: poleks arvanud, et organism on sedavõrd ökonoomne ja närvid ja lihased unustavad väga kiiresti selle, mida varem suudeti. Taastumine lõikusest võttis oodatust veidi kauem aega ja tegelikult käib endiselt. Eelkõige kujunes jooksmise osakaal kevad-suvel väga tagasihoidlikuks. Jooksmise moodi treeninguid sai ettevaatlikult alustada juunis-juulis ja neid võis enne rogaini kokku lugeda paari käe sõrmedel. Peamine rõhk oli jõu- ja koordineerimisiharjutustel, kõnnil-sõrgil ning rattal. Rogaini eelõhtul polnud veel väga kindel, kas organism sellele pingutusele vastu peab.

Kuidas oli rogaini EMil võistkonnas töö jaotatud?

Silver: See oli meie kolmas 24h rogain. Meie tugevuseks on ühtlane tase navigeerimisoskustes ja füüsiliselt. Rogaini edu võti on sujuv ja ühtlane liikumine, vältides vigu. Navigatsiooni osas üritame pidevalt üksteist kontrollida ja teevalikuotsused langetada konsensusel. Seekord kasutasime raja viimasel kümnendikul ka vedamiskummi, kuna Raini kevadine vigastus oli tema ettevalmistusse jätnud väikese lünga. Kumm on väga hea vahend, mis liikumiskiirused ühtlustab.

Rain: Navigeerimisel on oluline üksteise kontrollimine ja vastutuskooorma jagamine. Vahel on vajalik navigeerimisest puhata.

Kas teil on välja kujunenud kindel plaan toitumiseks ja joomiseks?

Silver: On küll. Minu reeglilik on üks geel või batoon tunnis. Lisaks oleme teinud ka enne ööd sooja sööki. Mina pean energiageeli kõige efektiivsemaks vahendiks, kui on vaja erksat liikumist säilitada. Paljudele on magus geel pika võistluse teises pooles vastik, mina suudan seda probleemideta neelata. Joome joogisüsteemi kaudu pidevalt ja väikeste söömudena. Meie planeering ei läbinud raja teises pooles joogipunkte, seega jõin looduslikku vett järvedest ja seda vist ca 5 liitrit.

Rain: Oluline on süüa regulaarselt ja tagada organismile võimalikult suur energia pealevool. Rusikareeglilik on üks asi tunnis. Pärast pikemat liikumist on nauditav tunne, kus väike energialaks annab kümnekond minutit pärast tarbimist organismile tiivad.

Kas ootasite tugevamat konkurentsi? Kas nii suur ülekaal oli ootamatu?

Silver: Konkurents stardiprotokoll järgi ei olnud sugugi nõrk, puudusid vaid tugevad soomlased. Suur ülekaal finišis oli selle tõttu üllatuseks. Pingutasime lõpuni kõvasti ja ei tahtnud midagi juhuse hooleks jätta. Maastik oli keeruline ja eeldas teatavat psühholoogilist valmisolekut halva läbitavusega toime tulekuks. Meile tuli ilmselt kasuks, et olime valmis isegi hullemaks. Maailmas on palju vastupidavussportlasi, kes suudavad joosta 24 tunni jooksul oluliselt pikema maa kui meie läbitud 137 km. Sama distantsi maastikul kaardiga Rauna ümbruse võsas läbimine on juba keerulisem väljakutse. Võimalikud tugevamad konkurendid võiksid tulla seiklusspordi tippütimiste hulgast, aga arvan, et puhtalt rogainis suudame võrdsetena võistelda kõigiga neist. Olen üsna kindel, et kui tuleks võistelda näiteks võistkonnaga Gueorgiou-Gonon, siis nende esmakatsetusel 24h rogainis nad meid ei võidaks. Teisel katsel oleks juba 50/50.

Kas ja kuidas mõjutab võistkonna sisekliimat sugulusside?

Silver: Oleme mõlemad üsna rahuliku loomuga ja sisekliima ei ole meie võistkonnades kunagi probleemiks olnud.

Rain: Oleme juba väga kuu erinevates võistkondades koos osalenud ja mõtleme suuresti ühes suunas, ilmselt teisiti see polekski võimalik.

Kuidas jäite rahule võistluse korralduse, maastiku ja kaardiga?

Silver: Korraldus oli suurepärase. Kaart parem kui oskasime oodata. Maastik oli kohati üsna vaenulik, kuid meile tõi see edu.

Rain: Eelmisel õhtul model'i kaardil liikudes oli šokk suur. Võistlussituatsioonis muutub aga iga maastik nauditavaks. Kokkuvõttes võib öelda, et kartsin model'i kogemusest hullemat. Kaardil oli traditsiooniliselt ebatäpsusi, kuid kogemus aitab neid tõlgendada.

Kui tihti tekib võistlusrajal motivatsioonipuudus? Mis seda esile kutsub?

Silver: Motivatsioonipuuduse võib tekitada rutiinne rada, igav maastik, väsimus, vähene toitumine. Seekord oli madalhetkeks kompassi kaotamine ja selle asjatult otsimiseks kulutatud aeg. Korra tundes, et võistlus on läbi, aga tegelikult oli see lihtsalt uus väljakutse. Pikkade seikluste ja rogainide heaks osaks on see, et vigu on võimalik teinekord ka parandada.

Rain: Motivatsioonipuudust ei ole väga kogunud. Rajal saab motivatsiooni mõjutada eelkõige ootamatu vigastus, suurem eksimus

või energiapuudus. Pikkadel võistlustel kehtib eelkõige moto: „Never give up!“

Kui kaua võttis aega võistlusest täielikult taastumine?

Silver: Täielik taastumine veel käib, kuna rajale jätsin kümnest varbaküünest kuus. Oleme juba palju pikki võistlusi teinud ja leidnud endale hea varustuse ja sobiliku võistlusrütmi. Kui rajal piisavalt süüa ja mitte auku langeda, siis ei tohiks üle nädala suurt väsimust jätkuda.

Rain: Lihastele jätab selline pingutus pikaks ajaks jälje. 24 tunni rogain, kus pidevalt jalgadel ollakse, on võrreldes paaripäevase ja erinevate aladega vahelduva seiklusega lihastele palju suurem katsumus. Nädal-kaks võib kiiremad liigtused ära unustada.

Mis on rogaini võlu?

Silver: 24h rogaini võlu minu jaoks on selles, et on võimalik kõrgel tasemel konkureerida võidule. Kui selline potentsiaal puuduks, siis tõenäoliselt pigem naudiks rogaini matkavormis ja ilusamatel maastikel. Aga üldiselt on võlu ikka looduses liikumine, õine keeruline orienteerumine, teel oleku tunne, pärast võistlust pikali viskamise mõnu, rahulolu mitte alla andmisest ja raskuste ületamisest.

Rain: Rogaini ja ka seikluse suurim pluss on see, et läbitakse kohti, kuhu suure tõenäosusega muudes oludes ei satuta. Eelkõige on nauditavad ööd ja varahommikud, sest tavaliselt ollakse sellel ajal kodus teki all.

Kas tavaline orienteerumisjooks on muutunud igavaks, et adrenaliinilaksu peab otsima teletornist ja kõrkjate vahelt?

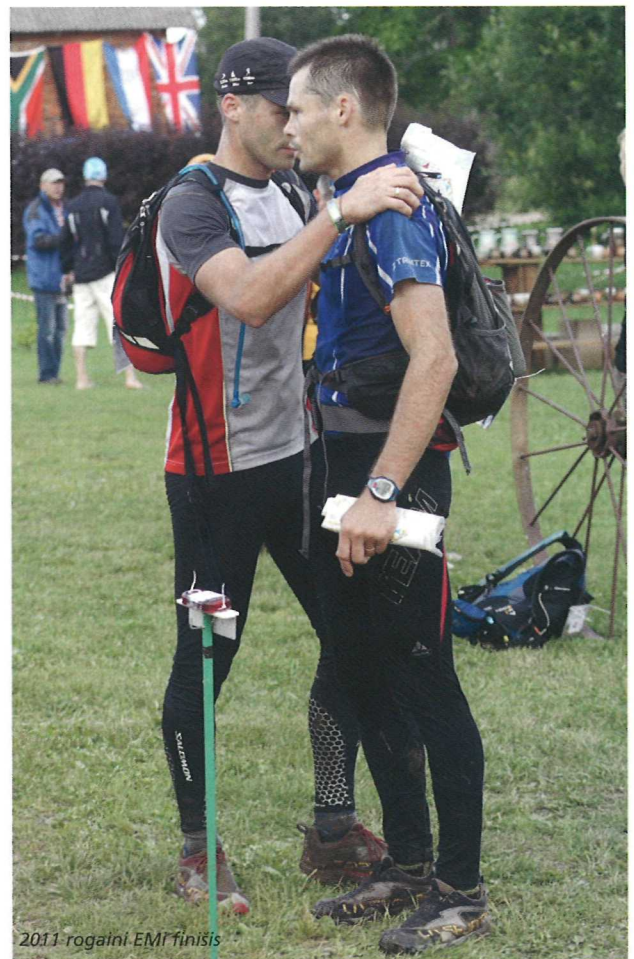
Silver: Orienteerumisjooks on endiselt huvitav ja seiklusspordis või rogainis edu saavutamiseks vältimatu treeningvahend. Aga kui on valida, kas sportida looduses tund aega orienteerumisvõistlusel või 24 tundi seiklusspordil, siis arusaadavalt valin selle teise variandi.

Rain: Orienteerumisjooks on väga nauditav kui ollakse võimeline liikuma suurtel kiirustel ja täpselt. Sooviks seda veel lähemal ajal kogeda.

Samas on klassikaline orienteerumisjooks üsna ettearvata ja steriilne ning võrreldes seiklusega sarnaneb pigem 10 km krossijooksule. Seikluses on rohkem ootamatust ja vajadust situatsiooniga kohaneda. Lisaks on pingutus väiksema intensiivsusega.

Mis on järgmine suurem eesmärk?

Kogu selle aasta fookus on senise sportliku elu suurimal väljakutsel – Tasmaania seiklusspordi MMil. See on 700 km pikkune ja kuni 9 päeva vältav ekspeditsioonivõistlus meie jaoks tundmatul kõnnumaal ja ookeanil. Vahepeal tundus see üritus päris hirmutav ja tekitas kõhkli, kuigi eelmisest aastast on meil kogemus Explore Sweden võistlusel, mis oli 840 km ja ligi seitse ööpäeva pikk. Suvised ettevalmistused sh Šveitsis toimunud APEX Race, Tsehhi 69-tunnine seiklus ja rogaini EM on julgustanud, et saame sellega hakkama. Ca 90 osaleva võistkonna seas on Eestist üks võistkond koosseisus Karli Lambot, Elo Saue, Silver Eensaar, Rain Eensaar. Me ei konkureeri seal tõenäoliselt kõrgetele esikümne kohtadele, kuna areng seiklusspordist ei ole veel sellel tasemel, et liikuda kõrges tempos ööpäevade kaupa. Ma ei tea, kas kunagi sellele tasemele jõuame ja kas üldse tahame jõuda. Tasmaania võistlus aitab selles osas kindlasti enda sisse vaadata.



2011 rogaini EMi finišis

© GUNA BERZINA

Floresta de Deus

TIMO SILD

Rio de Janeiro Brasiilias toimusid 15. juulist 24. juulini viiendad sõjaväelaste maailmamehingud. Mängudel võistles 20 erineval spordialal kokku 4900 sportlast 108 riigist. Eestit esindasid 14 sportlast: poksijatest vennad Ainar ja Rain Karlson, judoka Martin Padar, sõjaväe viievõistlejad Risto Randma, Roman Hvalonski ning Aili Sempelson, äsja Belgradis olümpiapäasme lunastanud laskja Anzela Voronova, Eesti parim sellilujuja Andres Olvik ning 6 orienteerajat: meestest Olle Kärner, Sander Vaher ja Timo Sild, naistest Annika Rihma, Kirti Rebane ja Merike Vanjuk. Orienteerujate esindaja oli harrastusorienteeruja ja Kuperjanovi Jalaväepataljoni kapten Henn Antson.

Mina, Olle, ja Sander jõudsim Riosse 16. juuli keskpäeval. Plaanide kohaselt pidanuksime juba hommikul elukohta jõudma, kuid tiheda udu tõttu ei saanud Frankfurti – Rio de Janeiro lennuk hommikul Rio de Janeiro lennuväljal (kaardil kollane lipuke) maanduda ning oli sunnitud tegema vahemaandumise São Paulos. Elukoht, milleks oli sportlaste küla nimega White Village, asus Rio kesklinnast üsna kaugel *favela*de külje all (kaardil punane lipuke). *Favela* tähendab Brasiilias slummi. Kuulsime hiljem ühe Brasiiliasse elama tulnud kanadalase käest, et Rio De Janeiro võibki tinglikult kolmeks jagada: Copacabana ranna ümbrus, kus käivad turistid ning elavad rikkad, vanalinn ning põhja ja läände sirutuvad *favela*d.

Samal, 16. juuli õhtul käisime võistluste avamisel, mis toimus João Havelange nimelisel olümpiastaadionil (kaardil roheline lipuke). João Havelange oli 1974. aastast kuni 1988. aastani FIFA president. Staadion valmis 2007. aastal XV üleameerikalisteks mängudeks, samal staadionil võisteldakse 2016. aasta suve- ja paraolümpiamängudel, siis peaks ta mahutama umbes 60 000 pealtvaatajat. Avamine oli võimas: kõik koondised marssisid publiku täis tribüünide alt läbi, tähtsad inimesed pidasid kõnesid, kohalikud kuulsused esinesid ja keerulise tantsusõuga tutvustati Brasiiliat. Mängude tule läitis publiku suure ovatsiooni saatel jalgpallikuulsus Pelé. Selleks ajaks vasardas aga kõigil orienteerujatel peas ainult üks mõte – kust saaks mõne orienteerumiskaardi, et trennis käia?

Esimese kaarditrenni tegime 17. juuli hommikul, maastik asus White Village'i kõrval, kaardipilt meenutas pisut maastikke kevadisest



Portugali laagrist. Võistluste infoaamatus kirjutasid korraldajad, et treeningmaastik ei sarnane kuidagi võistlusmaastikega. Selles osas oli neil täiesti õigus. Roheline viirutus osutus üle pea kõrguseks heinaks ja kuna üheksast punktist kuus asusid roheline viirutusega alal, sai joosta üsna vähe. Teel 33. punkti tuli läbida kõrge heina sees kraav, kus Sander oli igatahes valmis anakonda rünnakuks. Muide, pärast selguski, et naised treeningmaastikul orienteerumas ei käinud, kuna nad olid juba kruusateel madu näinud.

Järgmisel hommikul sõitis orienteerujate pere konvoi saatel lühi- ja tavaraja toimumiskohta Paty do Alferesesse. Kui sõjaväeorkester oli tervitusmuusika lõpetanud, meie oma nänni kätte saanud (riidest kott, võistluste T-särk ja pliats) ning asjad hotellituppa pannud, sõitsime otse *model event*'ile. *Model event*'i kaart oli tükike suurest võistluskaardist, seega tuli treeningul ära õppida kõik peensused. Valge mets oli hea läbitavuse ja hea nähtavusega, roheline metsa puhul ei saanud kindel olla – mõnikord surus end hõlpsasti läbi, teinekord tahtis mõni taim kõri läbi lõigata või

sidus jalad omavahel korralikult kinni (Olli-Markus Taivainen olevat tavarajal end enne 2. punkti minut aega mingist ronitaimest lahti harutanud). Palju oli kaardil pruune riste, mis tähistasid sipelgapesi. Metsa all oli neid isegi rohkem kui kaardil, kaardi autorite sõnutsi kanti kaardile vaid sellised, mis ulatuvad mehele rinnuni. Võistlustel neid orienteerumisel väga ei kasutanud, kuna ei võinud kindel olla, kas need sipelgapesad looduses tegelikult ikkagi eksisteerivad (nt tavarajal oli enne 8. punkti kaardile märgitud seitse sipelgapesa, millest nägin vist ainult kaht). Roheline täpik tähistas tihedat põõsast, eriti silmapaistvad oli nad, kui tegemist oli bambuspuhmaga. Metsas pidas üks mesinik mesitarusid, mis olid kaardile kantud musta ristiga, mille violetne raster peal. Käisin üht mesitaru spetsiaalselt vaatamas: mesinik oli tõmmanud kaks paralleelselt trossi kahe puu vahele ning mesitaru istus trosside peal. Võistluste ajal oli neile mesitarudele, mis jooksurajale jäid, kilelint ümber tõmmatud. Selgeks sai, et sel maastikul tuleb kasuks hea istmikutunne ning kohati saab orientiirina



Jamaikalased punktis

© TIMO SILD

Eestlastele selline maastik sobis, kuuendat meelt meil jagus

kasutada kaasvõistlejaid (nt punkti juures seisvad jamaikalased paistsid kaugelt silma).

19. juulil oli esimene võistluspäev. Rada oli kiire, tehniliselt lihtne, kuid füüsiliselt raske. Mina tegin enda meeletult parima jooksu, milleks tol hetkel suuteline olin. Olle heitles medalite eest, kuid tegi punktiga nr 61 viga, kuna jooksis paralleelkorvandisse. Tuleb ära mainida, et Ollele ja ka Märtinš Sirmaisele tundus, et punkt nr 61 oli vales kohas. Mina ja Sander ei oska midagi arvata, kuna me punkti jõudmiseks kaarti ei lugenud, nägime seda juba alt tee pealt. Pärast võistlusi keegi punkti kontrollimas ei käinud ning proteste samuti ei esitatud, tõde jäigi välja selgitamata. Annika teenis lühirajal eestlastele esimese medali, seekord pronksikarva. Etteruttavalt ütlen, et võistluste lõpuks oli tal käes täiskomplekt.

Tavarada, mis toimus 20. juulil, oli tehniliselt veel kergem kui lühirada. Jalgadele mõjus katsumus aga rängalt, raskusi ei tekitanud mitte niivõrd ülesmäge löigud, vaid pikad laskumised mööda üsna kõvu teid. Sel päeval oli eestlastest kõige lähemal medalile Olle, tal jäi kolmandast kohast puudu vaid 13 sekundit. Tehniliselt tegi ta hea soorituse, kuid maastik ja rada nõudsid pisut paremat jooksuvormi. Jõudu demonstreeris austerlaste medaliloetus MMil Gernot Kerschbaumer, kes võitis pea pooleteise minutiga ning suutis seejuures raja lõpuosas vähemalt minutise vea teha. Öhtul sõitsime tagasi White Village'isse, kus jäime ootama teatevõistlust, mis toimus 22. juulil. Puhkepäeval käisime vaatamas Ainar Karlsoni poksimatši, tema võitis neil mängudel hiljem hõbemedali.

Teatevõistluse maastik oli väga tasane, kuid halvema läbitavusega kui lühi- ja tavarajamaastik, mõne punkti asukoht tundus seepärast kui „koht metsas“. Eestlastele selline maastik sobis, kuuendat meelt meil jagus. Meie naistele keegi konkurentsi ei pakkunud, kuld võideti tervelt kuue ja poole minutiga leedukate ees, kolmandale kohale jooksid aga brasiillased (kaotus Eestile üle veerand tunni).

saanud konkurendid, kellega tuleb arvestada. Tavarajal jäin mina alla Leandro Pasturizale, Sanderil jäid aga lühi- ja tavarajal alistamata nii Leandro Pasturiza kui Sidnaldo Sousa. Kirti jõud ei käinud lühirajal üle Mirian Pasturiza omast. Meeste teatevõistluses jätkus põnevust lõpumeetriteni. Viimast vahetust jooksis meil Olle, kes sai metsa neljandana, alla kahe minuti liidrist hiljem. Vaatepunkti tuli ta meie rõõmuks esimesena, teda jälitas poolakas Wojciech Kowalski ning toda omakorda noor šveitslane Martin Hubmann. Viimasel paunal ei vedanud Ollel kõigepealt hajutusega, mis temal oli pikem kui poolakal. Olle arvas, et juba selle tõttu poleks ilmselt kuldmedalit võitnud. Hõbemedal kadus aga vaid kaks punkti enne lõppu, kui Olle punktiga nr 91 viga tegi.

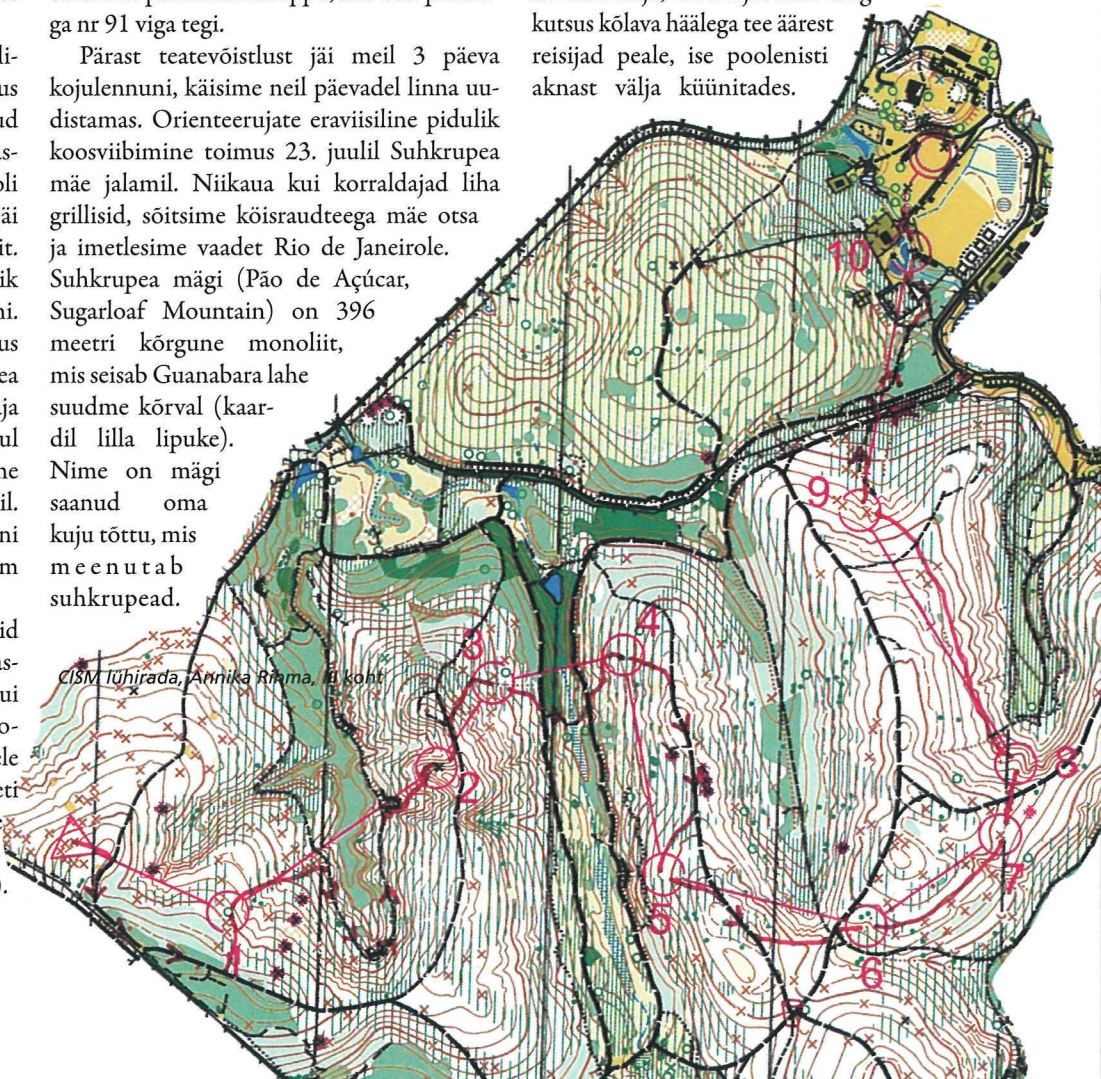
Pärast teatevõistlust jäi meil 3 päeva kojulennuni, käisime neil päevadel linna uudistamas. Orienteerujate eraviisiline pidulik koosviibimine toimus 23. juulil Suhkrupea mäe jalamil. Niikaua kui korraldajad liha grillisid, sõitsime kõisraudteega mäe otsa ja imetlesime vaadet Rio de Janeirole. Suhkrupea mägi (Pão de Açúcar, Sugarloaf Mountain) on 396 meetri kõrgune monoliit, mis seisab Guanabara lahe suudme kõrval (kaardil lilla lipuke). Nime on mägi saanud oma kaju tõttu, mis meenutab suhkrupead.

CISM lühirada, Annika Rikma, 11 koht

Brasiillased olid muidugi väga rõõmsad – medal kodupubliku ees! Brasiilia orienteerujaid peab üldse kiitma, eestlaste jaoks on neist

Kuni 20. sajandini valati roosuhkur rafineerimise käigus torbikukujulistesse vormidesse, kus rafineeritud suhkur, mida hiljem müüdi 5–15-kiloste suhkrupeadena, võttiski omale iseloomuliku kuju. Kes James Bondi filmidest lugu peab, võiks mäletada, et Suhkrupea mäe kõisraudteel kähmesid Bond ja tema abiline doktor Holly Goodhead Zbigniew Krycsiwikiga ehk Lõugadega. Suhkrupea mäe otsast paistis teisigi filmidest ja piltidelt tuttavaid vaatamisväärsusi. Näiteks nelja kilomeetri pikkune maailmakuulus Copacabana rand (kaardil helesinine lipuke), kus me ujumas küll ei käinud, ainult jalad kastsime korraks sisse. Kauguses paistis Rio de Janeiro sümbol 30 meetri kõrgune Kristuse Lunastaja kaju (kaardil valge lipuke) Corcovado mäe otsast.

Kristuse Lunastaja kaju juures käisime Sanderiga päev hiljem. Sõitsime White Village'i juurest liinitaksoga lähimasse metroojaama, metrooga aga Kristuse kujule lähimasse peatusse. Tüüpiline liinitakso oli päevinäinud lükkandusega mikrobus, mis sõitis vaba ajagraafiku järgi. Reisijatega tegeles reisisaatja, kes korjas raha ning kutsus kõlava häälega tee äärest reisijad peale, ise poolenisti aknast välja küünitades.



Kui mikrobuss pilgeni täis sai, kihutas bussijuht, tõeline džigitt, kiirteel 130 km/h. Et trenn tegemata ei jääks, kõndisime Sanderiga Corcovado mäe jalamile, panime jooksuriided selga ja sörkisime üles. Halva üllatusena selgus kuju juures, et pileti pidi ostma alt (kohalikud ei pidanud ilmselt võimalikuks, et keegi tuleb makke joostes), nii jäigi lõppeesmärgist puudu mõnikümmend meetrit. Kristuse Lunastaja kuju peetakse maailma suurimaks art déco stiilis kujuks ning ta on maailma suuruselt teine Kristuse kuju (esikoha võttis 2010. aastal üle Poolas Świebodzinis asuv 33 meetri kõrgune Kuningas Kristuse kuju).

Viimasel vabal päeval enne äralendu sõitsime Sander ja mina katararaaniga üle Guanabara lahe ning külastasime Niteróid. Käisime vaatamas Niterói kaasaja kunsti muuseumi, mille projekteeris Oscar Niemeyer. Oscar Niemeyer on Brasiilia pealinna Brasília peaarhitekt ning tema töödel on väga omapärane väljendus, tasub Internetist järele vaadata. Muuseumi saime imetleda vaid väljast, kuna oli esmaspäev ja esmaspäeviti on muuseumid teatavasti suletud. Viimase turismipäeva suurimaks elamuseks pean aga tööpäeva hommikul miljonilinnas metrooga sõitmist. Oli tunne, et ka Rios võiksid olla perroonil metrootöötajad nagu Jaapanis, kes inimesi vagunisse aitavad (*vt <http://www.youtube.com/watch?v=OMepDaRRBPO>*).

Ärallennupäeval enam kuskil ei käinud, istusime kaua lennujaamas. Paljud otsid koju suveniire, mina jõudsin osaleda Brasiilia turismiministeeriumi uuringus. Sain teada, et ka Brasiilias on oma tunnuslogo (nagu meie Welcome to Estonia) – Brasil Sensacional! Logo ei valeta, Brasiilia jättis väga meeldiva mulje.



Esti naised teates kuldmedalil

© TIMO SILD

Järgmised sõjaväelaste maailmamängud toimuvad 2015. aastal Mungyeongis Lõuna-Koreas, ka seal peaks orienteemine võistluskavas olema.

ICE-O 2011

ELLA SHVED, TAIS VAKRÕM

Soov Islandile minna tekkis meil juba ammu ja kui Suunto Games'il saime Markus Puusepalt 3-päevase Islandi võistluse reklaami, siis otsustasime, et sõidame!

Juba veebruaris ostsime lennupiletid, broneerisime majutuse ja sõiduauto. Selgus, et kahte väiksemat autot on soodsam broneerida kui ühte suurt. Meid on kuus: Ella, Sergei ja Vadim Shved ning Tais, Viljar ja Christopher Vakrõm. Viljar ja Christopher võistlustel ei osalenud.

Kui lennukiga juuni lõpus Reykjavikile läheneme, on ilm selge. Illuminaatorist ei paista ühtegi puud. Tekib küsimus, kuidas siis orienteeruda saab? Kolmeaastane Christopher näeb lennukiaknast liustikke ja muretseb, et jättis suusad koju. Maandume. On 13 kraadi ja päike ning väga kõva tuul. Haarama kohvritest soojad joped.

Esimesed muljed on nagu oleksime satunud Marsile: ümberringi ainult kivid, kivid, kivid ning kaugemal paistavad kaljused mäed. Mitte ühtegi puud! Meie majake asub Reykjaviki vanalinna tühe olulisema vaatamisväärsuse, kõrge luteri kiriku Hallgrímskirkja, lähedal. Kirik paistab peaaegu igale poole ja selle järgi on linnas jalutades mugav



Blue Lagoon

© ERAKOGUST

orienteeruda. Sellegipoolt õnnestub meil esimesel päeval ära eksida. „Paneme viga“ juba enne võistlust.

Linn on väga puhas ja siin on meeletult turiste. Suveniiripoed müüvad turistidele sooje riideid, sest turiste ei oska oodata sellist suve, kus päike paistab, aga soe ei ole. Meie oleme ette valmistatud ja soojad joped ning kampsunid on kaasas. Buklet „Autojuhtimise eripärad Islandil“ teavitab meid, millistel teedel tohime oma väikeautoga sõita. Mõõda teisi teid me ei

olegi regelikult võimalised sõitma nagu hiljem selgub, sest meie mõistes need ei olegi päris teed, sest sildu ei ole ja jõgedest sõidetakse lihtsalt läbi. On tunda, et siin riigis ilmaga ei naljatata: teatud vahemaa tagant seisavad tee ääres elektroonilised tablood, mis edastavad ilmateadet selle tee ääres olevate asulate kohta. Islandil töötab ka 24h telefoniliin, kuhu võib helistada ning ilma- ja teeolude kohta pärida.

Sõidame itta mõõda maanteed nr 1, mis teeb Islandile tiiru peale. Laavapõllud

vahelduvad lupiinipõldudega, liustikud kiviste mägedega, siis jälle laavapõllud. Näeme mõnda rohelist aasa, kuid puid ei ole kusagil! Ümberringi on kõik nii ebatavaline! Saabume Jäälaguuni, kus liustik libiseb mäekülge pidi otse järve ja liustikujää tükid murduvad ning ujuvad jäämägedena mööda järve. Väga ilus ja erakordne! Tagasiteel pöörame kõrvalteele, et külastada veel ühte koske, aga 20 meetri pärast näeme silti hoiatusega, et ilma nelikevota ei tasu edasi sõita, sest jõeületused on ilma sildadeta. Meie autode puhul ei teki mõtetki, et nendega võiks jõgesid ületada ja nii me keerame tagasi.

Esimisel võistluspäeval toimub öhtune sprint Reykjaviki vanalinnas, seega otsustame päeva esimesel poolel sõita helesinise laguuni äärde (Blue Lagoon). Sellele teele jääb ka maakoore murdekoht: ühel pool asub Euroopa ja teisel pool Ameerika platoo. Kuna sajab tugevat vihma, siis me ei peatu kauaks. **Blue Lagoon** – see on SPA vabas õhus: eresinine järv keset laavapõldusid. Vesi on nagu vannis 38–40 kraadi ja piimjalt helesinine, väga soolane ning üldse läbi ei paista. Näole võib määrida valget mudamaski. Määrime end mudaga üleni kokku ja naudime. 10 kraadi ja vihm, mis ikka sajab, ei häiri absoluutselt. Täiesti märkamatu mõõdub 3 tundi, mis meil oli laguunile planeeritud. Mõned meist arvasid alguses, et tunni ajaga tüütab spaa meid juba ära ja tekib soov lahkuda, kuid sellist mõtetki ei tekkinud.

Stardini on 4 tundi ja peaks midagi sööma. Läheme samas kohas asuvasse restorani. Seal on Rootsi laud, kus liha põhimõtteliselt ei ole, kuid pakutakse väga palju erinevat kala. Eksootikana proovime ka vaalaliha – tundub väga loomaliha moodi.

Lõpuks ka esimene start. Võistlused ei ole väga suured, neid korraldatakse üldse teist korda ja startijaid on 104, kuid 20 erinevast riigist! Sprindis on 3 võistlusklassi: *Long, Short ja Easy*, lühi- ja tavarajal viis: *Technical long, Technical short, Intermediate, Easy ja Beginner*. Igal päeval toimub autasustamine, koondarvestust ei ole.

Sprindis otsustame kõik *Long*-raja kasuks. Kuna kaardi on joonistanud Markus Puusepp ja Mihkel Järveoja, siis kaardilugemisega probleeme ei teki. Maastikuks on Reykjaviki vanalinn, mis kohati läheb ülesmäge. Rada on väga huvitav. Pärast jooksu arutame rajavalikuid ja kõik avastavad, et regid vigu. Küll joosti kiirustades mööda või siis ei märgatud paremat teevalikut. Ebatavaline oli, et stardis tuli SI-pulgaga ka START-jaamas mäрге teha, kuigi starti protokollil alusel. Sergei sai sellest teada

alles pärast finišit, kuid tulemuse sai ta siiski kirja, kuigi selle eest lisati natuke trahviminuteid. Kuna korraldajad kasutasid SI-süsteemi võistlustel esmakordselt, siis nagu ikka esimesel katsel võib juhtuda, et lõpptulemuse ei saa välja printida ja autasustamine viiakse üle järgmisele päevale. Üldine mulje oli aga igati positiivne ja kõik nautisid.

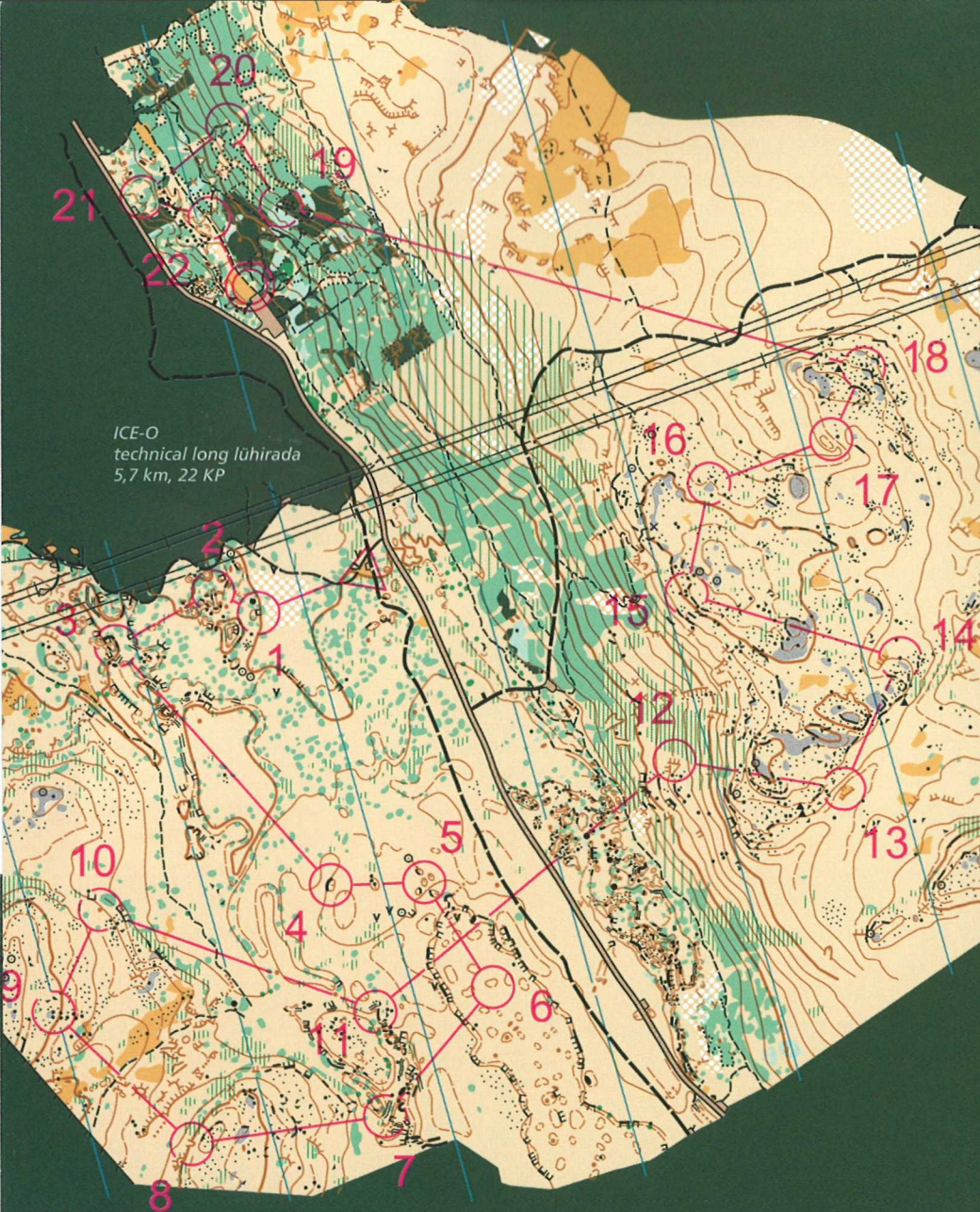
Siiani on arusaamatu, kus toimuvad lühi- ja tavarada, kas laavapõldudel ja ilma metsata? Linnades on mõned pargid, kus kasvavad ka mõned puud, kuid linnadest väljas puid ei ole. Neid väheseid puid, mida oleme tee ääres kasvamas näinud, metsaks küll nimetada ei saa.

Lühiraja start on Reykjavikist 16 km kaugusel. Linnapiiril pöörame kõrvalteele ja näeme... METSA! Suured kõrged puud ja põõsad, kuid siiski 60% rajast on avatud maastikul. See mets on aga vä-ä-ä-ä-ga halvasti läbitav. Inimesed siin ju metsas ei jaluta ja ka loomi ei ole, sellepärast ei teki ka teeradu. Need vähesed teerajad olid kõik nagu pargiteed: peene kruusaga kaetud ja hoolitsetud. Madal põõsastik, millest on raske läbi murda, oli märgitud nii kollase kui rohelisega ja mõnes kohas kollasega koos rohelise triibutusega. Nii ei saanudki me sotti, mis on kollase ja mis rohelise tähendus. Enamik meist valis *Technical short* raja, kuid Sergei läks *Technical long* rajale ja väsitas end korralikult ära. Vadim läbis raja 54 minutiga ja saavutada meeste arvestuses teise koha, Ella ja Tais aga viibisid „metsas“ ligi poolteist tundi.

Pärast väikest uinakut on meil öhtuks planeeritud vaalavaatlus. Juba Tallinnas otsustasime, et vaalasad läheme kindlasti vaatama. Selliseid kruise pakuvad paljud turistiinfopunktid. Kõigepealt tuleb meil vee- ja tuulekindlad kombinesoonid selga ajada ja kolmeaastasele Christopherile pannakse veel päästevest lisaks, seejärel asub laev teele. Me muidugi teadsime, et see ei ole tsirkus, et vaalad ei hakka meie jaoks veest välja hüppama nagu delfinid delfinaariumis. Vaalasad nägime mitmel korral, kuid nagu arvata oligi, veest nad välja hüppama ei kippunud. 2,5-tunnise laevareisi ajal tundsim end kui vaalajahimehed. Meie ümber tiirutas ka palju huvitavaid linde. Meile näidati ka saart, kus elab tuhandeid puffineid – linde, kes on Islandi üheks sümboliks. Neid linde saab koju kaasa võtta kaisuloomade, postkaartide, T-särkide ja võtmehoidjate näol.

Jälle mets! Metsaserva paigutatud sildid annavad teada, et see on istutatud umbes 50 aastat tagasi. Suurem osa rajast kulgeb aga vanal laavapõllul, kus kohati kasvavad ka põõsad. Kaart on palju paremini loetav, ei saagi aru, kas on paremini joonistatud või oleme juba harjunud?

jätukub pöördel



Islandi parlament, mis on meie teada vanim parlament maailmas. Väidetavalt tegi Islandi parlament oma otsused alati väga kiiresti, sest kellelgi ei olnud huvi tuule käes pikalt istuda. Ja siis näeme geisreid. Vau! Ligi tund aega jälgime neid üksisilmi. Geiser on nagu elusolend, kes hingab. Alles mõni murdosa sekund enne purset saad aru, et nüüd ta purskab. Vahepeal käivad õhumullid vee all küll üles küll alla. Geiser Strokkur purskab regulaarselt ca iga 5 minuti järel kõrgusele 20–30 meetrit. suurim geiser Geysir 60–70 meetri kõrgusele, kuid see juhtus viimati 10 aastat tagasi.

Vaatame üle ühe maailma suurimast koskest Gullfoss, mis tõlkes tähendab kuldset koske. Tõesti, kosk on oma nime väärt, ta on veerohke ja mitmeastmeline. Võrrotut vaadates saab nautida mitmetel platvormidel. Sõidame läbi Hveragerdi nimelise linnakese, mille keskel voolab keev ojake siltidega „Boiling eggs here“ (Munad saab keeta siin). Jalutame musta liivaga rannal ja naudime suuri ookeanilaineid. Siis viib tee, mis ei ole otseselt tee vaid veidi siledam koht kivisel pinnal, meid liustiku juurde. Tõenäoliselt ainult meisesugused segased sõidavad siin väikese autoga, aga 4 km pärast parklasse jõudes oli tegu, et vaba koht leida. Nüüd saame teada, kui ohtlik on iseseisvalt liustikul käimine ja sildi all on nimekiri inimestest, kes on siia igaveseks jäänud. „Linnukese“ jaoks teeme mõned sammud ja instruktoriga korraldatud ekskursioonile ei lähe. Island on imeline maa! Kui kellelgi tekib võimalus sinna minna, siis kindlasti soovitam! Te näete väga palju sellist, mida te tõenäoliselt kusagil mujal ei ole kohanud. 2012. aasta Ice-O toimub 6. –8.juulil.

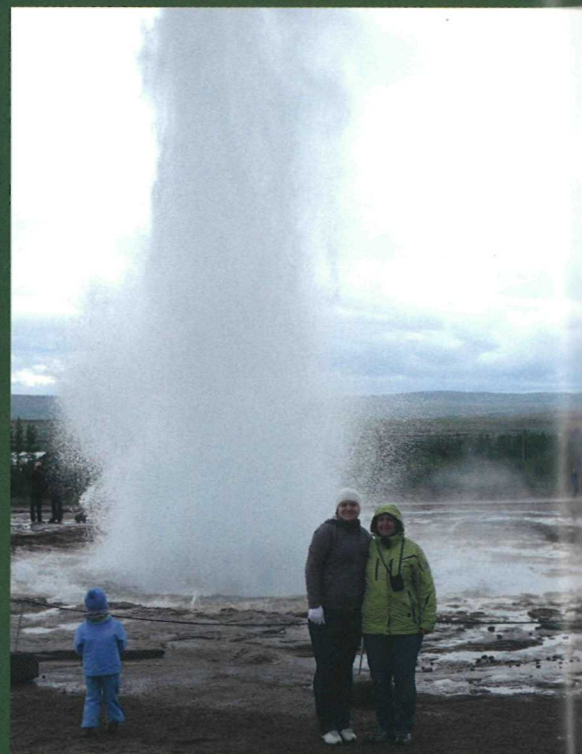
Väga ebaharilik maastik: laavapõllul on kohati sügavad murdumiskohad ja suurte kivide hülgaslikud hunnikud. Raja teine pool on metsasel ja küllaltki järsul mäenõlval. Mets on väga raskesti läbitav, tuleb otsida kohta, kust pugeda. Kõigil õnnestus suuri vigu teha. Vadim oli veel 8. KP-s liider, siis aga tegi suure vea ja lõpetas 15. ajaga. Võistlused said läbi, meie saime suure hulga positiivseid emotsioone. Tänud korraldajatele!

Õhtul otsustame minna avastama piirkonda Reykjavikist läänes. Seal jõuab tee ookeani fjordi äärde. Tuleb sõita 60 km ümber fjordi või läbida fjord mööda 6 km pikkust tasulist veealust tunnelit. Muidugi valime tunneli. See laskus 3 km ja siis tõusis sama palju. Meie reisi sihiks on võimas kosk, mis on kaardile märgitud kui vaatamisväärsus. Aga enne märkame tee kõrval suitsu ja auru. Otse kose kõrval on geotermaalala, kus mitu kuuma purskkaevu moodustavad oja. Siin on rohkesti silte „Ettevaatust, vesi on 100 kraadi!“ Christopher, kes jättis kindad autosse, soojendab auru kohal käsi. Siltide pealt loeme veel, et

siin toodetakse 180 liitrit kuuma vett sekundis ja sellega köetakse kahte linna, mis asuvad siit 60-70 km kaugusel. Kui vesi mööda torustikku linna jõuab, on temperatuur 60 kraadi.

Jõuame Graundfossi koseni. Tegelikult on neid seal isegi kaks: esimene on tekitatud maa-aluse jõe poolt, mis siin maapinnale väljub ja teise jõkke suubub, moodustades omakorda mitukümmend väiksemat koske. Kohe kõrval on teine kosk, rais tõlkes tähendab lastekoske. Legend räägib, et siia on kunagi kaks last kõrvalasuvast talust uppunud. Loodus ümberringi on kuidagi ürgne ja võimas, mille kõrval tundned end väikesena.

Vaatame ka ära Islandi Kuldse Ringi peatudes Pingvelliri rahvusparkis, kus näeme taas maakoore murdumiskohata. Platood eemalduvad üksteisest ja igal aastal muutub Island mõne ruutsentimeetri võrra suuremaks. Siin on koht, kus kunagi kogunes esimene



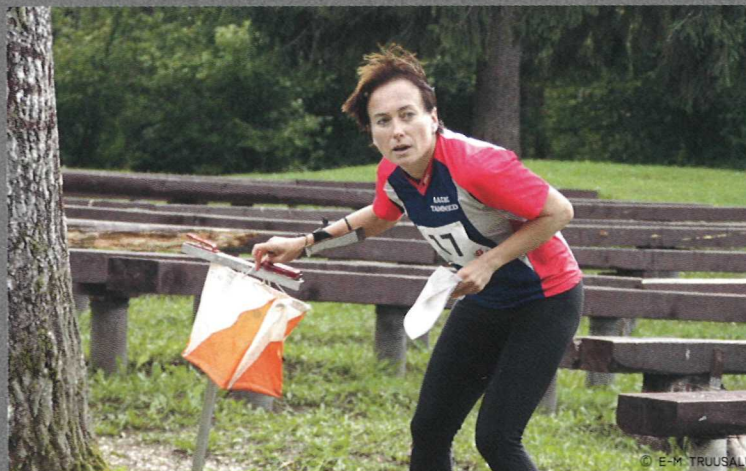
Geiser Strokkur

© ERAKOGUST

Fotokonkurss EOLi 2012. aasta SEINAKALENDRI pildile

Fotod esitada
elektroniliselt
aadressil
eol@orienteerumine.ee
hiljemalt **10.10.2011**

Seinakalender
antakse välja
koostöös
AS Pinusega.



Konkursist võivad
osa võtta kõik soovijad.
Võitjale on auhinnaks
EOL 2012. aasta
seinakalender.

EOLil on õigus konkursile laekunud fotosid ka edaspidi avaldada.

EMV tavaraja analüüs

TIIT TALI

M45 tavaraja tulemused

1. Tiit Tali	Ilves	01:12.17	01:12.17
2. Raivo Pellja	JOKA	01:17.35	+5:18
3. Sixten Sild	Võru	01:19.08	+6:51



Tiit Tali 2011. a EMV tavaraja lõpusirgel

© E-M TRUUSALU

Miks startisin EMV-I M45 rajal?

Põhjuseid on mitu:

- 45 rajal saab sama raha eest rohkem orienteeruda kui 50 klassi rajal. Hiljem selgus, et EMV 45 klassi rada oli ka huvitavam (teetappe vähem)
- Otsisin uusi väljakutseid, olin ju kevadest alates kõik võistlused võitnud.
- Mängukaaslaste hoidmine. Anda 50 klassis ka teistele võimalus Eesti meistriks tulla.
- Et võita M45 klassi edetabel.
- 45 klassis on konkurents väiksem.
- Väiksemat konkurentsi vajasin selleks, et hetkel ei ole jooksuvõime nii hea kui kevadel.

Seekord oli konkurentidest kohal ka Eesti ainuke suurmeister sellel alal – Sixten. Tema võitmiseks ei pea kiiresti jooksma, küll aga raja üpris puhtalt läbima. Selle teadmisega läksingi starti. Ebasoodne õhusoojus (+26°) pärssis oluliselt minu jooksuvõimet.

Pärast finišit selgus, et minu pakutud võimalust M50 klassis Eesti meistriks tulla kõik siiski ei kasutanud. Maido Kaljur ja Eduard Pukkonen pidasid olulisemaks võimalust võidu joosta ja startisid samuti M45 rajale. Oleksin ma seda varem teadnud, oleksin ilmselt teise taktika valinud ja agresiivsemalt jooksnud.

Stardis uurin, kui kaugel on K-punkt. Selgub, et mitte väga lähedal (pikem tähistus K-punkti annab rohkem aega kaarti sisse elada). Minut enne minu stardipiiksu käivitan pulsikellal salvestusfunktsiooni. Tavaliselt teen seda stardihetkel, aga olulisel võistlusel minut varem, et stardihetkeks jääks vähem kõrvalisi tegevusi. Samuti annab see võimaluse kellapealt jälgida, millal start toimub (ei pea stardipiikse ootama).

Stardipiiksu kõlades võtan ämbrist kaardi. Olen eriti tähelepanelik, kuna ei võta kaarti tavapärasest ämbrist (M50). Asun kaarti lugema. Esimene eesmärk on leida kaardilt stardikolmnurk. Selle kiiremaks leidmiseks olen eelnevalt uurinud, millises kaardi sektoris kolmnurk võiks asuda, samuti olen enne starti ära määranud põhjasuuna ja keeran nüüd kaardi kohe õigetpidi ette. Kuna päike asub täpselt lõuna suunas, siis on täna eriti mugav suunda hoida.

Asun kaarti sisse elama, st kaardiga kontakti leidma. Esmalt „kalibreerin kaugusemõõdiku“, kuna viimane orienteerumistegevus pärineb kahenädalatagusest Koprakarikalt, kus jooksin 1:15000 kaardiga, nüüd on mõõtkava 1:10000. Jätan meelde, kui kaugel objektide kaugused kaardil ja maastikul paistavad ning kui kaua nendeni jõudmine aega võtab. Samaaegselt jälgin erineva märgistusega metsatüüpide läbitavust ja viisi, kuidas pinnavormid kaardil kujutatud on (nende

sarnasus maastikul olevatega). Seekord on rajameister selle tegevuse eriti lihtsaks teinud, andes kaarti sisseelamiseks pikalt aega. Pean silmas seda, et K-punkti ja sealt 1. KP poole saab joosta mööda sirget sihti.

Kuna sihti mööda saab joosta 300m, siis teen ära ka 2. ja 3. etapi teevalikud ja jätan meelde esimese kolme KP tunnusunnumbrid. Jooksen sihti pidi punktile võimalikult lähedale, et eelnimetatud tegevust võimalikult kaua praktiseerida. Kui sihil hakkab paistma lohk, keeran 45-kraadise nurga all paremale, loen kaardilt ja maastikult lohu ning künka, möödun neist ja ees paistabki 1KP tähis. (2. etapiaeg, kaotus Toomas Mastile 6 sek. Ei tea kas ta võitis mind järgmise etapi lugemise arvel? Teisel etapil annab ta mulle 9 min ja 37 sek tagasi.)

Punktis teen liikumissuunas umbes 90-kraadise pöörde vasakule ja löikan sihile, mida mööda kavatsen joosta kuni rohelise lõpus oleva teeristini, et sealt läbi valge metsa 2.KP lõigata. Paraku märkan sihil joostes, et esimene teerada, mis sihiga ristub, on oluliselt paremini läbitav, kui kaardi järgi eeldasin, ja see läheb sobivas suunas etapil olevale raiesmikule, millel on palju kollast värvi. Eeldan, et ka raiesmik võib olla veel paremini läbitav, kui kaardilt paistab, ja muudan hoobilt teevalikut ning keeran vasakule viivale teele. Õnnetuseks selgub juba enne raiesmikule jõudmist, et tee on puid täis langenud. Raiesmik paistab alguses normaalne, aga seda täpselt nii kaua kuni olen sealmaal, et tagasi ei tasu enam minna. Mida edasi, seda halvema läbitavus, veelgi hullem, siin on hulgaliselt minu „lemmikuid“ nõgeseid. Liigun külg ees käies, et nõgeseid maha tallata. Kas tõesti on võistlus minu jaoks lõppenud? Otsin võimalikult valutut tee, et „teisele kaldale“ jõuda.

Valge metsani jõudes saan jälle jooksmata hakata. Nõgestes liikudes kaotasin maastikuga kontakti. Mul on küll versioon, kus ma asun, aga see osutub hiljem valeks. Liigun oma arvatavast asukohast 2.KP suunas kuni üpris ootamatult jõuan sihile. Kuna sihi taga on poollage lohk, siis saan ennast jooksult paika ja lähen üle kahe künka punkti. Hiljem selgub, et see kogemus maksis ainult 1min ja 50 sek (8. etapiaeg).

Ajendatuna äsja läbielatud kõrvetavast kogemusest, muudan 3. etapi teevalikut ja jooksen sinna teed mööda ringi. (3. etapiaeg, kaotus 31 sek. Asun võistlust juhtima ja nii jääb raja lõpuni.)

4. KPse jooksen suunaga rohelise nurka, jälgides lisaks suunale ka reljeefi, kuni noorendik läbi metsa paistma hakkab. Sealt noorendiku serva mööda valge metsani, kus kasutan sama tegevust, mis noorendikuni jõudmiseks, ka asimuut on sama. Paraku viib see asimuut mind punktist natuke vasakule. Saan sellest

kohe aru ja kallutan ennast punkti. Nii palju siiski kaotan, et Vallo Vaher, kellele noorendiku servas mööda joostes „jõudu“ soovisin, jõuab enne mind punkti. Mis seal ikka, saan veel korra mööda joosta. (4. etapiaeg kaotusega parimale, kelleks on juba kolmandat korda Mast, 32 sek.)

5. KPse minnes kallutan ennast teele ja jooksen teed pidi kuni lohuni. Sealt keeran paremale ja jooksen nõlva mööda punkti. Ma ei tea, mis rada Vallo jookseb, aga tema selg paistab ees, mis päädib sellega, et saan sellel etapil parima aja. Võtan küll punkti enne teda, aga abiks ikka.

6. KPssse jooksen suunaga. Loen kaardilt, et üle mäe ja tipu kõrval on orvand. Nii ongi ja kaotan Tenno Alamaale 4 sekundiga.

7. KPse jooksen suunaga kuni teeni. Jõuan täpselt teeristi. Hiljem näen kaardilt, et sinna on joogipunkti tähis joonistatud. Kas see seal ka oli ja kas ma ka jõin, seda ei mäleta, sest ilm on liiga palav, aga midagi ma pidin tegema, sest kaotasin etapil Sixtenile 18 sek ja see on 5. etapiaeg. Teeristist jooksen reljeefi ja soid lugedes punkti.

8. KPse liigun reljeefi lugedes ja suunda jälgides, aga 1cm enne õiget punkti jääb vale numbriga varustatud identne punktisüstus teele ette. Igaks juhuks lasen punktisolijal endale näidata, kus see punkt tema kaardil asub. Siis jooksen edasi rajameistri poolt minu jaoks metsa viidud punkti. Tenno võitis mind 25 sek. Kiiresti jookseb vist!

9. KPse jooksen suunaga teele välja, eeldades, et saan tee peal paika. Nii ongi. Kuna olin ennast vahepeal välja lülitanud, siis sadakond meetrit enne punkti saan aru, et loen ennast hoopis 10. punkti. Asun viga parandama, aga pörutan liiga kaugemale (kaotus Hiiumaa mehele 4 min ja 8 sek, see on alles 24. etapiaeg. On selles klassis ikka palju võistlejaid!).

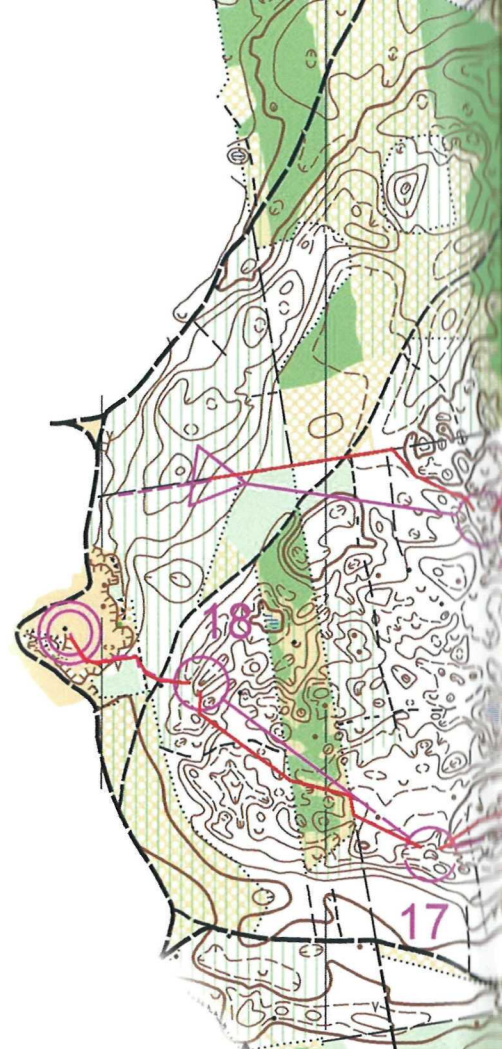
10. KPse jooksen punast joont mööda ja kaotan Tennole ainult kaks sekundit.

11. KPse jooksen suunaga reljeefi lugemata kuni sihini. Pärast sihti saan ennast kohe paika ja jätkan suunaga kuni noorendik paistma hakkab. Samas on näha ka suur orvand ning olengi punktis. Kaotus Maido Kaljurile 28 sek ja olen alles üheksas. On ikka välejalad!

12. KPse jooksen mööda mäejalamit kuni sihini, sihti pidi kuni valge metsa nurgani, sealt suunaga järgmise sihini. Sihti ületades määrän reljeefi abil asukoha, korrigeerin suunda ja edasi suunaga punkti. Millegipärast saan sellel lihtsal jooksuetapil 50 sekundiga parima aja. Äkki ikka sain kuskilt juua, no ei mäleta!

13. KPse jooksen suunaga läbi lohu, paremal tipuke, järgmisse lohku, mis on valges metsas. Mets on nii valge, et KP-tähis paistab juba kaugelt. Maido Kaljur võidab mind 3 sek.

14. KPse jooksen asimuudiga. Sihti ületades näen paremal oleva lohu järgi, et olen



õigel teel. Siiski otsustan oma liikumisteed kindlustada ja kallutan end paremale, et jõuda teekäänakuni. Jooksen natuke mööda teerada. Kui ees hakkab paistma teerist, keeran teelt ära ja jooksen reljeefi pidi punkti. Kaar oli vist liiga suur, sest saan alles 8. etapiaja ja kaotan Tennole 25 sek.

15. KPse hakkam suunaga minema, et jõuda teekäänakule. Siia on juba loha tekkinud. Ees näen Leho Haldnat, soovin talle „jõudu“ ja jooksen edasi. Tema ei pea nii kiiresti jooksmata, ta on M50 rajal. Teeristist edasi loen reljeefi ja jõuan künkani, kus peab punkt olema. Millegipärast ei ole. Vaatan künka taha, hoopis seal. 1:10000 kaardil ma legendi lugemisega ennast ei löbusta, olen arvanud, et kaardilt saab kõik välja lugeda. Seekord ei saanud. Saan parima etapiaja. Aitäh Leho, olid abiks!

16. KPse jooksen (eestlaste jaoks) ümber suure mäe lohku ja ongi punkt. Hiidlane sai jälle 2 sek kiiremini! Mis teha, Lehol oli teine punkt.

17. KPse jooksen orvandist üles, samas suunas edasi kuni sihini, mille taga on pikk mägi. Pikki seda mäge kuni mägi ära lõpeb ja ninast alla ongi lohk, kus on punkt. (Kaotus 22 sek, seekord Sixtenile.)

18. KPse jooksen suunaga raiesmiku nurka, sealt edasi serva mööda, lootuses, et loha läheb üle raiesmiku. Ühes kohas lähebki, lähen ka, aga loha on kitsas ja enne, kui



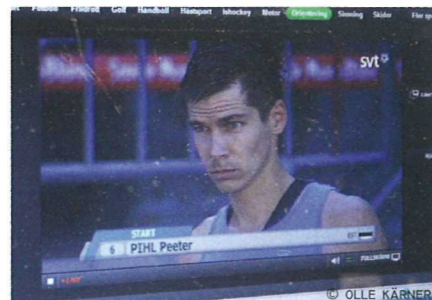
raiesmikust üle saan, tuleb kuuest kaasnautlejast mööda pöörutada. Üllatuseks olid nad kõik nii sõbralikud, et astusid lohalt kõrvale ja pakkusid teed. Sooja tundeга jooksin edasi. Kuigi ma neid kohapeal tänasin, tänan neid siinkohal veelkord. Toremad olete, orienteerujad! Tule või teinekord jälle! Stardis

olin näinud, et tähistus läheb karjääri nurgast metsa ja mõtlen, et jooksin tähistusse kinni ja saan selle abil punkti kiiresti kätte. Kaarti on juba isegi palju loetud, selleks korraks aitab! Näen ees tähistust ja pööran paremale, ongi viimane punkt. Hiidlane oli jälle minust

kiirem, seekord 4 sek. Hiiumaa keeles võttis raiesmikul tänamine vist vähem aega. Pean ka keeli õppima hakkama.

Finišisirgel saan kuuenda aja. Kaotan nelja sekundiga mehele, kes oli selleks sirgeks 95 minutit valmistunud.

Juba kolmandat numbrit järjest oleme kaasa elanud ühele nädalale meie orienteerumiskoondislaste elus. Lauri Silla ja Merike Vanjuki nädalatele järgneb seekord Peeter Pihli (SK Saue Tammed) oma. Maailmameistrivõistlused on just läbi saanud, puhkus on lõppenud – käes on argipäev Soome vabariigis, kus Peeter praegu oma perega elab ja töötab.



Esmaspäev 22.08.2011

Äratus sai õhtul pandud 6:45. Kui kell näitas 7:15, tulin esimest korda teadvusele. 8,5 tundi und jäi sel ööl väheks. Äratuskell oli selleks ajaks iga 5 minuti tagant 30 sekundit karjunud. Olin toas magavast kolmest inimesest ainuke, kes üles ärkas. Öö oma voodis oli viimase kolme nädala parim. Telefonist nägin, et saan tunni armuaega. Kasutasin selle maailmameistrivõistluste (MM) tavaraja teevalikute analüüsi uurimiseks ja kohvi joomiseks.

Tööpäev läheb kiiresti. Päeva jooksul pean telefoni teel mitu korda aru andma, et mis ikka MMil juhtus. Raske on, kuna pole veel küsimusele vastust välja mõelnud. Õnneks on mind toetavad inimesed minu suhtes vähem kriitilisemad kui mina ise. Tavaliselt on esimesene tööpäev pärast puhkust ülimalt kurnav. Füüsiline töö ikkagi. Seekord nautisin täiel rinnal jahedat ilma. Esimest korda peaaegu 3 kuu jooksul ei olnud palav.

Pärast tööd andsin Daisile (Peetri elukaaslane – toim) võimaluse Tallinna maratoniks valmistuda ning mängisin Emmaga (Peetri tütar – toim) läbi kõik mängud, mida oskasin. Tundub, et voodi peal hüppamine on kõige lahedam praegu. Seda võiks teha niikaua, kuni voodi katki läheb.

Kuna sellest nädalast algas puhkuseperiood, siis treenin ainult korra päevas. Täna olid plaanis hüppe- ja jooksutehnika harjutused. Kuna võistluste tõttu on jõutreening tagaplaanile jäänud, võtsin treeningut ettevaatlikult. Ei tahaks ülejäänud nädalat invaliidina veeta. Hea tunne oli koduradadel joosta.

Trenni lõpp ja õhtu möödub Emmaga mängides. Peaks vist koju midagi ostma, et ta ei peaks minu otsas ronima.

Õhtu lõpetab telekast tulev mängufilm V for Vendetta, mis üllatab igas elemendis. Kahjuks treeningpäeviku võlgade täitmise ja Emma kõrvalt läheb päris palju kaduma.

Teisipäev 23.08.2011

Hommik tuli küll kuidagi raskelt. Kas suutsin ühe päevaga juba ebameeldivasse väsimustsüklisse sisse saada? Kogu kehas on tunda eilne treening. Õnneks pole vist üleliia traagiline.

Tööl ootas mind ees üllatus. Sain ühe paari orienteerumiskosse. Orienteerumiskosside seis on enneolematult hea. Kapis on hetkel vist seitse paari, millest kolm on tutikad. On olemas jalanõu igaks maastikutüübiks. Nüüd vaja ainult hagu anda nendega. Sel nädalal vist mitte. See nädal on asfaldi nädal.

Peale tööd kasutasin ära juhuse, et Emma magas ja magasin ka natuke. Päevane uni on ikka kordades magusam kui öine. Nautisin iga minutit, kuigi pärast magamist enesetunne just kiita ei olnud.

Trennis oli plaan joosta 3-minutilise pausiga 2 km pikkuseid löike. Ideaalis 3:15 min/km tempoga. Asjaolud langesid nii halvasti kokku, et enne esimest löiku läks juba raskeks. Neli löiku planeeritud viiest vägistasin ära, siis jätsin pooleli. Kõva pinnase peal jooks löhkus mu jalgu nagu kevadised ilmad asfalti. Paar nädalat on veel õnneks aega sellega harjuda. Pärast Tallinna Sügisjooksu lähen oma jooksudega tagasi metsa.

Õhtu viimased tunnid sisustasin Emmaga mängides. Kuskilt ajakirjast lugesin ükskord, et kui issi koju tuleb, siis hakkab action 'it saama. Nii ongi!

Kolmapäev 24.08.2011

Rutiinne päev. Päeva jooksul tundsin ennast ikka erilise vorstina. Peamiselt, kuna ei ole hommikuti trenne teinud. Tuleb õhtul tagasi teha. Kuna olime nii hea tempoga kuuma andnud, saime nädala esimese objektiga ühele poole ja paar tundi varem koju.

Kodus oli suur veristamine toimunud. Emma lõi esimest korda näppu. Nagu öeldakse. Kõik kohad olid verd ja soolikaid täis. Kahekesi olid paanikas seal. Rahustasin olukorra maha ja läksin jooksin enda mastaapides pika jooksu asfladil.

Jalad olid ikka väga valusad nädala esimestest päevadest. Esimese 10 minuti jooksul läks kärbes silma. Närvi ajas raisk. Kuigi jalad olid kanged, suutsin ilma rabelemata plaanituid ringi plaanituid ajaga läbi joosta. Aga tuleb tunnistada, et mõnus oli esimesed 40 minutit. Siis tõmbas asfalt jalad kangeks ja asjale tuli töö maik juurde.

Õhtul lõpetas Jean Claude Van Damme. Film balanseeris osavalt pornograafia, huumori ja märuli vahel. Kõigile midagi! Hea perekonna seltsis aega veeta.

Neljapäev 25.08.2011

Hommikul ajasid akna taga möllavad ehitajad meeldivald kogu perekonna üles. Emmaga mängides aeg lendab ja alustasin tööga vähe hiljem. Kuna olin täna üks, siis tegin asju omas rahulikus tempos. Säästsin jõudu tulevikuks.

Pärast tööd läksime perega kohalikule päevakule. Sörkisin rahulikult 30-minutilise raja. Ülimalt hea tunne oli taas orienteeruda maastikul, kus oskan kaardi ja maastiku vahel seoseid leida. Kindel tunne! Loomulikult oli ka asjal ebameeldivam pool. Pidi jälle seletama, et mis kurat ikka seal lühirajal juhtus. Õnneks on ülejäänud inimesed oluliselt vähemkriitilised kui ma ise.

Pärast jooksu saatsime Emmaga Daisy jooksuga kodu poole teele ja läksime ise poodlema. Vaja oli 70x100 cm pildiraam leida. Kuna juba Ikeas olime, lubasime omale ühed jäätised ka. Emma ei oska ainult saladust hoida ja määris ennast lõuast varvasteni jäätisega kokku. Jäime kodus labaselt vahele.

Õhtul tegime Emmaga väikse õunakoogi ja fantaseerisime vara magamaminekust.

Reede 26.08.2011

Hommikul lähme varem tööle lootuses, et saab ka varem koju. Magasin terve tee objektile ja tagasi. Autos on ikka ebamugav magada küll. Tööpäev oli füüsiliselt raske aga lühike. Natuke pärast kella kahte olin kodus ja üritasin vaba aega magades veeta. Kahjuks saabus perekond õuest ja siis lõppes mu päevauni enne, kui ta alata sai. Raske on magada, kui kümnekilone vorst sul seljas ronib. Lasin paar kohvi sisse ja läksin tegin kerge sörgi ja seeria jooksutehnikat. Jalad on paarist asfaldijooksust jube valusaks jäänud.

Õhtu lõpetuseks käisime Soome paremuselt teises kogupererestoranis ennast pitsaga tankimas. Kontole jäi mingi 12 viilu ma pakuks. Tahtsin siiski omal jalal labkuda.

Enne magamaminekut näpistasin natuke aega ja vaatasin, mis homse võistluse (eGames ja Huippuliiga finaali, lühirada – toim) maastikud endast kujutavad.

Laupäev 27.08.2011

Hommikul kuuest üles ja kerge sörk. Kuna ees oli pikk sõit Inkoosse, siis pidi kiirelt tegutsema, et seitsmest liikuma saada. Kahjuks ei sujunud kõik plaanide kohaselt ja saime ligi poole tunnise hilinemisega minema. Õnneks kompenseerisin selle kiire sõiduga ja sain enne starti asjad normaalselt aetud.

Hommikust proloogi ründasin pigem rahulikult, aga ühel nõlvapunktil jooksin siiski punktist mööda ja kaotasin tublid 2,5 minutit, enne kui kaasvõistlejate abiga punkti kätte sain. Edasine jooks kulges rahmeldades ja ebakindlalt. Kaotust kogunes üllatavalt palju. Elasin lootuses, et proloog võetakse pigem rahulikumalt ja kindla peale. Vennad aga tirisid täiega ikka. See pani põhimõtteliselt kriipsu ka edukale õhtusele võistlusele.

Õhtul läksin lihtsalt meeste selgu kinni jooksma. Kahjuks lõppesid seljad teises punktis. Edasine jooks oli lihtsalt nauding. Üritasin joosta kohtades, kus rada ja maastik seda võimaldasid nii kiiresti, et minu rongis istuvad vagunid kannataks. Kahjuks libises paar pisiviga sisse, mis andis teistele võimaluse hinge tõmmata. Kokkuvõttes oli lahe võistlus ja õhtul leidsin teatava enesekindluse jälle tagasi, mis augustis kaduma oli läinud.

Pärast võistlusi tagasi koju jõudes oli selleks päevaks energia otsas. Ootasin magamaminekuks sobivat võimalust ja selle saabudes kasutasin ta ära.

Pühapäev 28.08.2011

Ärkasin gramm varem, et saaks perekonnale pannkoogid teha. Kohvi ja pannkoogid kroonivad iga pühapäeva hommikut. Iga vaba päeva hommikut!

Kuna võistlusi joosta ei tahtnud ja raha napib, läksin tööle. Jalgade tervise huvides otsustasin asendada osa jookutreeningutest selles päevas rattaga ja läksin rattaga tööle. 21,6 km meeldiva muusika saatel 47 minutiga. Tuul vist soosis.

Tööpäev läks libedalt ja aeg-ajalt telekast kergejõustiku tippündmuse jälgides. Tuleb tunnustada, et Bolti põrumine lohutas mind. Küll ta kahesajas näitab neile!

Tagasiteel oli tuul vastu. Paras raiumine ikka. Kohati oli tunne, et jään puhta seisma. Kodus võtsin kiire banaani ja läksin jooksma. Ühe soojaga. Alguses oli haamri tunne aga siis läks üle. Päris mõnus oli. Kokku siis 54 min ratas ja 68 min jooksu. Selleks päevaks rasva põletatud küll.

Õhtul küpsetasime Emmaga kooki ja vaatasime arvutist koerte pilte. See tundub viimase paari päeva lahedaim asi olevat.

Treeningpäeviku võlad kustutasin ka ära.

Head und armas päevik!

Võsast välja: Andres Minn

Milline on sinu tavaline tööpäev?

Mountain Loghome on puitmaju projekteeriv, tootev ja ehitav firma. Töötajaid koos tehasega ca 50. Hetkel ekspordi osa 95%, suurema osakaaluga sihtmaad Norra ja Jaapan. Aga ehitame ka Maluti Skiresort'i nimelist suusakeskust Lõuna-Aafrikas, sellises riigis nagu Lesotho Kuningriik. Suusatamise teeb võimalikuks keskuse kõrgus merepinnast, nimelt 3500 m.

Minu tavaline tööpäev ongi tavaline firma juhtimise päev: delegeerimine, motiveerimine, nõupidamine, läbirääkimised, tublide kiitmine ja laiskade hurjutamine. Ja nagu ikka õhtuks toss väljas ja mõtlemiseks aega jälle ei leidnud.

Sina ja orienteerumine?

Mulle orienteerumine meeldib, väga harmooniline ala tundub. Eriti peale võistlusi kommentaare kuulates: jälle ei osanud ja ei jõudnud. Ja suure raha räpane käsi ei ole oma moonutusi kaasa toonud. Vanasti (1980ndad) ei meeldinud mulle orienteerumise riided, aga nüüd on need ka ok, vähemalt orienteerujate arvates. Peale EPA lõpetamist läksin tööle EKE Projekti. Seal oli orienteerumine suhteliselt laialt levinud tegevus, aga meie

osakonnas muudeti see tänu karismaatilisele projektijuhile Vello Vaherile elulaadiks. Ma arvan, et mingil 1985. aastal käis meie osakonna 30 inimesest 28 orienteerumas. Käisid isegi need, kellel ketse ei olnud. Esimeseks võistluseks olid Tartu meistrivõistlused öises, aasta ilmselt 1984 ja koht Elva. Kaks korda ujusin üle Elva jõe mõeldes ise, et miks kurat nad selliseid ettevõtmisi aprillis teevad. Aga lõpetasin raja määrustepäraselt kontrollaja piires (küll olid toona ikka pikad kontrollajad!).

Laiem avalikkus arvatavasti ei teagi, et oled aastate jooksul tublisti abistanud Eesti orienteerujaid. Kas oled enda jaoks pannud paika mingid kindlad sponsori kriteeriumid või toetad pigem hetkeotsiooni ajel?

Siin on kaks erinevat asja: firma Mountain Loghome prioriteet on noorte orienteerujate toetamine juhul, kui nad on piisavalt pühendunud ja õnneks JOKAs on selliseid noori. Seetõttu olemegi neid aastaid toetanud. Minu eraisikulistest toetustest on küll enamik hetkeotsiooni mõjul tehtud, loomulikult inimestele/sportlastele, keda ma hästi tunnen ja kellest ma pean.

Kuidas suhtuvad orienteerumisse sinu töökaaslased ja sõbrad?

Nad suhtuvad minu harrastusse mõistvalt, mul on suuremaidki veidrusi kui orienteerumisega tegelemine. Aastaid tagasi viisin pea kogu kaadri Hiiumaa karikavõistlustel metsa. Kontrollajaga ei tulnud ükski neist metsast välja ja edaspidi nad metsa ei kippunud. Äkki peaksid võistluste orgunnijad mõtlema klassidele MN21 ... jne tugirada.

Kuidas tuli seiklussport sinu ellu?

1999. aastal töösus Austrias olles juhtusin teleisiorist vaatama Red Bulli korraldatud kahepäevast seiklust. Tundus vahva. Minu ja Pilvi esimene samm selles suunas oli TAOK esimene rogain. Aga seal oli vähe ujumist ja veel vähem rattasõitu ja nii leidsime Lafuma Cupi ja Matkasporti 36 tunni seiklused.

Milline on sinu suurim elamus seoses orienteerumisega/seiklussportiga?

Orienteerumise suuremad elamused (nii negatiivsed kui positiivsed) on seotud Jukolan Viesti'ga. Oleme seal JOKAga pea

”Tiit Tähnas, klubikaaslane

Minn on Eesti seiklusspordi grand old man, nagu me kõik teame. Ta on pikkade seiklusürituste starti ja ala harrastajate sekka toonud rohkem inimesi kui keegi teine – kaasa arvatud minu. Selle eest olen ma talle loomulikult ütlema tänulik.

Naljakamatel juhtumistest meenub Minniga seoses üks sõnum, mille ta saatis juba mitmendat päeva ühel pikemal ja jahedama temperatuuriga seiklusvõistlusel osalevale Heitile. See tuleb mulle alati meelde, kui mõnel võistlusel külm hakkab. See sõnum on Heitil minu teada siamaani alles ja kõlab umbes niimoodi: "Külm on ainult emotsioon, olge sellest üle! Minn sooja kamina eest"



Andres Minn, M50, JOKA
sünniaeg: 25. juuli 1957
elukoht: Saku
haridus: EPA maakorraldus
(loomulikult cum laude) 1983
amet ja töökoht: Mountain Loghome
OÜ juhatuse esimees ehk chief

© KERSTI EHALA

muutumatus koosseisus aastaid tugevusest Eesti teine jõuk olnud, peale SKMi ja after party'l oleme neidki võitnud. Seiklusspordis on tippüritusteks olnud ikka 2009. ja 2010. aasta seiklusspordi maailmameistrivõistlused vastavalt Portugalis ja Hispaanias. Ja muidugi vanad Läti seiklused enne aastat 2006, kus võitlus käis mitte niivõrd koha, kui ellujäämise eest.

Kas sinu suveplaanidesse kuulub ka mingi kindel orienteerumisüritus/ seiklusvõistlus?

Seiklusest Randy (Korb - toim) targal juhtimisel XTspordi korraldatud Mountain Lohome 48 tunni seiklus muidugi igal aastal mai lõpus. Tõeline seiklus, sellel aastal sõitsid osa team`idest asfaldil kanuud näiteks.

Kas ja milliseid harrastusi sul veel on lisaks orienteerumisele?

Käin mägedes. Nii mägitatkadel kui ka tippe üritamas. 2008. a leidsin enda jaoks Nepaali ja nüüd oktoobris oleme jälle sinna minemas, eesmärgiks 6600 meetrine hunnik nimega Singu Chuli.

Tõsiselt hakkasin mägedes käima samal aastal kui alustasin orienteerumisega. Meie praegune orienteerumisülemus Paul Poopuu oli sel ajal juba kõva tegija ja temaga ma 1984. aastal Kaukaasiasse läksingi. Peale seda käisin igal aastal mägedes (Tjan Shanis, Pamiiris ...) kuni aastani 1991, kui tegime Urmas Graueni poolt orgunnituid ekspeditsiooni käigus kaks uut tipuvallutust: mäed said nimeks Paide (linna 750. aastapäeva tõttu) ja Norma (100 aastat firma loomisest oli vist). Vahepealsetel kauboikapitalismi aastatel sai mõned korrad käidud Lõuna-Ameerika ja Euroopa küngetel.

Paul Poopuu, klubikaaslane

Tunnen Andrest ajast, mil ta oma esimesed sammud orienteerumisarjal tegi. Temasugusele natuurile kohasena oli see muidugi kohe öine võistlus (Tartu MV öises). Teda ei häirinud asjaolu, et ta orienteerumisest mõhkugi ei teadnud. Väga enesekindla mehena oli ta veendunud, et läbib raja, sest mis see siis ära ei ole. Tuleb tunnista, et ära ta selle tegigi, rada sai läbitud ja tulemus kirja.

Kui Andres on midagi tõsiselt pähe on võtnud, siis viib ta selle ka ellu. Sagedasti ei tee ta seda vaikselt ja tavapärasel moel, vaid ikka teistmoodi, omale huvipakkumal moel.

Nõukogude Eesti viimaste päevade aegu oli meil Andresega tõsine mägitatka plaan Pamiiri mägedes. Rahadega oli asi nigelavõitu. Kuna Paide sai tol aastal 700 aastaseks, siis raha lunimiseks tegime linnaisadele ettepaneku, et vallutame nimetu mäetipu ja ristime selle Paideks. Tipuvallutuse plaan saigi teoks tehtud, kuigi meie rahastamise idee jäi siiski Paide linna poolt toetuseta.

Ja muidugi ei hakka Andresega koos olles igav, sest juttu ja mõnusalt torkivaid väljaütlemisi tal jätkub.



Pilvi ja sherpadega Tharpu Chuli jalamil

© ERAKOGUST

Patagoonias olen ma kalal käinud juba aga üks sinna võib ikka tagasi minna.

Millised rubriigi Orienteerujas loed esimesena läbi?

Meeldivad suurvõistluste (ka Eesti) ülevaated, tegijate radade analüüsid, võrdlused. Rohkem võiks kirjutada suurte orienteerumismaade, nagu Soome, Rootsi, Norra, Šveitsi, Prantsusmaa ... orienteerumisest. Minu arvates on see ajakiri liiga Eesti-keskne.

Kas jälgisid ka Prantsusmaa MM-i? Mis mulje jäi, kellele pöialt hoidsid?

Jälgisin Soome TV ülekandeid. Oli põnev, eriti teatejooksud. Punkide leidmiseks kasutasid enamik kodanikke tänu maastiku ja

kaardi omapäradele Eesti algupäraseid punktide võtmise tehnikaid, nagu spiraallähenedamine, kammimine jne. Peale eestlaste ja Pasi Ikonen'i meeldivad mulle Inglismaa, Uus-Meremaa ja Põhja-Korea orienteerujad.

Kas seiklussport võiks kuuluda rahvusvahelise orienteerumislüüdi alla (analoogselt lumelauasõidu ja freestyle'iga, mis on FISi alla kuuluvad olümpiaalad)?

Olümpia ja seiklussport on sarnased nagu siga ja kägu. Ma ei suuda ette kujutada seiklust olümpiaalana nagu ma ei suuda ette kujutada Tour de France'i olümpialana. Küll võiks olla orienteerumine olümpiamängude kavas, saaks valged inimesed mõned medalid lisaks...

Margus Marrandi, klubikaaslane

See on see mees, kes viskab nalja rajale minnes ja sealt tulles.

Andres on edukas ettevõtja, meie klubi (SK ESTO) asutajaliige, mägitatkajast innukas seiklusspordi ja orienteerumise harrastaja. Kutsub enda lõbuks külla mitukümmend seiklejat, et aasta viimasel päeval matkata läbi Tartu Maratoni rada või sõita samal rajal 100 km suuska.

Ega ta eriti rahulik ole. Lubas kord peale seiklusspordi MM-i lõpetamist enam pikkadele võistlustel mitte minna, aga lubaduseks see jäigi. Teine hea näide on novembrikuine 3-päevane laager Pilvi-Andrese suusamajas. Selle algne mõte oli alustada treeningutega tulevaks orienteerumishooajaks. Hiljem lisandus sinna eesmärgina Jukalan Viesti. Laagri kõige põnevam osa on mudugi ca viietunnine öine seiklus Otepää kõrgustiku suurepärasel maastikel. Enamus seiklusspordi harrastajad on temalt mingil moel tuge leidnud. On see siis "seiklusenakkus" või mõni mõttetetera. Pikemale seiklusspordivõistlusele mineku mõtteid mõlgutades kulub Andrese nõu kindlasti ära.

Kolletunud tähised

MIHKEL JÄRVEOJA

Hooaja lõpp on lähedal. See aga tähendab, et väga lähedal on ka selle aasta ilmselt suurim orienteerumisvõistlus Suunto Games, mis lõpetab pidulikult Eesti-Läti orienteerumislüga ja mille esimene päev on põhiklassides ka maailma edetabeli osavõistluseks. 23 aastat tagasi soomlaste humanitaarabi korras alustatud kannavad sel aastal oma õlul võrukad. Sõmerpalu liivane maastik ahvatleb oma ideaalse täisnurkse sihvõrgustikuga kiirele jooksule. Kiirust annab juurde võistluskeskuses asuv Euroopa suurim sisemotohall ja krossirada, kus lisaks vendadele Leokidele ja mitmekordsele krossi maailmameistrile Antonio Cairolile, saavad sel sügisel kihutada ka orienteerujad. Finišis pidavat joogiks olema Red Bull.

Kas keegi kergitas kahtlustavalt kulmu, kui eelnevalt mainiti aasta suurimat orienteerumisvõistlust? Aga TAOK rogain? Just nimelt – kõigest nädal pärast Suunto Gamesi liigutatakse orienteerumisvägi nagu nupud malelual umbes 220 kilomeetrit põhja poole Soome lahe äärde Rutja vanale lennuväljale. Kui viimaste aastate statistikat vaadata (2010.a – 983 osalejat, 2009 – 953, 2008 – 845, 2007 – 1157, 2006 – 933 ...), siis võib Keskkonnaameti poolt seatud osalejate piirarv 900 jätta nii mõnegi huvilise nõ ukse taha. Need 900, kes aga metsa pääsevad, saavad 8 tunni jooksul nautida sügisese põhjaranniku ilu, mida täiendavad rahulikud rannakülad ja Selja jõe maastikukaitseala.

Kui eelmisest Orienteeruja kalendrist sai lugeda keerulisest skeemimisest, mille käigus ühel võistlusel selgusid nii Tallinna, Järva- kui ka Raplamaa, ja nagu hiljem on välja tulnud – ka Ida-Virumaa meistrid, siis lõunapoolsemad maakonnad hoiavad oma meistrid lahus. OK Westi auhinnavõistlus koos Pärnumaa MV-ga toimub Tõstamaa poolsaarel Kolga-Veskil, mille kohta Eesti Looduse Infosüsteem ütleb järgmist: „Alal asuvad peenliivast koosnevad ja valdavalt palu- ning laanemännikutega kaetud lüited, mis on kujunenud Läänemere Litoriini staadiumi ajal. Luitejalami absoluutne kõrgus on 13-14 m ja suhteline kõrgus kuni 7 m. Kolga oja läbib ludestikku 5-8 m laiuses orus.“ Lisaks põnevatele pinnavormidele, elavat seal ka merikotkas! Ilmselt selle tõttu on üheks sealse vanema kaardi autoriks linnuhuviline R.Otteson.

Põlvakad ja võrukad võivad oma sisemaa metsades, kus lapsed näevad merd alles siis, kui nad põhikoolis klassiga Soome ekskursioonile lähevad, ainult luiteliivadel jooksmisest unistada. Ometi tõmbab ka neid miski vee poole. Põlva MV tavarada ja teade toimub Saarijärvel, kus 2009. aastal joosti öiseid Eesti meistrivõistlusi. Nädal hiljem toimuvad Võrumaa meistrivõistlused veel Suunto Gamesist soojal Sõmerpalu maastikul. Ka sealsetes männikutes leidub vett, mida toob sinna Vohandu jõgi, enne kui ta suubub Eesti suuruselt 7. järve – Vagulasse. Lisada tuleb, et kuigi need kohalikud meistrivõistlused uhkeldavad oma maakonnanimedega, siis oodatud on orienteerujad ikka kõigest Eesti otsadest.

Aga siiski, siiski – kui Ida-Virumaalt Võrru tulek tundub liiga pikk ja asjatu vaev, võib osaleda samal ajal toimival Jõhvika maratonil Pannjärvel. Ühisstardist pikem võistlusdistants on hooaja lõpus, kui välk ja pauk on kehast lahkunud ja lihased tuimaks treenitud, sobilik kindlasti kõigile. Emotsionaalse laengu tagab sügisvärvides Kurtina järvestik!

Märkamatu on kunagine treeningüritus KoKu jooks jõudnud juba 10. tähtpäevani. Kas keegi mäletab veel ühte Eesti orienteerumismaastike pärli Ootsipalu? Viimane suurem võistlus, mis sellel Meenikunno raba äärsel maastikul toimus, oli 2000. aasta EMV tavarada. Pärast seda on seal metsas uitanud ainult seenelised ja Lauri Sild. Lauri on lubanud ka KoKu jooksule tulla ja tema eesmärgiks ei saa olla muud kui võit.

Siis aga tuleb lumi, algab jõuluootus ja ettevalmistused ning ainuke lohutus on igal laupäeval toimuvad Kompassi päevakud Tallinna ümbruses.

24.-25.09 XXIII Suunto Games
Sõmerpalu, Võrumaa
OK Võru ja EOL
<http://www.okvori.ee>

1. oktoober TAOK rogain
Rutja, Lääne-Virumaa
TAOK <http://www.rogain.ee/>

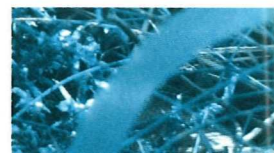
8. oktoober
OK West IV ja Pärnumaa MV
Kolga-Veski, Pärnumaa
OK West <http://www.okwest.ee/>

8.-9.10 Põlva maakonna MV
Saarijärve, Põlvamaa
OK Põlva Kobras
<http://kobras.polvamaa.ee/>

15. oktoober Võrumaa MV
Sõmerpalu, Võrumaa
OK Võru <http://www.okvori.ee>

15. oktoober Jõhvika maraton
Pannjärve, Ida-Virumaa
RSK Jõhvikas
<http://www.rskjovvikas.ee/>

29. oktoober X KoKu jooks
Madala-Ootsipalu-Leevi, Põlvamaa
OK Põlva Kobras
<http://kobras.polvamaa.ee>



Projekt „Eesti-Läti orienteerumisliiga“

MARKUS PUUSEPP

Eesti-Läti orienteerumisliiga kesksuvine hooaeg on olnud võistlusterohe. Sellesse on jäänud 2 kahepäevast võistlust rattaorienteerumises ning 4 orienteerumisjooksus. Pakutud on nii liivaseid rattaradu Karulas, üle pea ulatuvaid sõnajalgu Lillis, kui ka tõelist rahvavõistluse meeleolu Lätimaal Kapa 3-päevajooksul.

Rattaorienteerumise esimene võistlus, põhiklassides maailma edetabelivõistluseks olnud Eesti meistrivõistlused, tõid Valgamaale Laanemetsa kohale mitmeid nimekaid ja tituleeritud välisvõistlejaid, täpsemalt lausa 4 eks-maailmameistrit ning ühe juunioride maailmameistri, rääkimata meie enda esinumbrist, 2010. aasta MM-i hõbemedaliomanikust Tõnis Ermist. Osalejate arvult olid võistlused kindlasti viimaste aastate suurimad, eriti noorteklassides.

Kahjuks ei suutnud teine rattaorienteerumise osavõistlus, Läti MV Smiltenes kokku tuua loodetud hulgal rattaorienteerujaid ning mitmetes klassides jäid ainsateks osalejateks just lõunanaabritele külla sõitnud eestlased. Pärast eelmisel aastal ära jäänud meistrivõistlusi, oli Eesti-Läti projekt Läti rattaorienteerumise traditsioonide jätkumisele kindlasti väga vajalik. Rattaorienteerumise liiga jätkub ka järgmisel aastal, meelitades loodetavasti rohkem osalejaid nii meie kui Läti võistlustele.

Eesti-Läti liiga võitjad rattaorienteerumises

M16 Atis Heinols, ZVOC-VBSS	M60 Ats Virumäe, OK Võru
M18 Kristjan Linnus, OK Peko	N16 Doris Kudre, OK Peko
M20 Taaniel Tooming, OK Kobras	N18 Daisy Kudre, OK Peko
M21 Alar Viitmaa, OK Lehola	N21 Ingrid Kala, OK Peko
M40 Raul Kudre, OK Peko	N40 Tea Pärnik, OK Peko
M50 Harry Veide, LUS	N50 Ülle Põldoja, OK Ilves



EMV RO 2011 lühiraja autasustamine.

© ANTON ROOLAID

1. Pekka Niemi 2. Margus Hallik 3. Tõnis Erm 4. Alar Viitmaa

NB! Rattaorienteerumise parimate autasutamine toimub 24. septembril Eesti-Läti orienteerumisliiga orienteerumisjooksu finaaletapi Suunto Gamesi esimese võistluspäeva järel. Tulemused www.orienteerumine.ee/estlat.

Orienteerumisjooksu hooajast kokkuvõtte ajakirja järgmises numbris, samuti tuleva aasta SO, RO ja OJ liigavõistluste kalender.

Teerajaorienteerumise seminar

MARKUS PUUSEPP

12. juunil toimus Valgas EOLi, Läti orienteerumissföderatsiooni ja Eesti Invaspordi Liidu koostöös teerajaorienteerumise seminar, millest võttis osa ligi 30 huvilist. Paljud osalejaist oli juba kogemustega orienteerujad, kuid läbi EIL-i registreerus ka paarkümmend esmakordselt (teeraja-) orienteerumisega tutvust tegevat inimest.

Seminari viisid läbi Läti teerajaorienteerumise eksperdid Zita Rukžāne ja Atis Rukšāns, kes on korduvalt ka Lätit teerajaorienteerumise MM-il esindanud. Seminari juhatas ettekandega Valga Puuetega Inimeste Kojas sisse Zita, kes tutvustas osalejatele teerajaorienteerumise teoreetilist poolt ning andis õpetussõnu pärastlõunase harjutusvõistluse edukaks läbimiseks Pedeli äärses pargis.

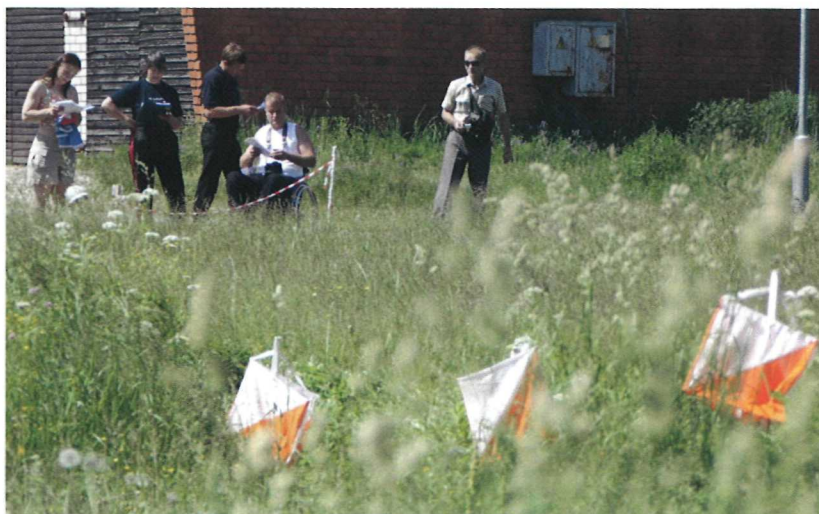
Mõningad esmakordselt selle orienteerumisalaga kokku puutunud otsustasid pärast loengut küll lahkuda, kuid paigale jäänute jaoks seisis huvitavam osa alles Pedeli äärses pargis ees. Atis oli sinna, Toivo Kotovi poolt joonistatud kaardile planeerinud keerulise raja, mis valmistas võrdvärselt peamurdmist nii algajaile kui orienteerumisjooksu MM-medalistidele.

Teerajaorienteerumine pakub kõrgema klassi ajugümnaastikat, aga ei nõua samas osalejailt kehalist ettevalmistust, sobides seega kõikidele huvilistele nende füüsilistest võimetest hoolimata. Seetõttu teevad EOL ja Läti Orienteerumissföderatsioon koostööd Eesti Invaspordi



Liiduga, et tutvustada orienteerumissporti läbi Eesti-Läti orienteerumisliiga projekti laiemale ringile.

Teerajaorienteerumise seminari materjalid on leitavad www.orienteerumine.ee/estlat/seminarid



© E-M TRUUSALU

LI-LLI nagu LI-DAR

SIXTEN SILD

Tänapäevase tehnika imevidinate areng on jõudnud niikaugemale, et meil on võimalik metsas käimata saada maastiku pinnavormidest täpsemgi kujutis, kui seda orienteerujatel vaja on. Orienteeruja on mitmel korral puudutanud LIDARi ehk laserskänneri abil maastikust üle lennates saadud maastikumudeli kasutamist orienteerumiskaartide joonistamiseks. Eesti Maa-ametil on selle aasta lõpuks olemas LIDARi andmed kogu Eestimaa kohta. Üsna mitme kaardi joonistamisel on orienteerujad neid andmeid ka kasutanud, kuid juulis Lõuna-Viljandimaal Lillis toimunud EOL Openi kaardi valmistamisel oli **Madis Orasel** ja **Kalle Kalmil** esmakordselt Eestis kasutada spetsiaalselt orienteerumiskaardi joonistamiseks valmistatud reljefimudel. Mudeli valmistas Eesti-Läti Orienteerumisliiga projekti raames selles vallas rikkaliku kogemustepagasiga Läti firma SIA Metrum. Metrumi töö tulemusena erinevus Maa-ameti materjalidest seisneb tänu madalamale ülelennule saavutatud suuremas punktiheduses – ca 2 punkti maapinna ruutmeetri kohta. Sellise punktihedusega saavutatakse reljefimudel, mis kujutab pinnavorme isegi detailsemalt kui orienteerujatele vaja oleks. Muidugi esineb selleski materjalis väiksemaid vigu, tulenevalt näiteks tihedast taimkattest, mis ei võimalda skänneril maapinda korralikult näha, kuid kaardijoonistaja peamine ülesanne sellise materjaliga töötamisel seisneb eelkõige orienteerujale sobiva detailsusaste määramises ja liigse infomüra väljajätmisest.

Lisaks reljefimudelile said kaardistajad Metrumilt teise tänuväärse abimaterjali – laserskänneri kiire tagaspeegeldumise intensiivsuspildi, millelt võib edukalt välja lugeda erinevaid kõlvikupiire, taimkatte läbitavuse muutusi ja palju muid detaile, mille kaardistaja saab välitöödel kergesti identifitseerida ja kaardile kanda ilma igasuguse mõõtmiseta.

Orienteeruja palus Madis Orasel võrrelda kaardistamist vanal klassikalisel meetodil ja uue alusmaterjaliga:

„Kõigepealt kirjeldan tavapäraseid alusmaterjale ja kaardistamist. Eesti Põhikaart on viimasel kümnendil olnud mulle alusmaterjaliks nr 1. Lisamaterjalidena olen kasutanud ortofotosid, Maa-ameti kodulehelt saadud ortofotosid koos katastripiiridega ja vanu orienteerumiskaarte.

Kaardistamine on alanud põhikaardi situatsiooni täpsustamisest, põhikaardilt puuduvate radade, kõlviku- ja soopiiride ning üksikobjektide lisamisest.

Seejärel on silmamõõdulisel moodsed ja joonistatud reljef, toetudes kindlatele kõrguspunktile ja põhikaardi reljefijoonetele, mille asukoht alusel pole kunagi täpselt paigas. Läbitavus täpsustatakse tekkinud plaanilise ja reljefisituatsiooni järgi.

LIDARi andmetega välitööde tegemisel puudub vajadus alustada situatsiooni täpsustamisest. Kohe saab asuda reljefi täpsustama, millega samaaegselt toimub situatsiooni ja läbitavuse täpsustamine.

Kõige suurem vahe ongi selles, et välitööde käigus tuli varem kõigepealt koostada alus, mille järgi sai reljefi joonistama hakata.

LIDAR andmete järgi joonistamine sarnaneb vana kaardi täpsustamisega, kus reljef on hästi joonistatud, kuid vajab siiski ülevaatamist ning situatsiooni ja läbitavuse on kapitaalset muutunud.



Suurt populaarsust kogunud algajate rada

Välitööde-eelsete kameraaltööde maht suurenes, kuna suurenes info hulk, mis enne välitööde algust ettevalmistamist vajas.

LIDARi andmete intensiivsuspilt andis palju lisainfot ja ka lisatööd. Võrreldes samu situatsioonelemente põhikaardil, ortofotodel ja intensiivsuspildil, oli võimalik need enne välitööde õigesse kohta paigutada. Ka oli võimalik enne välitööde kraavide asukohti täpsustada LIDARi reljefi järgi.

Välitööjärgsel joonist tehes kasutasin palju võimalust, et välitöö käigus segaseks jäänud või ebatäpselt muutunud objektide oli võimalik reljefi- ja intensiivsuspildi järgi täpsustada. Eelkõige olid need soode kujud, reljefivormid ja pisilagedad.

Ajakulu vähenes võrreldes tavapärase kaardistamisega tohutult. Lilli maastiku kaardistamine tavapärase aluste järgi oleks olnud äärmiselt aeganõudev, kuna seal oli vähe teid, halb läbitavus ja nähtavus ning keeruline reljef, mistõttu põhikaardilt saadav info oli väga napp. Pakun, et sain töö tehtud poole kiiremini kui vanade alustega oleks saanud ja sealjuures on kaardistuse täpsuses väga suur vahe uue meetodi kasuks.

LIDARi andmete järgi kaardistamine mulle sobis. See on suhteliselt sarnane stereotõlgendusega valminud alusmaterjalide järgi kaardistamisega, kuid tubli samm edasi seetõttu, et reljef on ülitäpne, puuduvad subjektiivsed vead ja reljefijoon iga 50 cm tagant annab hindamatu eelise soopiiride täpsel mõõtmisel.

Aeg on niikaugel, et LIDARi andmed ongi tavapärase alusmaterjal. Olen peale EOL Openi kaardi välitööde teinud veel kolm kaardistust ja kõik LIDARi andmete järgi. Kõigil kolmel juhul olid alusmaterjalid mõõdetud erinevalt lennukõrguselt, kuid ka kõige kõrgemal lennult saadud reljef oli alusmaterjalina palju parem seni saadaval olnud reljefiandmetest.

Kogu Eesti on tänaseks LIDARiga mõõdistatud, Lõuna-Eesti andmed peaksid jõudma avalikku kasutusse aasta lõpuks.



Madis Oras ja Rain Eensaar kaardistajate seminaril Kanepis, okt 2010

LIDARi andmete järgi tehtud reljeefi põhijooned hakkavad tulevikus olema väga sarnased kõigil joonistajatel. Erinevused tulevad pooljoonte kasutamisest või mittekasutamisest. Siin jääb eri joonistajate käekiri erinevaks. Ülejäänud osas jäävad erinevate joonistajate kaardipildid sama erinevateks, nagu nad on olnud seni. Muutunud on ju ainult see, et info hulk, mis on kaardistamisel kasutada, on suurenenud.“

Madise kolleeg Kalle Kalm kommenteerib LIDARi kasutamist kaardistamisel:

Tegemist on täiesti uue kvaliteediga o-kaartide joonistamisel. Suhtelisele täpsusele, mis on o-kaartide puhul alati olemas olnud, on lisandunud ka absoluutne täpsus kogu kaardi ulatuses. Kus vähegi on selge ja konkreetne reljeef või intensiivsuspilt, on joonistajal enast võimalik siduda täpsusega +/- 5 meetrit ekvaatori suhtes (on olemas koordinaatvõrk). Vanade meetoditega võis sellise absoluutse täpsuse saavutada ainult teatud üksikutes punktides aerofotot ise dešifreerides, kui koordinaatvõrgustik olemas oli. Lilli kaardi ettevalmistamisel sai kasutatud ka Eesti põhikaarti, aga selle kvaliteet alusena oli väga kehv.

Tavalise alusmaterjali puhul tuli olemasolevat kartograafilist situatsiooni (võrku) oluliselt tihendada. See tähendab, et tuli joonistada asimuudi ja sammudega välja joontevõrk (kõlvikupiirid, teed, rajad, soopiirid), samuti reljeef (objektide asukohad). Hiljem tuli ka mõõta reljeefivormide kõrgused ning lisada joonistamise viimases faasis roheline ehk läbitavus. Selline meetod nõudis

mitmekordset viibimist ühes ja samas kohas. Nüüd jäi see kõik ära, sest alusvõrk oli valmis ning samasse kohta polnud enam rohkem asja. Kogu o-kaardi jaoks vajalik info tuli lihtsalt joonisele (välitööle) kanda ja siis edasi liikuda. Minu joonistamisstiil on alati olnud selline, et olen püüdnud kogu

kaardi metsas valmis teha. Selline meetod garanteerib kaardi kvaliteedi. Lidari puhul on võimalik ka hiljem kaameraaltööde käigus midagi parandada ja täpsustada, aga mina kasutasin seda minimaalselt.

Selgelt suurenes välitööks vajaliku alusmaterjali ettevalmistamiseks kulunud aeg. Eesti põhikaardi joonistasin ocad'iga alusvõrguks, millele lisasin intensiivsuspildilt enda arvates vajalikud parandused ja täiendused ning sellele sai peale tõstetud veel reljeef. Nii ei jäänud välitööle alla intensiivsuspildi tumedat fooni, mis oleks seganud joonistamist. Võib-olla edaspidi saab kasutada ka teisi meetodeid. Lätlased näiteks kasutavad kahepoolset planšetti, kus ühel pool on intensiivsuspilt ja teisel pool reljeef, mida näeb vastu valgust vaadates. Eks iga uus asi nõuab harjumist ja endale sobitamist. Ei oska hinnata ajakulu alusmaterjali ettevalmistamisel, sest osa asju tegid teised. Hinnanguliselt kokku umbes 4–8 tundi ruutkilomeetri kohta. Ajakulu



Kalle Kalm ja Māris Strautnieks kaardistajate seminaril Kanepis, okt 2010

välitöödel oli 24 h ruutkilomeetri kohta (0,31 ruutkilomeetrit päevas). Võrdluseks – Põlula kaardi joonistamisel 1993. aastal oli ajakulu 50 h ruutkilomeetrile. Kuna olen suurema oma kaarditöödest teinud Eesti tippmaastikel, siis hindaksin kiiruse vaheks 2 kuni 3 korda. Vitipalu või Põlula tippruutkilomeetri joonistuskiiruseks võiks hinnata 80 tundi. Keskmise viivad alla kaardi servades olevad lihtsamad alad. Väga mõjutas tavajoonistamise kiirust läbitavus ja nähtavus. Värskas oli joonistamiskiirus näiteks oluliselt suurem. Mis puutub loominguusse, siis suvaline kaart suvalise alusega tehtult peegeldab joonistaja stiili ja maailmapilti. Reljeef on ainult üks osa sellest, aga kõik ülejäänud tuleb maailmale kanda ikka omaenese tarkusest ja kaart peab olema objektiivne kõikide elementide osas. Muidugi, praegu on reljeefimudel olemas, aga siin tuleb välja filtreerida „müra“ ning muuta see orienteerujale „söödavaks“. Sellest toorikust tuleb reljeef alles välja lihvida, st seda reljeefialust tuleb

EOL Openi käigus õnnestus allakirjutanutel võistluse spiikrina saada sel teemal mõned arvamused ka võistlejalt.

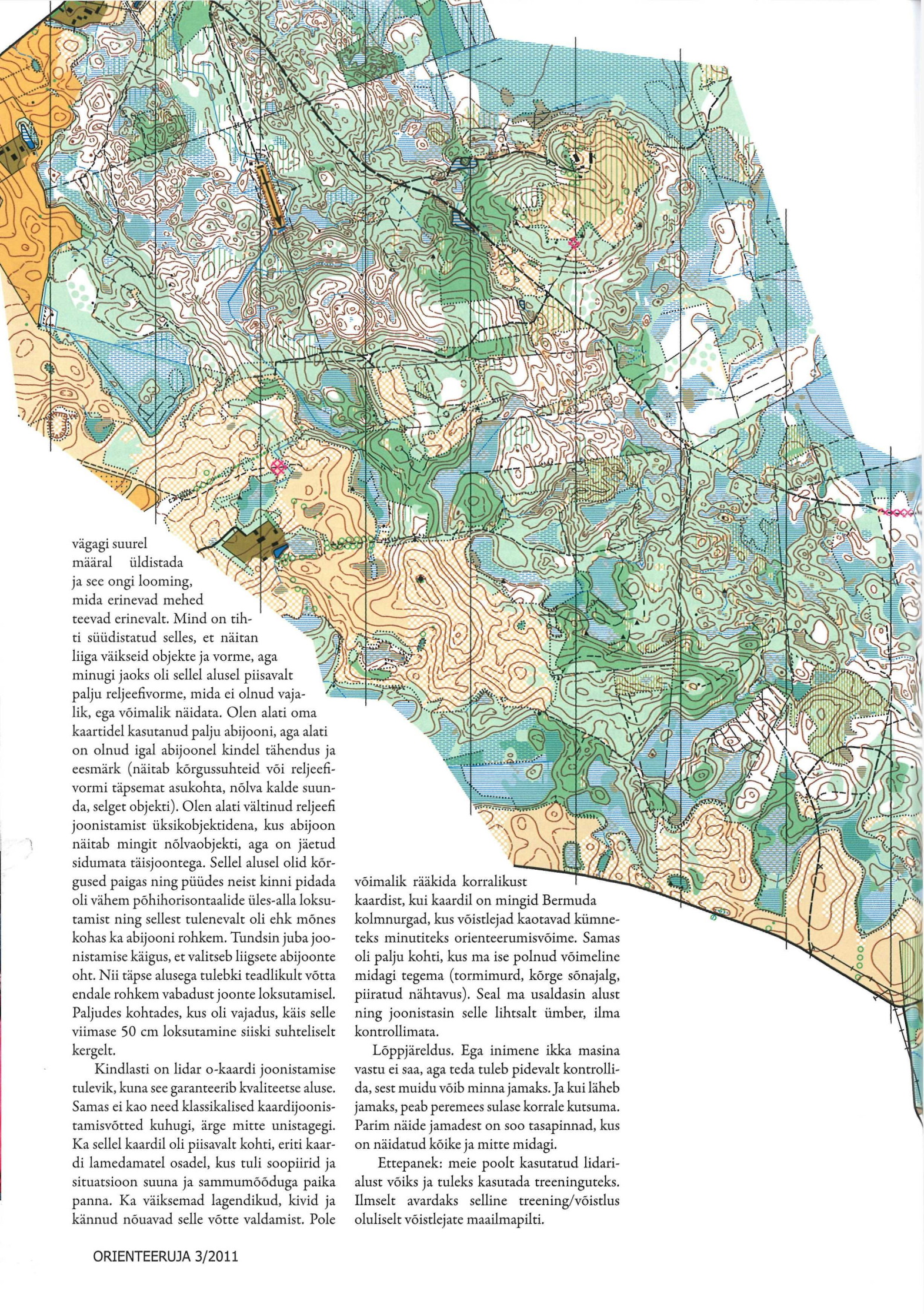
Tarvo Avaste (M35), meie kauaaegne koondislane ja koondise treener, ise kogunud kaardistaja: „Reljeefi kujutamisele ei saa küll midagi ette heita, kuid arvan, et näiteks Kalle Kalm on ka enne LIDARit joonistanud vähemalt sama täpseid ja häid kaarte.“

Olle Kärner (M21E), meie koondise esinumber ja EOL Openi esimese päeva kindel võitja: „Tulin alles mõne päeva eest Brasiiliast sõjaväelaste MMilt ja ei ole veel reisiväsimusest üle saanud, kuid siia tulin sellele vaatamata just suurest uudishimust orienteerumiseks seni kasutamata maastiku ja kaardi vastu. Jäin kaardi ja maastikuga väga rahule, läbitavus oli siinse kandi loodusele iseloomulikult raske, kuid igati mõistlikkuse piirides.“

Juris Kokins (M55), Cesisest pärit kogunud laskesuusataja ja orienteeruja, EOL Openil klassi M55 ülekaalukas võitja: „Jäin kaardiga väga rahule. Kesine läbitavus, mida nii mõnigi kindlasti kirub, on vesi minu veskile – mulle istub tehniline orienteerumine piiratud nähtavuse ja joostavusega mägisel maastikul. Siin pääsevad minu tugevad küljed esile.“

Timo Sild (M21E), EOL Openi võitja kahe päeva summas: „Olen LIDARi täpsete andmete järgi joonistatud kaartidel jooksnud ka varem ja kaardid on tõesti täpsed, kuid on jäänud selline tunne, et midagi on nende reljeefikujutamises teistmoodi kui traditsioonilisel meetodil joonistatud kaartidel. Ma ei oska seda erinevust siiani konkreetselt sõnastada ja võib-olla tekib see tunne pelgalt teadmistest, et kaart on teistsuguse alusmaterjali abil valminud.“

Viimase kommentaariga on nõus ka käesolevate ridade autor, kellele on samuti jäänud meelde veidi isemoodi tunne LIDARi kaartidel jooksmisest. Kui loogiliselt arutleda, siis võiks erinevus seisneda selles, et uued kaardid on märksa lähemal maastiku täpsele puhtmatemaatilisele mudelile ja selles on vähem ruumi kaardistaja loominguule pinnavormide kujutamisel. Varem oleme harjunud lugema inimese poolt inimesele joonistatud reljeefipilti, nüüd tuleb õppida lugema reljeefipilti, mis on pigem masina poolt koostatud. Mõlema abil saab edukalt orienteeruda, kuid kaas-aegne variant on puhttehniliselt täpsem ja tublisti kaardistaja vaeva säästev. Üsna kindel võib olla ka selles, et uue põlvkonna orienteerujate jaoks saab LIDARi täpsus miinimumstandardiks ning nendes ei kutsu uued kaardid esile mingit kuidagi teistmoodi tunnet.



vägagi suurel määral üldistada ja see ongi looming, mida erinevad mehed teevad erinevalt. Mind on tih-ti süüdistatud selles, et näitan liiga väikseid objekte ja vorme, aga minugi jaoks oli sellel alusel piisavalt palju reljeefivorme, mida ei olnud vaja-lik, ega võimalik näidata. Olen alati oma kaartidel kasutanud palju abijooni, aga alati on olnud igal abijoonel kindel tähendus ja eesmärk (näitab kõrgussuhteid või reljeefi-vormi täpsemat asukohta, nõlva kalde suun-da, selget objekti). Olen alati vältinud reljeefi joonistamist üksikobjektidena, kus abijoon näitab mingit nõlvaobjekti, aga on jäetud sidumata täisjoontega. Sellel alusel olid kõr-gused paigas ning püüdes neist kinni pidada oli vähem põhihorisontaalide üles-alla loksut-amist ning sellest tulenevalt oli ehk mõnes kohas ka abijooni rohkem. Tundsin juba joo-nistamise käigus, et valitseb liigsete abijoon-te oht. Nii täpse alusega tulebki teadlikult võtta endale rohkem vabadust joonte loksutamisel. Paljudes kohtades, kus oli vajadus, käis selle viimase 50 cm loksutamine siiski suhteliselt kergelt.

Kindlasti on lidar o-kaardi joonistamise tulevik, kuna see garanteerib kvaliteetse aluse. Samas ei kao need klassikalised kaardijoonis-tamismetodid kuhugi, ärge mitte unistagegi. Ka sellel kaardil oli piisavalt kohti, eriti kaar-di lamedamatel osadel, kus tuli soopiirid ja situatsioon suuna ja sammumööduga paika panna. Ka väiksemad lagendikud, kivid ja kännud nõuavad selle võtte valdamist. Pole

võimalik rääkida korralikust kaardist, kui kaardil on mingid Bermuda kolmnurgad, kus võistlejad kaotavad kümne-teks minutiteks orienteerumisevõime. Samas oli palju kohti, kus ma ise polnud võimeline midagi tegema (tormimurd, kõrge sõnajalg, piiratud nähtavus). Seal ma usaldas inimest alust ning joonistasin selle lihtsalt ümber, ilma kontrollimata.

Lõppjärelendus. Ega inimene ikka masina vastu ei saa, aga teda tuleb pidevalt kontrolli-da, sest muidu võib minna jamaks. Ja kui lähed jamaks, peab peremees sulase korrale kutsuma. Parim näide jamadest on soo tasapinnad, kus on näidatud kõike ja mitte midagi.

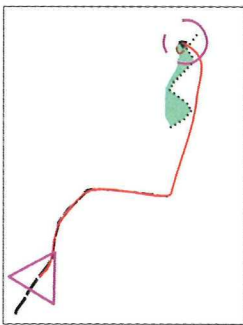
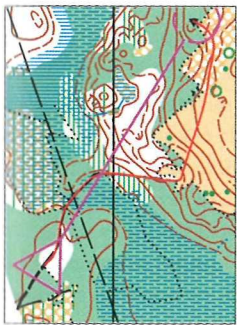
Ettepanek: meie poolt kasutatud lidari-alust võiks ja tuleks kasutada treeninguteks. Ilmselt avardaks selline treening/võistlus oluliselt võistlejate maailmapilti.



EOL Open - rajaanalüüs

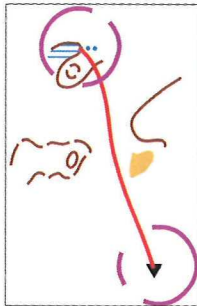
Tänavalt leitud mälu-pulgal peitus väärtuslik info. Orienteeruja toimetus on kätte saanud EOLi edetabeli hetkeliidri Timo Silla analüüsi EOL Openi lühiraja soorituse kohta.

S-1: Üllatavalt lihtne esimene punkt! Järelkult on aega uurida, kuidas ülejäänud rada välja näeb, ning kaks järgmist etappi põhjalikumalt ette lugeda. Teekäänakul otsustan, et otse läbi metsa pole mõtet trüvida, jooksen heinamaale ning metsanurki orientiirina kasutades jõuan raskusteta punkti. Vaheaeg näitab, et jäin kaarti liiga kauaks vaatama.

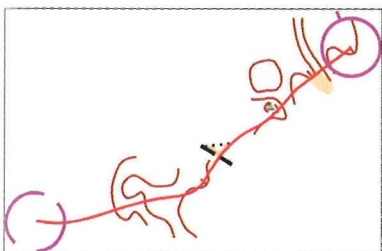


Kaotasin etapi parimale üle kümne sekundi, kusjuures lagedal olid suured lohad sisse tallatud. Teisest küljest andis aeglane algus aga võimaluse jooksu sisse elada.

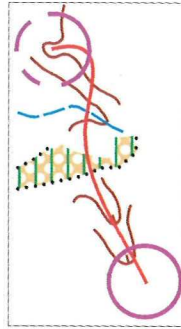
1-2: Suunaga mäest alla, paremale käele jääb lage soo. Seejärel nina ja mineraalmaa vahelt läbi (sisuliselt kahe nina vahelt) ning jätkan endises suunas. Üritan kauguses näha rohelist tipukest – taimkatte muutust aiman kauguses juba ninade vahelt läbi joostes. ja kraav juhatab punkti.



Tipukesest mööda

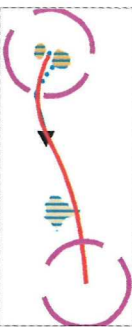
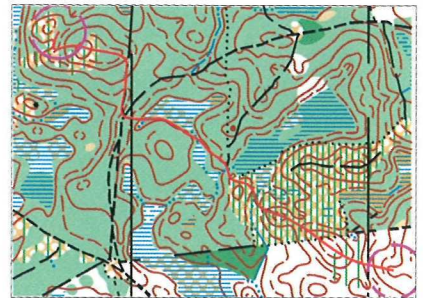


2-3: Suunaga suurele ninale. Nina mööda üles joostes vaatan ette ja näen raiesmikku, kontrollin suunda. Raiesmiku nurgast võtan suuna punktile. Jooksen lagedast sookesest mööda ja üle järjekordse nina. Lageda otsaga orvandis näen paremalt tulemas neli minutit varem startinud Kaur Kaset. Järgmise nina taga ootab punkt.



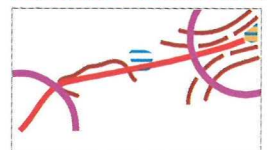
3-4: Orvandit mööd alla, läbi poollageda, üle kraavi ning mäenõlvast üles. Näen pärast kraaviületamist enda paremal käel teisi orienteerujaid ning arvan, et nad lähevad punkti, sealpool justkui moodustub nina ka. Kaasvõistlejaid kasutan punkti piirkonnas ikka aeg-ajalt ära, sõjaväelaste maailmamängudel olid nt jamaikalased oma kolla-rohelistes jooksuriides hinnatud abimehed punktiasukoha täpsel määramisel. Õnneks jätkub mul oidu suunda kontrollida ja ringi vaadata: näen punkti all vasakul – olen jooksnud liiga kõrgele!

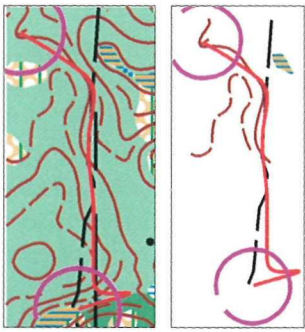
4-5: Jooksen küngaste järgi raiesmikul olevale metsaveojäljele, mis osutub pea olematuks. Õige pea keeran metsaveojäljelt maha, ületan kitsa kraavi ning liigun piki künka külge järgmisele metsaveojäljele. Seejä jälg on vaevu aimatav, jooksen künka peale ning pööran itta. Märkan, et siin on kerge paralleelsituatsiooni sattuda, kuna punktirõngast põhja poole jääb nina. Kõrged sõnajalad varjavad maastikuvorme. Jõuan kohta, mis tundub olevat sadul, kuid punkti ei näe. Teen lühikese seisaku ning leian, et sattusingi paralleelsituatsiooni. Pööran pilgu paremale ja näen punkti.



5-6: Künkast alla, lagedast soost mööda ning seejärel kivikuhja juurde. Kivikuhja juurest algab kraav, mis viib punkti.

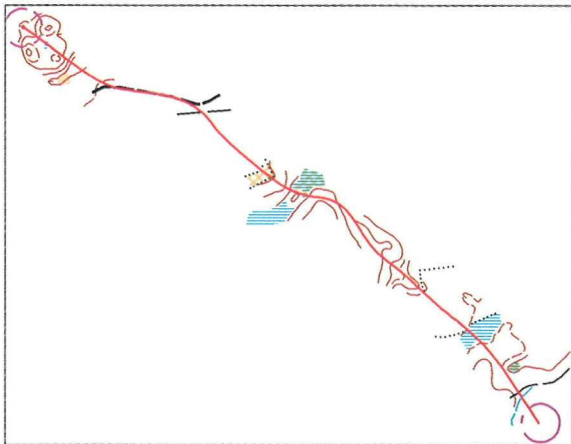
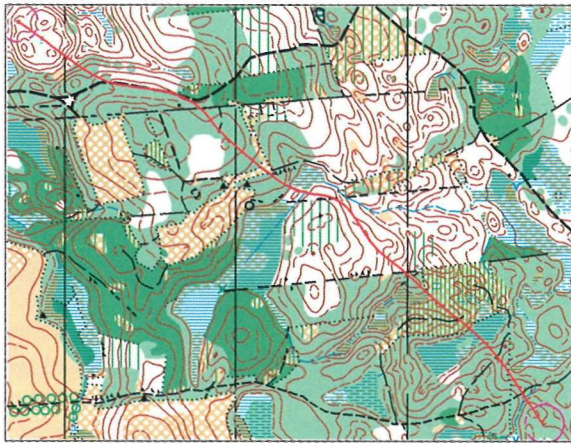
6-7: Suunaga üle künka, soo tipust mööda ja kahe nina vahelt punkti.





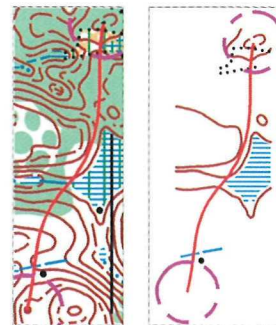
7-8: Plaan on joosta mööda metsaveojälge kuni näen lagedat sood. Seitsmendale joostes jätsin endale meelde, et metsaveojäljele jõudmiseks pean otsa ringi keerama ning pisut kuuenda punkti poole tagasi jooksmata, tegelikult algas aga metsaveojalg seitsmenda punkti juurest. Lähenen juba soo otsale, mida kasutasin seitsmendale punkti jõudmiseks, kui jään seisma ja vaatan kaarti, et aru saada,

miks ma juba jäljele pole jõudnud. Märkan viga koheselt ja pööran uuesti otsa ringi. Metsaveojalg on väga kehv ja kohati mittemärgatav, jooksen kompassi järgi ning kasutan piklikku nina, mis punkti poole osutab. Kui näen lagedat sood, keeran metsa ja õige pea näen ka punkti.

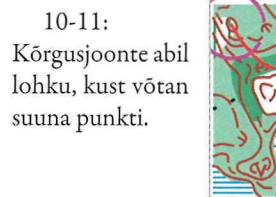


8-9: Pikk etapp. Seisan punktis ja teen rahulikult teevaliku. Näen paremal ringijooksuvarianti, kuid teerajad on sel maastikul väga kehavad ja kaar tundub samuti liiga suur. Hoolega vaatan, ega vasakul head teevalikut ei paista (näpukompassi tõttu ei märka ma aeg-ajalt vasakpoolseid teevalikuid, selle eest hoiatas mind Leho Haldna juba Eesti meistrivõistluste ajal, kuid toona ma tema juttu väga tõsiselt ei võtnud) – tundub et mitte. Tunnen, et jõudu on, otsustan minna otse, etapijoonest paremalt poolt. Jooksen suunaga raiesmikule, neljandast punktist mööda ja mööda nõlva nina poole, mis asub teisel pool kraavi. Ületan kraavi ja hakkam mööda nina üles jooksmata, ootan poollageda riba, mis kaardi järgi poolel ninal vastu peaks tulema. Üllatun, et heleroheline nina nii hea läbitavusega on. Poollageda ribani jõudmine võtab millegi pärast väga kaua aega. Suunda pole kraavi ületamisest saadik kontrollinud. Nii, mingi lagedam ala sai ületatud, nüüd jätkan teeni, enne mida ületan veel ühe sihi. Siht käes! Päril suur teine, meenutab rohkem teed. Aga kõigest natuke veel ja peaksin jõudma õige teeni. Õiget teed aga ei tule, mida paganat!? Kallutan end vasakule mingist nõlvast alla, jõuan ühe soo tippu. Kus ma nüüd küll olen? Jooksen mööda nõlva edasi ning jõuan lageda sooni. Selge, olen punktist kaugel kirdes. Kui juba aru saan, kus olen, jooksen veatult punkti.

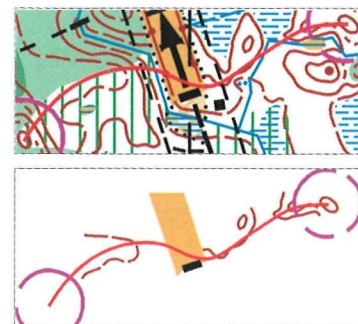
Võistlusjärgseks analüüsiks selle etapi näol ainst jätkus. Jooksin valele ninale, kuna nägin järjekordset võistlejat enda ees kraavi ületamas. Solidaarsusest järgisin eeskujut. Nina peal sain aru, et läbitavus on parem, kui kaardi järgi olema peaks, aga suunda ei kontrollinud, kuna nägin ees poollagedat, mida ootas. Sihist jooksin üle nõnda, et ei märganud seda. Teed pidasin sihiks. Kui tee vastu ei tulnud ja lõpuks seisma jäin, olin peast nii soe, et lugesin end punktist lõunasse lageda sooriba äärde. Tagantjärele tundub rajal tehtud järeldus uskumatu! Ehk olin Brasiilia-reisist veel liiga väsinud, et selliste ootamatustega toime tulla.



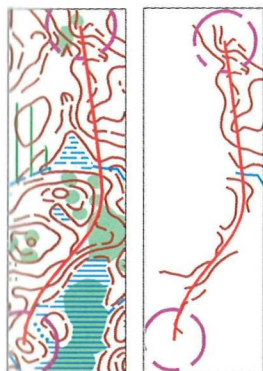
9-10: Uus algus, orienteerumine tuleb kontrolli alla saada! Sisemuses tean, et Ollelt saan täna jälle lahtise käega, teiste vastu näen veel võimalust. Suunaga suure soo äärde. Soo tipust suund üle raiesmiku punkti.



10-11: Kõrgusjoonte abil lohku, kust võtan suuna punkti.

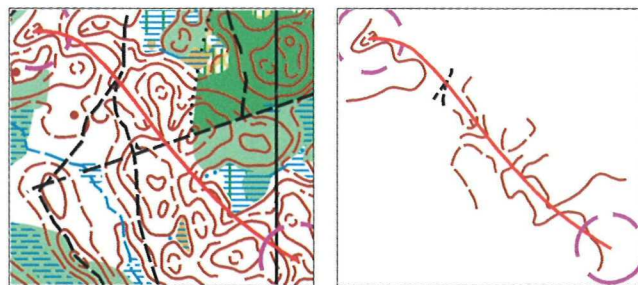


11-12: Plaan on joosta nina mööda alla lasketiiru, lasketiirust läbi ja suunaga otse punkti. Ei pane aga tähele, et lasketiiru ümbritseb järsk ja kõrge vall. Ronin esimesest vallist üle, teist otsustan aga vältida. Jooksen hoone juurest teisest vallist mööda, suunaga ninale ja mööda nina üles joostes jõuan punktini. Kaitseväes käisin mitu korda laskmas, pidanuksin teadma, et lasketiire ümbritsevad muldvallid.

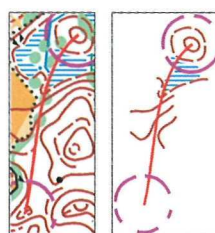
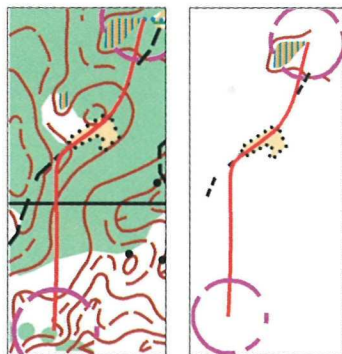


12-13: Mööda mäenõlva sookaelani, mööda teist mäenõlva orvandini. Ninal enne orvandit näen juba nina, millel asub punkt.

15-16: Suund peale ja otse. Soost jooksen mööda, sadulast lähen läbi, teisel pool sadulat ootab orvand, mis viib teede hargnemiseni. Jooksen ninast üle ja nõlva mööda punkti.



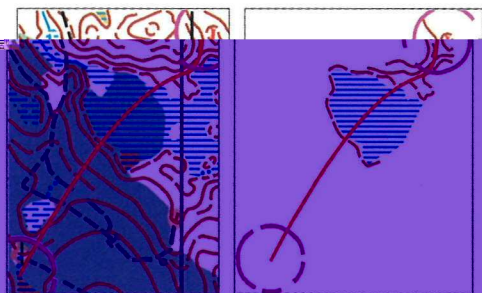
13-14: Suunaga tee peale, tee pealt keeran ära, kui näen punktirõngas asuvat lagedat sood.



16-17: Algab kojutulek. Võtan suuna ning jooksen mööda nõlva soo poole. Soo äärde jõudes jääb kummipael, mis mu SI-pulka randme küljes hoiab, oksa külge kinni, läheb katki ning tõmbab SI-pulga näpust. Õnneks ei lenda SI-pulk kaugemale ja saan jooksu kohe jätkata, mõned väärtuslikud sekundid lähevad aga kindlasti kaduma.

17-18: Suunaga üle lageda teeraja peale, sealt keeravad lohad juba kindlasti punkti. Nii ongi.

14-15: Suunaga otse üle suure soo, mäenõlv teisel pool sood juhivad orvandisse. Punktis saan kätte Ats Sõnajala.



18-F: Pingutan, sest kes teab, äkki on kellegagi sekunditeheitlus? Jalg on pehme, hea et lõpusirge pole nii pikk kui O-Ringenil. SI-pulka ei saa korralikult auku, peab kodus kaljapudelitega jälle harjutama hakkama.



Pilguheit juunioride MMile Raido ja Kenny silmade läbi

RAIDO MITT

Tänavuse aasta juunioride MMile sõideti kindlasti suuremate ambitsioonidega kui kajastavad tulemused. Suure nälja põhjuseks oli asjaolu, et paljudele oli see viimaseks noorteklasi tiitlivõistluseks + maastik sobivus, mis soosis kõrgete kohtade püüdmist.

Traditsiooniliselt avadistantsilt, sprindilt, joosti välja MMi parimad tulemused. Kuna mõlemad läksime rajale ilma suuremate eesmärkideta, siis minu 15. koht ja Kenny 23. koht on suhteliselt head tulemused ja pakkusid alustuseks rahulolu.

Järgmise päeva tavarajaks tundus olevat kõik valmis. Kenny läks püüdma medalit ja mina unistasin väga hea õnne korral kohta

esikuuikus. Eelmise päeva sprindi analüüs näitas, et füüsiliselt oleme kõrgeimas konkurents. Samuti olime enesekindlad tehnilise poole pealt. Poola maastik on meile igati sobiv ja võistlusinfo viitas, et võistlus tuleb kiire ja suures osas joostakse ilusas metsas. Mis läks valesti? Lühidalt öeldes kaotas Kenny selleks päevaks jooksuvõime. Võimalik, et eelmise päeva sprindi jooksmine tegi hooaja tähtsaimale stardile karuteene. Minul ei pidanud raja alguses närv vastu ning 5 minuti jagu tehtud eksimusi jätsid mu välja nii esikümnest kui ka võimalikust poodiumikohast. Minule lõpp-protokollis siis 26. koht, kaotust võitjale 9.25 ning Kennyle 40. koht, +11.20.

Väga kiires metsas joostud lühiraja eeljooksude kvalifikatsiooniosel oli tihe ning suuremate eksimustega enam edasi ei pääsetud. Kõigis kolmes eeljooksus mahtus 20 edasipääsenut 2 minuti sisse. Kenny finaalkoht oli kindlamast kindlam. Rajal tehtud mõned väiksemad eksimused (eeljooksu 13. koht) pärssisid küll võimalust saada unistuste stardikoht, aga vähemalt tundis Kenny füüsiliselt end taas nagu mees ning ei visanud enne viimast individuaalidantsi püssi põõsasse. Mina olin kahjuks üks nendest vähestest finaalist väljajäänutest, kes pidanuks kindlasti ennast A-finaali jooksmata. Saatuslikuks sai juba kolmandat MMi järjest korduv suur viga raja keskosas. Pettumus oli suur. Just sellel

distsantsil pidasin end olevat selle MMi kõige paremas löögihoos.

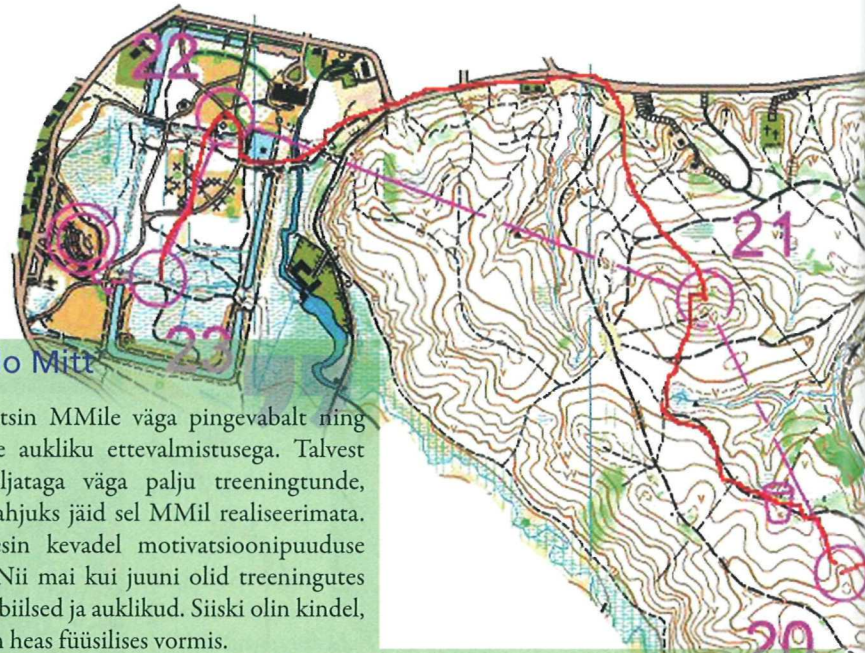
Teatepäeva eel valdas meid kahetine tunne. Teadsime juba ammu ajast, et jookseme MMi koosseisus mina, Tauno, Kenny. Olles selle võistkonnaga võitnud kaks medalit Euroopa noorte meistrivõistlustelt, teadsime, et oleme teatejooksus kindlasti medalikonkurents. Kahtlusi äratas lühirajas pettunud Tauno, kes kurtis füüsilist väsimust. Ebakindel olin ka mina. Põrusin ju möödunud aastal avavahetuses. Füüsiliselt tundsin ennast kindlalt, kuna jätsin jooksmata lühiraja B-finaali.

Teatejooksu võistlusinfo kohaselt ennustati meeste kilomeetriajaks natuke alla 5 min/km. Oli oodata väga kiiret ja tehniliselt lihtsat teatejooksu.

Kui korraldajad premeerisid meid viimasel distantsil võimalusega ennast täiesti tühjaks joosta ja võimalikult vähe kaarti lugeda, siis ilmataat lajatas päikese ja soojaga, et mootori kokkujooksmisele kaasa aidata ja võimalikult palju vett segada. Kahjuks see plaan ei õnnestunud, sest tegu oli üle aastate tihedaima teatevõistlusega.

Meile algas võistlus hästi. Keskendumine kandis vilja ning kui pressipunktis oli käputäis noormehi minust veel eespool, siis suurepärasest avavahetuse võitu enam keegi ohustada ei suutnud. Teist vahetust jooksnud Tauno oli veel pressipunkti eelses punktis liidritega koos, kuid raja alguses äraantud energia enam taastuda ei tahtnud ning kilomeetrise jooksuetapiga tuli vastu tahtmist enam kui minut ära anda. Raja lõpus tehtud minutiline viga oleks võinud olemata olla, aga saatsime Kenny rajale sõnumiga: „Kõik on võimalik!“ Olime sel hetkel liidrist peaaegu 3 minuti kaugusel. Kenny tõestas jällegi head ankrunärvi ja jooksis väga hea viimase vahetuse. Meie kahjuks oli konkurents sel päeval väga tihe ja niigi suure tõusu teinud Kenny 8. kohast rohkemaks enam võimeline ei olnud. Finišijoon tuli lihtsalt ette. Maailmameistriks tulnud Poola meeskonnale kaotasime lõpuks 3.01.

Tagantjärele võib öelda, et kuigi oleme sarnast teateskeemi kasutanud juba mitmel tiitlivõistlusel, siis seekord oleksime pidanud seda muutma. Kuna esimene vahetus oli teisest ja kolmandast oluliselt lühem, siis seda oleks pidanud jooksmata Tauno. Mina olin puhanud ja värske ja minu kasutamine lühikeses avavahetuses oli suur energia raiskamine. Tegime lihtsalt taktikalise vea, millest on kindlasti palju õppida edaspidiseks. Vähemalt saime jälle kinnitust, et teatejooksus oleme suutelised konkureerima medalile.



Raido Mitt

Sõitsin MMile väga pingevabalt ning natuke aukliku ettevalmistusega. Talvest oli seljataga väga palju treeningtunde, mis kahjuks jäid sel MMil realiseerimata. Vaevlesin kevadel motivatsioonipuuduse käes. Nii mai kui juuni olid treeningutes ebastabiilsed ja auklikud. Siiski olin kindel, et olen heas füüsilises vormis.

Sprint möödus väga pingevabalt. Läksin rajale orienteeruma ja võimalikult puhast jooksu tegema. Sain kirja 15. koha, millega olen väga rahul.

Tavarajaks kütsin ennast liiga üles. Tahtsin tavaraja stardiajaks sellelt distantsilt liiga palju. Uskusin, et olen võimeline jooksmata kümne hulka kui mitte poodiumile. Seekord ei pidanud närvid vastu raja alguses. Vaadates viga kaardilt, on arusaamatu, kuidas on MMil võimalik sellist viga teha. 26. koht ei ole kehv koht, aga sel päeval see minu jaoks rahulolu ei pakkunud.

Lühirajalt lootsin kõige rohkem. Enne eeljooksu mõtlesin pidevalt eelmise kahe aasta MMi eeljooksude peale ja kartsin, et sama juhtub ka see aasta. Olin tegelikult enda suhtes väga pessimistlik ja sisimas ei uskunud üldse enda edasipääsu. Kui üks

suur kahe ja poole minutiline viga välja arvata, jooksin nagu pidingi jooksmata eeljooksu esimeste hulgas. Kahjuks jäin A-finaalist välja ja sain kogemuse võrra jälle rikkamaks.

Teatejooksu avavahetus tõstis mul pinged absoluutsesse tippu. Mul ei olnud valikut, ma pidin tulema esimeste hulgas. Õnneks sain oma ülesandega väga hästi hakkama ja tõestasin endale, et suudan tiitlivõistlusel endast maksimumi anda.

Kokkuvõttes võib öelda, et tegin MMil palju lollusi ja sain tulevikuks nii mõndagi õpetavat paberile panna. Kõige olulisem neist vast on see, et ma treenin ikka liiga vähe ja päris valesti. Kuid midagi ma põdema ei jää, olen sprindi 15. koha ja teate avavahetuse võidu üle igati uhke.



TALLINNA SADAM
 Heade sõnumite sadam

Kerstin Uiboupin

Minu esimene JWOC algas mulle suhteliselt kurvalt sprindiga, kus ei saanud ennast üldse käima. Edasi läks enesetunne paremaks ja tavarajale liksin vastu juba märksa enesekindlamalt ning mõtestatumalt. Maastik mulle sobis, ahult kiirus polnud vastav. Oma soorituse rikkusin raja lõpus, kus väsimuse tõttu muutus kaardilugemine pinnapealseks. Lühiraja kvaliteetlikatsiooniga olen väga rahul, jooks oli kontrollitud ning kindel. Finaalis enam nii hästi ei läinud. Rada oli füüsiliselt palju raskem. Kogu jõud läks tõusudele, mille tõttu kaardilugemisele kannatas. Heameel on selle üle, et suutsin rajal anda endast maksimumi, ei hoidnud tõusudel tagasi, pingutasin nii kuis torust tuli. Teate päevaks oli kogunenud paras väsimus, mis koos kuumaga seisu veel raskemaks tegid. Mulle usaldati viimane vahetus, mis tagantjärele mõeldes polnud hea mõte. Võistluste kulgu jälgides kadus motivatsioon ja rajal ei suutnud ennast pingutama sundida. Radade tehnilisule mõeldes ootasin ma midagi märksa raskemat, JWOC ikkagi ju! Tulemused jäid suhteliselt kesiseks, on mida järgmine aasta üle lüüa!



Teatevõistluse I vahetuse finiš

© SLAWOMIR CYGLER

Kenny Klivikas

Terve nädal oli imelik. Joosta ei jõudnud ning sellest tulenevalt tulid ka vead. Sprindis üritasin alguses kindla peale minna, kuid tulid ikkagi näpukad ning millegipärast ei suutnud endast kiirust välja pigistada. Tavarajal tegin kohe 2. punktiga viga ning edasi ei jõudnud joosta ja tehniline pool ei kannata kriitikat. Nädala võtaks kokku nii, et mida päev edasi, seda paremaks tunne läks. Tavarada oleks võinud viimaste distants olla. Pettumus on suur. On tunne nagu kõik trennid aastate jooksul oleks tähtsusetud olnud. Esimest korda käisin tiitlivõistlustel nagu kultuurireisil. Küll aga õppisin ennast paremini tundma ja loodetavasti läheb eliidis paremini.

Loe koondise peatreeneri kommentaari järgmiselt lehelt!

Minu ootused koondise esinemisele olid kindlasti kõrgemad. Positiivse poole peale võiks kanda Raido 15. koha sprindis ja 26. koha tavarajal ning Kenny 23. koha sprindis ja 26. koha lühirajal. Samuti poiste teatevõistluse 8. koht oli tegelikult väga hea. Tüdrukutest võib rahule jääda vaid Kerstiniga, kes on võrreldes varasemate aastatega suutnud teha korraliku arengu (noorte EMidel ei suutnud selliseid jookse teha). Ülejäänute võistlusega ei saa rahule jääda.

Väga raske on hinnata, mille taha paremad tulemused jäid. Kohal olles tundus mulle, et koondislased olid kuidagi ebakindlad ja endi võimetus kahtlevad. Eriti võimendus see peale sprinti, kus sportlaste tundus, et konkurendid jooksevad hirmus kiiresti. Minu hinnangul o-tehnika taha ei tohiks kellelgi asi jääda. Ilmselt on ikkagi tegu kehva füüsilise seisuga. Kui tekib väsimus, siis tulevad ka lollused o-tehnikas. Eriti hakkab see silma tüdrukute osas, kelle konkurendid liiguvad oluliselt agressiivsemalt ja jõulisemalt ning tõusul naljalt kõnnisammu ei tee.

Raido oli tegelikult heas seisus ning lühirajal jäi väga hea tulemus just liigse enesekindluse taha – väga eeljoooksus tuli just liigsest enesekindlusest ja natuke hooletust keskendumisest.

Teatejooks oli viimaste aastate kõige tihedama lõpuprotokolliga, kus ka meil olid väga head võimalused poodiumile tõusta. Teatevõistlust ei saa aga paraku nimetada orienteerumiseks – oli lihtsalt üks krossijooks, kus jooksjatel olid kaardid näpus. Minu hinnangul (käisin ka ise pärast võistlust metsas) ei olnud ühtegi orienteerumispunkti. Meile oleks sobinud küll kiire rada, aga oleks tahtnud natuke rohkem orienteerumist. Seda tõestasid ka poolakad oma ilusa võiduga – nad ei ole väga tehnilised, kuid hirmkõvad jooksjad.

Kas tulemusi vaadates peaks koondisesse pääsemiseks juurutama testjooksu?

See on olnud alatine teema, et kui palju sportlasi tiitlivõistlusele viia. Testjooks siin ei oleks midagi andnud – ega rohkem poleks kedagi saata olnud. Ka ei usu ma mingi ajalise piiri määramisse testjooksul – metsajooks koos orienteerumisega on ikka natuke teine kui staadionil end testida (midagi see muidugi näitab). Koondise suurus sõltub rahalisest seisust, koondisesse pürgijate arvust, tõsiselt treenivate sportlaste arvust jne. Noortel tuleks ikka pigem soosida võistlemist kui takistada.

Et olla konkurentsivõimelisemad tuleks:

- Käia hästi palju erinevates kohtades ja erinevatel maastikel võistlemas.
- Tuleks käia tiitlivõistlustega sarnastel maastikel treenimas (rohkem kui üks kord aastas).
- Tõusutreeninguid ning treeninguid erinevates raskendatud tingimustes (soo, liiv, kõrgmäestik, võsa jne) rohkem.
- Jõutreening (jõuvastupidavus).
- Oluliselt tõsta kiirustreeningute osa.
- Treenida agressiivsust metsas liikumisel.
- Õpetada keskendumist ja just vahetut võistluseelset keskendumist.
- Tuleks minna õppima Otepäele Audentese spordigümnaasiumisse, kus ka sellel aastal alustas orienteerumise eriala. Tänapäevaste maade tipud õpivad kõik sellelaadsetes koolides. Muudel tingimustel on ilmselt väga raske konkurentsipüsida – lihtsalt ei suudeta treenida nii palju kui vaja oleks, et tipus olla (loomulikult ka annet peab olema).

JWOC kohta lisaksin, et võistlused olid poolakatel korraldatud suurepäraselt ja mina küll ei oska korralduse kohalt millegi kallal norida.

ÄREVUS JA ERUTUS

ANNI RAUDSEPP

Sportpsühholoogia MSc

Põhitõed ärevuse juhtimise kohta seletasin lahti juba esimeses sissejuhatavas sportpsühholoogia artiklis. Käesolev artikkel lahkab teemat sügavamalt ja laiemalt. Proovin anda ka valiku nippe, millega ärevust kontrollida ning erutuse taset alandada või kõrgendada saab.

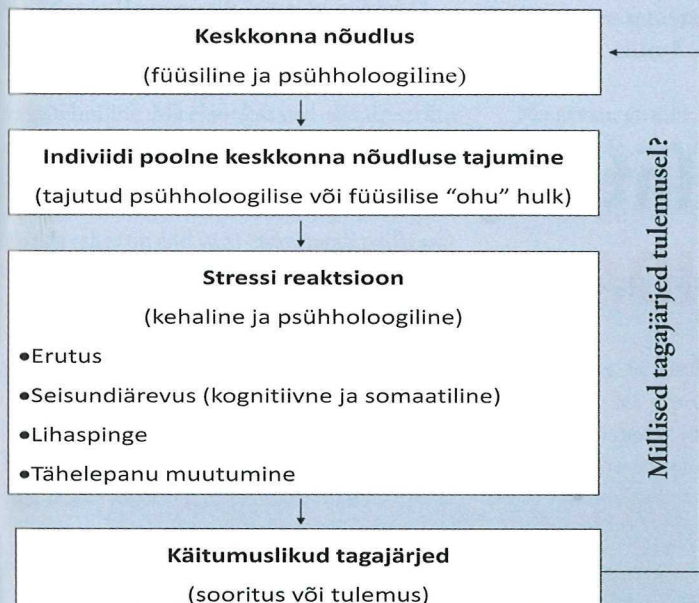
Erutus on indiviidi füsioloogiliste ja psühholoogiliste protsesside aktiivsuse intensiivsus antud ajahetkel. Erutus on neutraalne ja pole automaatselt seotud meeldivate või ebameeldivate sündmustega. **Ärevus** seevastu on negatiivne emotsionaalne seisund, mida iseloomustab närvilisus, muretsemine ja ootusärevus ning mis on seotud kehalise aktivatsiooni või erutusega. Ärevus jagatakse seisundi- ja püsiärevuseks.

Püsiärevus on osa indiviidi isiksusest, see on käitumuslik kalduvus ehk eelsoodumus, mis mõjutab käitumist. Püsiärevus määrab ära selle, kuidas ohtlikuna tajub indiviid situatsiooni, mis objektiivselt, füüsiliselt või psühholoogiliselt ohtlik ei ole. Mõned inimesed on üldiselt rahulikumad, teised aga kipuvad kergemini ärevusse sattuma. **Seisundiärevuseks** nimetatakse meeleolu pidevalt muutlikku komponenti, mis indiviidil situatsiooniti muutub. Näiteks sama inimese seisundiärevus võib olla erinevatel võistlustel või isegi ühe võistluse jooksul erinev. Seisundiärevuse somaatiline komponent väljendub tajutava kehalise aktivatsiooni määra, mis ei pruugi peegeldada tegelikku erutuse määra. Seisundiärevuse kognitiivne komponent iseloomustab indiviidi muretsemise ja negatiivsete mõtete hulka vastavas situatsioonis. Püsiärevus ja seisundiärevus on omavahel seotud, kuid mitte perfektselt.

Erutuse ja seisundiärevuse märkide äratundmine:

- külmad, higised käed
- sage urineerimisvajadus
- tugev higistamine
- negatiivne sisekõne
- tühi pilk silmis
- suurenenud lihaspinge
- õõnsustunne kõhus
- haiguse tunne
- peavalu
- suu kuivus
- püsiv haigus
- häiritud uni
- keskendumisvõime vähenemine
- püsivalt parem sooritus mittevõistluslikes situatsioonides

Viimasel ajal on väga populaarseks terminiks *stress*. Teaduslikult on **stress** mittespetsiifiline kehaline reaktsioon esitatavatele nõudmistele. Nagu erutus, ei ole ka stress automaatselt hea või halb. Stress kujuneb nelja sammuga (vt ka joonist): 1) keskkond esitab füüsilise ja psühholoogilise nõudluse, võtame näiteks kõieronimise; 2) iga indiviid tajub seda nõudlust erinevalt, mõnele on kõieronimine füüsiliselt raske, teine kardab kõrgust kolmandale on see lemmiktegevus; 3) vastavalt sündmuse tajumisele kujunevad välja füüsiline ja psühholoogiline reaktsioon situatsioonile; 4) järgneb käitumuslik tagajärg – kas ja kui kiiresti jõutakse tippu. Tulemus sõltub sellest, kas keskkonna nõudlust ehk ülesande keerukust ja ülesande sooritamiseks vajaminevate ressursside olemasolu tajutakse tasakaalus olevat või mitte.

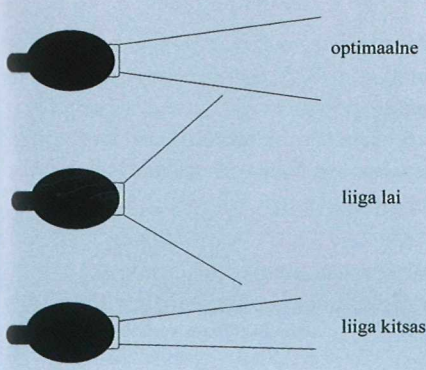


Joonis: Stress sõltub sellest, kas tajutakse tasakaalu nõudluse ja ressursside vahel.

Millest sõltub stressi ja ärevuse tekkimine? **Situatsioonilisteks stress allikateks** peetakse sündmuse olulisust ja ebakindlust. Mida olulisema võistlusega on tegu ja mida ebakindlam ollakse tulemuse suhtes, seda suurem on stress. **Isiklikud stressiallikad** on kõrge püsiärevus ja madal enesehinnang.

Teatud erutuse tase on kindlasti vajalik heaks soorituseks. Uniselt on raske head sooritust teha. Kuid kui palju erutust on sooritusele hea ja kui kõrge erutuse tase on sooritusele kahjulik? Erutuse mõju on püütud seletada mitme teooriaga. Näiteks on arvatud, et mida kõrgem erutuse tase, seda parem sooritus. Pööratud U-hüpotees ütleb aga, et erutuse suurenedes sooritus paraneb kuni teatud erutuse tasemeni, misjärel erutuse edasise tõusmise puhul sooritus jälle langeb. Kõige tänapäevasemad erutuse mudelid (näiteks IZOF; Hanin, 1997) väidavad, et igapähele on oma optimaalne seisundiärevuse tase, mille juures ta kõige paremini esineb. Selle taseme kindlaksmääramiseks soovitatakse kasutada Orienteeruja 2011/1 numbris avaldatud „Enesetunde hinnangu ruudustikku“.

Ärevuse mõju sooritusele: a) kõrge seisundiärevus võib kaasa tuua lihaspinge ja valu, mille tagajärjel halveneb koordinatsioon; b) erutuse ja seisundiärevuse kasvuga kaasnevad muutused keskendumise ja tähelepanu protsessides (vt joonis). Erutuse suurenemine kitsendab indiviidi tähelepanuvälja. Kui erutus on liiga madal, on tähelepanuväli liiga lai ning sportlane võib keskenduda ka mitteolulistele stiimulitele. Kui erutus on äärmiselt kõrge, on tähelepanuväli väga kitsas ning raske mitmele stiimulile korraga keskenduda. On leitud, et kõrge ärevusega sportlased uurivad vähem väliskeskonda ning suurenenud erutus ja seisundiärevus põhjustavad tähelepanu pööramist ebaolulistele stiimulitele; c) ärevuse ja soorituse vaheliste seoste mõistmiseks on oluline välja selgitada indiviidi interpretatsioon ärevuse sümptomite kohta. Sportlane võib interpreteerida oma ärevuse sümptomeid kui positiivseid ja sooritust soodustavaid või kui negatiivseid ja sooritust halvendavaid.



Joonis: Optimaalne, liiga lai ja liiga kitsas tähelepanuväli.

Praktilised soovitused:

- Optimaalne erutuse tase.** Ärevuse juhtimisel tuleb kasuks optimaalsete erutusega seotud emotsioonide identifitseerimine. Peaks kindlaks tegema, milline on see optimaalne erutusega seotud emotsioonide kombinatsioon, mida oleks vaja parima tulemuse saavutamiseks.
- Sooritaja enesekindluse arendamine.** Enesekindlad invidiidid, kes usuvad oma võimetesse, kogevad vähem seisundiärevust ning tajuvad seda pigem sooritust soodustavana. Enesekindlust saab tõsta läbi positiivse treeningkeskkonna loomise. Eduelamuste pakkumine ja julgustamine toob usu oma võimetesse, mis säilib stressirohketes situatsioonides. Samuti tõstab enesekindlust see, kui vigadesse ja kaotustesse suhtutakse positiivselt. Edu saavutab see treener, kes õpetab oma sportlasi nägema vigu mitte kui vaenlasi, vaid kui õppimisvõimalusi ja edu aluseid.
- Relaksatsioon.** Relaksatsiooni kasutatakse erutuse taseme alandamiseks ja stressi vähendamiseks, seda kasutavad nii harrastajad kui sportlased. Relaksatsioonitreening on ettevalmistus potentsiaalselt stressirohkeks olukorraks (nt võistluseks). Relaksatsiooniga saab alandada lihaspinget, suurendada kontrolli emotsioonide üle, alandada hapniku tarbimist ja vere laktaadi taset. See parandab keskendumist ja suurendab enesekindlust. Erinevateks relaksatsioonitehnikateks on muuseas:
 - Progressiivne relaksatsioon. Kõik lihaskrupid võetakse pealaest jalatallani ühekaupa tähelepanu alla ja pingutatakse ning lõdvestatakse järjest.
 - Hingamistehnikad. Lõdvestumise saavutamiseks on vaja teha aeglaseid, sügavaid hingetõmbeid. Olulisim osa on väljahingamine. See peaks sissehingamisest kaks korda kauem kestma, näiteks sisse hingates võib lugeda neljani ja välja hingates kaheksani. Iga väljahingamisega hingad ka osa oma pingest välja ning lõdvestud üha enam ja enam.
 - Biotagasiside aitab õppida ärevuse ja stressiga kaasnevat lihaspinget ära tundma ja seda kontrollima. Kehale kinnitatakse andurid, mis on ühendatud programmiga, mis annab märku pingest suurenemisest ning tagasisidet lõdvestumistehnika kasutamise efektiivsuse kohta.
- Ole ette valmistunud,** tee oma tegevusplaan. Otsustamatus suurendab ärevust. Võistluste ajal tuleb vastu võtta palju otsuseid. Kui aga strateegia ja plaan on juba enne võistlusti suures joones välja töötatud, on see lihtsam.
- Naudi** treeninguid ja võistlusti. Keskendu hetkeolukorrale. Tehtud vigadele ja tulevikule mõtlemine tekitab ärevust.

Erutuse suurendamine. Kui ärevusest ja erutusest räägitakse, siis enamasti sellest, kuidas ärevust vähendada. Kuid tuleb ette ka olukordi, kus sportlane on liiga loid või väsinud ja tal puudub entusiasm. Liiga madala aktivatsioonitaseme saab ära tunda selle järgi, kui sportlane liigub liiga aeglaselt, on hajameelne, ei tunne huvi selle vastu, kui hästi sooritus välja tuleb, pole ootusärev ega entusiastlik. Erutuse tõstmiseks:

- Hingamise kiirendamise tehnika. Lühikesed ja sügavad hingetõmbed aktiveerivad närvisüsteemi.
- Käitu energiliselt.
- Kasuta märksõnu. Näiteks kiiresti, tugev, liigu, edasi.
- Kuula muusikat. Õige muusikapala kuulamine võib suurendada entusiasm ja emotsioone.
- Kujutlustehnika. Paljude sportlaste puhul töötab näiteks loomakujutluste kasutamine. Milline loom liigub metsas kõige energilisemalt? Millise looma moodi sa tahaksid olla?



JWOC 2010

© TORBEN UTZON

Intervjuu: IDA BOBACH

Sünniaeg: 30.07.1991

Riik: Taani

Haridus: Silkeborg Gymnasium 2009-2012

Klubi: Ulricehams OK

WorldofO edetabelis **19. kohal**

(seisuga 20.08.2011)

Sprindis 20. kohal

Lühirajal 18. kohal

Tavarajal 29. kohal

Kuidas ja millal esimest korda orienteerumise juurde sattusid? Kas see ala hakkas kohe meeldima?

Kuna minu vanemad on orienteerumisega tegelenud alates teismeeast ning mõlemad on kuulunud Taani koondisesse, siis ma alustasin orienteerumisega väga noorena. Ma arvan, et võistlustel hakkasin käima 6aastaselt. Alguses see ala ei meeldinud nii väga, kuid tore oli võistlustel sõpru kohata.

Kas olid kohe alustades tulemustes eesotsas või võttis see aega?

Ei, ma ei olnud alguses üldsegi kõige parem. Ma ei jooksnud nii kiiresti kui teised. Võistlusi hakkasin ma võitma umbes 12aastaselt, kui rajad muutusid tehniliselt raskemaks.

Millal hakkasid tõsisemalt trenni tegema?

Tõsisemalt ja järjepidevamalt hakkasin ma treenima 14aastaselt.

Kas treenid ka koos vendadega?

Jah, ma olen nendega koos treeninud, kuid mitte palju.

Kuidas on Taanis noortetöö korraldatud? On teil orienteerumisele spetsialiseerunud koole, nagu Rootsisis?

2-3 aastat tagasi asusid mõned noored orienteerujad õppima tugevates spordikoolides, kus õpetatakse mitmeid alasid. Seal on treeningute jaoks eraldi aega, kuid neis koolides ei käib vähe orienteerujaid. Mu elukoha lähedal on internaatkool, kus enamik orienteerujaid 16 aasta vanuses ühe õppeaasta veedavad. Seal koolis saab õppida orienteerumist eraldi aina. Tugevamad orienteerujad võivad veeta keskkoolis 4 aastat normaalse kolme asemel, et saada rohkem aega treeninguiks. Üldiselt toimuvad treeningud oma klubide juures.

Kui tihti koondis koos käib?

Tavaliselt korra kuus. Umbes pool aastat tagasi loodi Århus'i treeningkeskus eliitorienteerujatele. Enamik Taani koondisest elab Århus'is ja treenib koos.

Kuidas erineb ettevalmistus võistlusteks juunioride ja täiskasvanute koondises?

Juunioride koondises keskendutakse rohkem põhiliste orienteerimisoskuste arendamisele erinevatel maastikel. Täiskasvanute koondises on treeningud fokuseeritud

järgmisele MMile. Selle aasta täiskasvanute MMi eel keskendusime väga palju ühtse meeskonnana töötamisele. Juunioride koondis muutub iga aasta ja sellepärast seal sellele critie keskenduta.

Kas täiskasvanute tiitlivõistlustel osalemisel on sul senini olnud suurem pinge kui juunioride tiitlivõistlustel?

Ei, minu jaoks on JWOC olnud pingelisem kui WOC. Juunioride MMil tuleb joosta kõiki distantse, nii et 6 päeva jooksul on 5 võistlust. Täiskasvanute MMil on rohkem aega olnud, sest ma ei ole jooksnud kõiki võistlusi. Samas on seal rohkem pealtvaatajaid, meediatähelepanu ja keelu- ja karantiinialasid, mis muudab WOCi stressirohkeks.

Mida tundsid lühiraja finaalis pärast oma sooritust? Kas arvasid, et võid võita medali?

Ma tundsin, et olin teinud hea jooksu ja arvasin, et võiksin olla 6 parima seas. Ma ei julgenud lootagi, et võiksin medali võita. Kui üha rohkem ja rohkem võistlejaid kaotas vigu tehes aega, siis hakkasin medalit lootma. See oli nii põnev lõpus.

Prantsusmaa maastike peetakse ühtedeks raskemateks MMide ajaloos.

Kuidas sulle maastik ja kaart sobisid? Mis oli sinu taktika võistluste ajal?

Maastik sobis mulle väga hästi, kuna see oli väga tehniline. Ma ei jookse veel nii kiiresti kui maailma paremik, nii et ma pidin keskenduma orienteerumistehnikale. Mu taktika oli jääda seisma kohe, kui tekib ebakindlus. Ma teadsin, et viga tehes on end väga raske tagasi paika saada. Samuti üritasin leida lihtsaid teevalikuid ja võimalusel kasutada teeradu, et kiiresti joosta.

Kui suur on su aastane treeningmaht?

Elmisel aasta kogunes treeningtunde umbes 430. Sel aasta tuleb see ilmselt 480 tunni ligi. Ma ei tea, kui palju kilomeetreid see teeb.

Kui palju treenid kaardiga?

Tavaliselt treenin ma 2-3 korda nädalas kaardiga, lisaks käin ma paar korda aastas treeninglaagrites. 2010. aastal kulub orienteerumistreeninguteks 140 tundi 430-st treeningtunnist. Ma arvan, et sel aastal on see number pisut väiksem.

Kui palju sa Taanis elad ja treenid, kui palju Rootsisis?

Tegelikult olen ma Rootsisis aasta jooksul ainult mõnel nädalavahetusel, kuid ligikaudu 6-7 nädalat aastas veedan ma treeninglaagrites üle Euroopa.

Kas võistled ka mõnel muul spordialal?

Jah. Ma kuulun ühte kergejõustikuklubisse, mida ma esindan 1500m, 3000m ja 5000m võistlustel. Samuti võistlen ma krossijooksus.



WOC 2011, lühiraja kvalifikatsioon

Millist oma senistest tulemustest väärtustad enim?

Ma arvan, et minu esimene JWOCi kuldmedal ja selle aasta hõbemedal WOCilt on kõige väärtuslikumad. Aga ma olen väga õnnelik alati, kui ma medali võidan.

Kas oled pigem andekas või töökas, või mõlemat?

Ma arvan, et ma olen mõlemat. Ma tean, et mul on alati olnud annet orienteerumise tehnilise osa peale, kuid samuti olen ma palju vaeva näinud, et seda veelgi parendada. Muidugi olen ma kõvasti vaeva näinud, et ka füüsiselt treenida.

Mis on su lemmikmaastik/maastikutüüp?

Mulle meeldivad tehnilised ja detailirohked kaardid. Prantsusmaa ja eriti Clermont Ferrand'i ümbruse maastikud meeldivad mulle enim.

Mis on su lemmikdistsants?

Lühi- ja tavarada on lemmikud.

Mis on su meeldejäävaim elamus o-rajalt?

2009. aasta juunioride MMi tavarada Itaalias on üks meeldejäävamaid. Võistlus toimus 2000 meetri kõrgusel merepinnast ja ilm oli väga halb. Soojenduse ajal sadas vihma, lõi äikest ja müristas. Paar minutit enne starti tuli päike välja ja ma tundsin end nii valmis selleks jooksuks. Kui ma jõudsin viimasesse punkti,

siis taanlased kisasid „See on kuld!“. See tunne oli nii hea!

Millega tegeled väljaspool orienteerumist?

Ma õpin veel keskkoolis, sest ma käin internaatkoolis, kus kestab õpe 4 aastat. Mul ei ole teisi erilisi hobbisid, kuid ma töötan noortetreenerina oma orienteerumisklubis Silkeborg'is.

Mis on sinu järgmine eesmärk orienteerujana?

Ma loodan, et ma jooksen hästi maailma karikaetappidel sügisel. Mul on küll praegu jalavigastus, kuid ma loodan, et see paraneb õigeaegsaks. Järgmised suured eesmärgid on järgmise aasta EM ja MM.



JWOC 2008, sprint

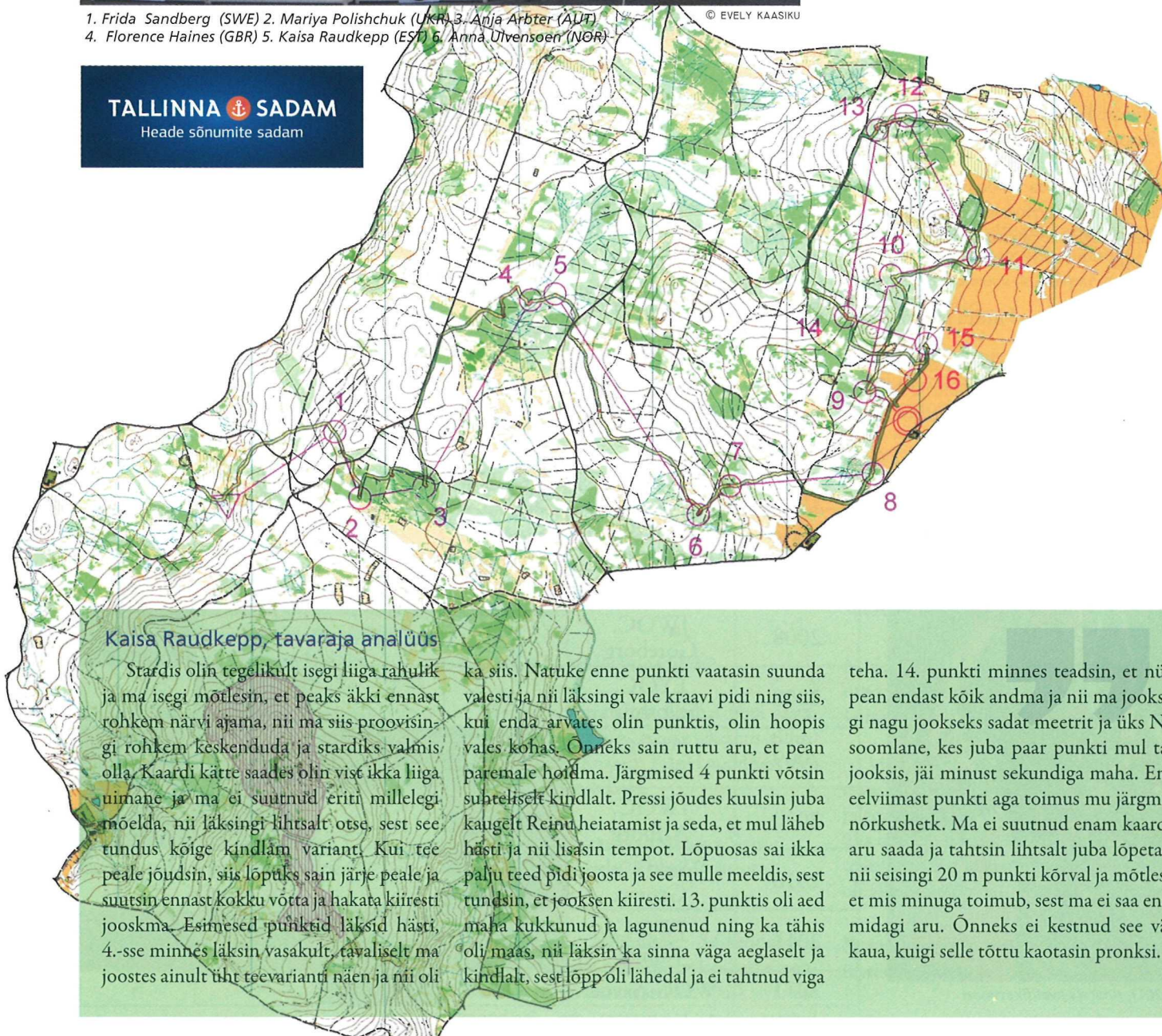
© WORLD OF O.COM

AASTA	VÕISTLUS	SPRINT	LÜHI	TAVA	TEADE
2006	JWOC, Druskininkai	49	20	49	
2007	JWOC, Dubbo	25	19	33	
2008	JWOC, Göteborg	14	45	22	HÕBE
2008	EYOC, Solothurn	14		KULD	
2009	JWOC, Trentino	HÕBE	PRONKS	KULD	PRONKS
2010	JWOC, Aalborg	KULD		KULD	KULD
2010	World Cup, Geneva	PRONKS			
2011	JWOC, Rumia	KULD	KULD	KULD	PRONKS
2011	WOC, Savoie	21	HÕBE		5

Kaisa Raudkepp EYOCi tavaraja viies



1. Frida Sandberg (SWE) 2. Mariya Polishchuk (UKR) 3. Anja Arbter (AUT)
4. Florence Haines (GBR) 5. Kaisa Raudkepp (EST) 6. Anna Ulvensoen (NOR)



Kaisa Raudkepp, tavaraja analüüs

Stardis olin tegelikult isegi liiga rahulik ja ma isegi mõtlesin, et peaks äkki ennast rohkem närvi ajama, nii ma siis proovisin- gi rohkem keskenduda ja stardiks valmis olla. Kaardi kätte saades olin vist ikka liiga uimane ja ma ei suutnud eriti millelegi mõelda, nii läksingi lihtsalt otse, sest see tundus kõige kindlam variant. Kui tee peale jõudsin, siis lõpuks sain järje peale ja suutsin ennast kokku võtta ja hakata kiiresti jookma. Esimesed punktid läksid hästi, 4.-sse minnes läksin vasakult, tavaliselt ma joostes ainult üht teevarianti näen ja nii oli

ka siis. Natuke enne punkti vaatasin suunda valesti ja nii läksingi vale kraavi pidi ning siis, kui enda arvates olin punktis, olin hoopis vales kohas. Õnneks sain ruttu aru, et pean paremale hoidma. Järgmised 4 punkti võtsin suhteliselt kindlalt. Pressi jõudes kuulsin juba kaugelt Reinu heiatamist ja seda, et mul läheb hästi ja nii lisasin tempot. Lõpuosas sai ikka palju teed pidi joosta ja see mulle meeldis, sest tundsin, et jooksen kiiresti. 13. punktis oli aed maha kukkunud ja lagununud ning ka tähis oli maas, nii läksin ka sinna väga aeglaselt ja kindlalt, sest lõpp oli lähedal ja ei tahtnud viga

teha. 14. punkti minnes teadsin, et nüüd pean endast kõik andma ja nii ma jooksin- gi nagu jookseks sadat meetrit ja üks N18 soomlane, kes juba paar punkti mul taga jooksis, jäi minust sekundiga maha. Enne eelviimast punkti aga toimus mu järgmine nõrkushetk. Ma ei suutnud enam kaardist aru saada ja tahtsin lihtsalt juba lõpetada, nii seisingi 20 m punkti kõrval ja mõtlesin, et mis minuga toimub, sest ma ei saa enam midagi aru. Õnneks ei kestnud see väga kaua, kuigi selle tõttu kaotasin pronksi.

põhjendada? Kas tegu oli teadlikult väga täpse vormi ajastamisega?

Tegelikult olin kevade alguses juba väga heas vormis, aga siis jäid kõik võistlused ära ja nii ei saanudki head vormi näidata, kui aga võistlused toimusid, oli mul juba suur motivatsioonipuudus ja ka treenitus langes. Ka ei saanud vajalikku kaarditreeni. Kindlasti oli EYOC tavarada mu aasta tähtsündmus ja selleks ma ka treenisin. Ma arvan, et kokkuvõttes läks parima vormi ajastusega hästi, kuigi vahepeal oli tagasilööke ja motivatsioon langes.



Evely Kaasiku sprindis

© EYOC 2011

Mis oli tavarajal sinu hea tulemuse võti?

Kindlasti olid hea vormi ja tulemuse võtmeks veebruar ja märts, viimase lihvi andis ka juunikuu. Kevade alguses olin väga motiveeritud ja treeningud venisid päris pikaks just kilomeetrite pikkuselt, ajalisel trennid tegelikult pikad ei olnudki. Arendasin just jooksukiirust, sest teadsin, et Tšehhis tuleb ikka väga kiiresti joosta, et head kohta saada. Ka jõutreeningul oli väga suur roll, sest just siis tundsin, et pikad jooksuotsad ei olegi nii rasked. Juuni oli hea kuu sellepärast, et siis oli kaks väga head laagrit just tehnilise poole arendamiseks. Esimene oli Põlvas ja teine Anu juures Soomes, millele järgnesid Venla ja Jukola võistlused.

Sprindidistantsil ei läinud sul just kõige paremini. Kuidas mõjutas see sinu ettevalmistust ja mõtteid järgmise päeva tavarajaks valmistumisel?

Ma arvan, et tegelikult mõjutas see isegi hästi, sest mul ei olnud mingisugust pinget, et pean nüüd hästi jooksma, sest tegelikult keegi ei oodanud minult ju peale mu enda head kohta. Nii saingi minna jooksma rahulikult ja keskendunult.

Kuidas sulle Tšehhi maastik sobis?

Ma arvan, et kuna ma juba kevade alguses teadsin, et maastik on tegelikult lihtne, siis ma ka panin rohkem rõhku jooksule kui kaarditreeningule. Nii see maastik mulle sobiski.

Pigem võiks öelda, et olid lihtsalt raskemad kohad ja kergemad kohad. Raskemad olid rohelistes, kus võis suunavigu teha ja ka mõned ebatäpsed kohad. Kerge oli see, et olid ka mõned tee-etapid, kus võis lihtsalt täiega joosta.

Kuidas hindad tavaraja raskusastet?

Nüüd kaarti vaadates ma küll ei ütleks, et see oleks EYOC-i kaart ja rada, sest esiteks see kaart on juba selline, kus ei saagi midagi raskemat korraldada, sest pole eriti punktiobjekte ja ka teid on liiga palju. Ma arvan, et isegi MN 14 jooksuks selle raja vabalt läbi. Kõige raskemad kohad olidki need rohelistes ja punktid olid ka põhiliselt seal, aga võsatreeni on sellel aastal ikka väga palju tehtud, nii et ka sellega väga suuri probleeme ei olnud. Ka oli paaris punktis tähis ära kukkunud ja ainult post oli püsti ja need olid ka muidugi rohelistes sees ja nii ühe koha peal vaatasingi paar meetrit punkti kõrval ringi, et punkt peaks ju siin olema ja kas keegi on need ära juba viinud.

Millega jäid lõppkokkuvõttes rahule ja millega mitte?

Kindlasti jäin rahule sellega, et oma eesmärgi täitsin ja sain poodiumile ning ka tavaraja sooritus oli enam-vähem normaalne. Kindlasti ei saa aga rahule jääda sellega, et teates tegin liiga palju viga ja usaldas ennast liialt, sest ma ju sain eelmisel päeval 5. koha. Teates pidi aga kogu aeg kaardis olema. Sprinti läksin ka kohe täiega panema, aga juba alguses kaldusin suunaga ära ja ka joosta eriti ei jõudnud..

Evely Kaasiku, N18

Individaaldistantside jooksudega ei ole täielikult rahul. Sprindis lootsin tegelikult salamisi esikuue sekka saada, aga kahjuks soov ei täitunud. Asi jäi nii lisakaarte kui jooksu taha. Tundsin, et on olnud aegu, kus jalg on tunduvalt kergem, kuid tol hetkel palju enamaks võimeline polnud. Kui võtta tehnilise poolega kaotatud sekundid maha, siis tuleb tõdeda, et esikolmik polnud ebareaalselt kaugel. Tavarajal jäi hea sooritus ainult o-tehnilise poole taha. Joosta oli küll veel raskem kui sprindis, kuid selles metsas polnud tempo kõige olulisem. Tegin mitmeid valesid variante ning ei suutnud korralikule sooritusele keskenduda. Põhiliselt põrusin aga ühe kolmeminutilise vea tõttu distantsi alguses raja rohelistes osas. Sellega kustutasin ka igasugused lootused heale kohale. Oleks vaid rohkem mõistust olnud.

Igaljuhul sain Tšehhis väga väärtuslikke kogemusi ning tean, et nii mõndagi viga enam ei korda. Andsin endast parima mõlemil distantsil ja kohad olid sellele vastavad. Oleksid pole kunagi midagi maksnud ja ala, millega tegelen on siiski orienteerumine.

Vallo Vaher, koondise peatreener

Tüdrukute võistlusega individaaldistantsidel jäin väga rahule. Poistega ei jäänud kuskil rahule. M16 klassi osas ütleksin isegi, et oli täiesti katastroof – varem pole meil seda juhtunud, et jäädakse teatevõistlusel viimase vahetusega ühisstarti ja saadakse ringiga pähe. Nüüd on kõik poisid lubanud treenima hakata ning enamikul neist on võimalus end järgmine aasta rehabiliteerida.

Tüdrukud saavutasid viimaste aastate parimaid tulemusi ning usun, et järgmistel aastatel kuuleme mõnest nii mõndagi. Kaisa ja Evely sooritused on ju suurpärased? Ja ka nelja 16 klassi tüdruku jõudmine sprindis 30ne parema hulka on supertulemus. Kaisa 5. koht tavarajal oli tegelikult üle ootuste super – mina enne EMI ei julgenud kelleltki nii kõrget kohta loota.

Maastikud Tšehhis olid suhteliselt igavad ning o-tehniliselt midagi erilist ei olnud. Vigu tehti lihtsates kohtades ning füüsiliselt olid poisid ikka väga nõrgad. Raskusi pakkus kaart, mis oli mõõtkavas 1:15000. Meie noortel puudub endiselt kogemus sellise mõõtkavaga kaartidel võistlemisel (sellel aastal oli ainuke võimalus Balti MV-I ja sealgi jäädki sellega häta). Orienteerumistehnika kohalt ei osata leida häid teevalikuid – sageli hakatakse minema otse, kuigi on olemas päris mitu palju paremat ringijooksu varianti. Võistlusjärgsetes kaardianalüüsid leiti variandid üles, aga võistlussituatsioonis ei nähta häid variante. Selles osas tuleb veel kõvasti tööd teha ning käia suurelreeljeefiga maastikel võistlemas ja treenimas.

KÕRGES KONKURENTSIS



Marje Viirmann, WMOC2011 sprindi hõbemedal



Ilse Uus, WMOC2011 tavaraja pronksmedal

© ELMO PÄRNA

KERSTI EHALA

Sel aastal käisid veteranid oma torditüki järel Ungaris. Meie poolt oli kõige arvukamalt esindatud W60 – 18 osavõtjat – ja M60 – 16 osavõtjat –, kokku oli stardiprotokollides 145 eestimaalast. Tordilabidani jõudis seekord kaks vaprat eestlannat: sprindidistantsi eest ulatati hõbedane suutäis Marje Viirmannile (W50) ja tavaraja tulemuse eest sai pronksise suutäie Ilse Uus (W70).

Palju õnne!

Marje Viirmann: „Võidurõõm oli suur! Üritasin ja tahtsin seda medalit rohkem kui eelmistel kordadel. Sprint on teistmoodi ala, tuleb keskenduda hetketegevusele, kaarti eriti ette ei jõua lugeda. Enne starti on kasulik viimane punkt ja kompostrite asend ära vaadata. Nii lühikesel distantsil on iga sekund tähtis. Kõige olulisem on aga, et mõte ja tähelepanu ei läheks hetkekski uitama. Sprint on maksimaalne keskendumine ja kiire otsustamine. Närv peab olema tugev ja pinget tuleb ära kannatada, muidu ei saavuta midagi. Mina lugesin alguses iga maja ja tänavanurka. Kulla kaotasin 8. KP-s. Vaatasin legendiriba pealt vale KP numbri ja jooksin natuke edasi. Siis sain

aru, et midagi rohkem ei tule, ja jooksin tagasi. Oli ikka minu punkt. Olen siiski hõbedale üle siiralt rõõmus. MMil on konkurents alati väga kõva, seekord taotles finaali pääsu 158 naist ja finaalis võistles 81 konkurenti. Selles mõttes on medalil kaalu.

Sportlasena on mul eesmärk muidugi tavaraja kuld. Ehk tuleb enne, kui jõuan W80 klassi, kus konkurents hõredamaks läheb. Minule teeb tavaraja finaalis stardi raskeks see, et kui eeljooksudes saad head tulemusi, siis oled finaalis protokollil lõpus ja pead 2–3 tundi ootama. Minul väsitab see vaimu. Pooled konkurendid on oma tulemuse saanud, kui sina lõpuks keskpäevakuumuses stardid. Aga eeljooksudes kehvasti ka ei taha joosta. Esimene eeljoos ei tulnud seekord hästi välja ja seetõttu ma teise jooksu püüdsin teha hästi korralikult – keskendusin ning hoidsin tempos tagasi. Tulemus sai hea ja oli selge, et finaalis tuleb teha puhas sooritus ja niiväga jooksutempo pärast muretsema ei pea. Seekord ei õnnestunud – 18. koht. Nii taga ma ei olegi olnud.

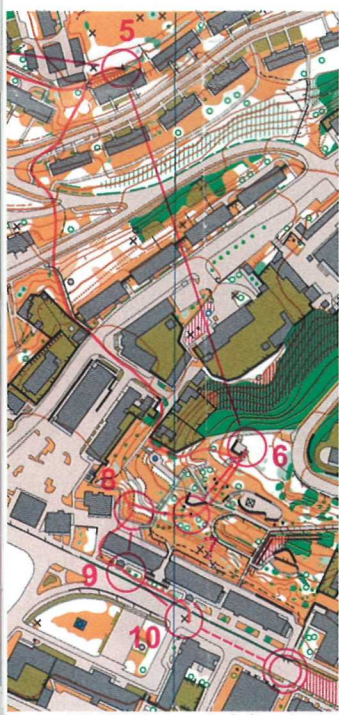
Mis võib orienteerujale olla veel parem koht end realiseerida kui MM? See on stiimul, et aasta läbi vormi hoida ja millegi nimel pingutada. Nii on hulga kergem pärast tööpäeva trenni minna, leida endas motivatsiooni pingutamiseks.“

Ilse Uus: „Teed küll õige plaani, aga välja tuleb, et ikka ei ole sinna jõudnud, kuhu plaanisid. Selline see orienteerumine on. Kaotad ennast ära ja kus sa siin mugulate vahel siis ennast üles leiad? Minu tüüpviga on, et ajan tihtipeale põhja- ja lõunasuuna sassi. Seekord tuli kõik välja. Alguses läksin väikese kõhklega, aga see oli isegi hea, et ei hakanud kohe tormama, sain kindluse sisse ja 3. KP-sse

läksin juba kindla tundega. Metsaalune oli puhas, mitte nagu meil, ja teerajad olid hästi näha. Väga palav päev oli ja ülesmäge liikusin „roomates“.

Mina endale sportlikke eesmärgi ei sõnasta. Tähtis on teha võimalikult ilma vigadeta, siis olen rahul. Mulle meeldib orienteerumine kui protsess. Kiirus ja koht ei ole tähtsad, Eestis jään tihtipeale oma konkurentidele alla. MMidel aga olen viimasel ajal pärast eeljookse ikka esikolmikust olnud, kuid finaali ei ole välja tulnud. Tee mis tahes! Esimene kord, kui see juhtus, mäletan, et kõik ootasid minult midagi. Omameelest olin rahulik, aga ilmselt tegelikult ei olnud, sest finaalis soperdasin tookord peaaegu iga punktiga.

Minu esimene o-võistlus oli 1971. aastal, kui kahe tehase – Mõöduriistade tehase, kus mina töötasin, ja Kontrollmõõteriistade tehase – matkajate kokkutulekul toimus Kiisal sõpruskohtumine ja kavas oli ka orienteerumine. Laupäeval pärast tööd näidati mulle, kuidas kompassi kasutada ja seletati tingimärke ja siis kohe metsa. Olin seal kaks tundi, pimedani välja, aga kõik punktid sain kätte. Ja nii see läks. Orienteerumine hakkas kohe meeldima. Seltskond oli väga tore. 1973. aastast hakkasin neljapäevakutel



WMOC2011, sprindi finaali W50



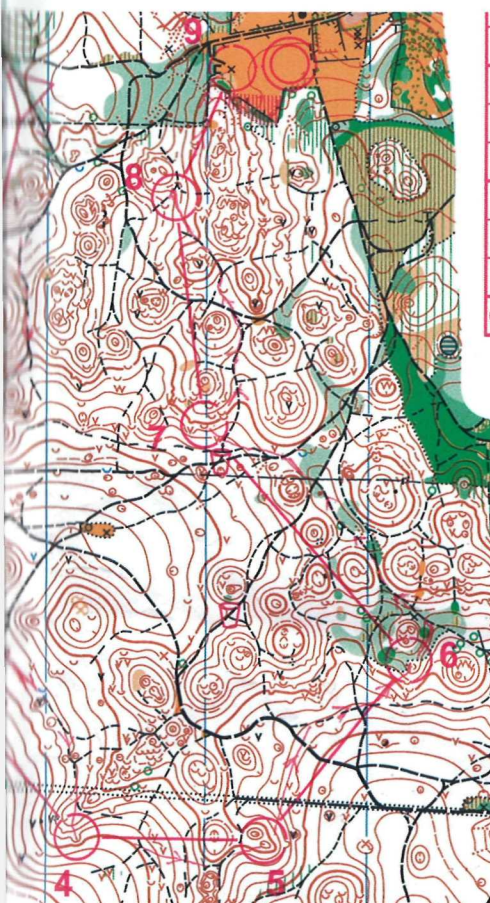


Mati Poomi korraldatud „Orientuuri“ reisiseltskond Ungaris

© ELMO PÄRNA

osalema. Minu arusaam oli, et seal käivad ainult asjatundjad ja tõsised sportlased, aga tuli välja, et see ongi harjutamise jaoks kõigile.

Nüüd olen pensionär ja muudkui käin orienteerumas. Kodu jaoks isegi jääb aega väheks. Suvi on tihe võistluste poolest ja talvel meeldib mulle suusatada. Kui mõni pikem vahe tuleb, et ei ole võistlusi, siis lähen metsa sörkima.“



WMOC2011, tavaraja finaali W70

Sporditurism ja kes seal käivad

ARNE KIVISTIK

Orienteerumisveteranide MM (sel aastal toimus Ungari vanimas ülikoolilinnas Pečs's) on väga suur sporditurismi üritus, mida püüavad endale saada mitme maa orienteerumislüüdid. Ühelt poolt on võistluse korraldamine tulus: 3000 kuni 3500 osavõtjat ja priske stardimaks, teiselt poolt tuleb kindlustada tasemel teenindus, transport, majutus, toitlustus ja turismiobjektid.

Lainja maastikuga viinamarja-, maisi- ja nisuväljade vahel pakuti finaalis orienteerumiseks pöögimetsadega kaetud huvitavat karstialaga kõrgendikku. Üks MM-del käimise motiive ongi uute ja huvitavate maastikutüüpide nägemine. Olen 50 aasta jooksul läbinud vast 1000-2000 rada, kuid karstitekkelisele lohumaastikule sattusin esmakordselt (karstilohustikke olen varem näinud Uurali kandi ja Slovakkia kaartidel). Finaalpäeva maastiku ümarad suurlohud olid järsunõlvilised, 20-35 m sügavad, läbimõõduga 100-150 m ja neid oli kaardil sadu! Üle 30 kraadi ulatuvas soojuses oli jooksuvõimel märksa suurem osatähtsus kui sel aastal Eestis harjunud oleme.

Suurima osalejate arvuga klass on läbi aastate olnud ja on jätkuvalt MW60. Ilmselt ollakse sel ajal elu heaolu tipus: elumuresid on noorematega võrreldes vähem, tervis on veel korras, on aega sportida ja maailma vaatama sõita. Kui üldstatistika järgi elavad naised vanemaks kui mehed, siis WMOC-statistika järgi on naised aktiivsemad nooremas eas ja mehed harrastavad sporti naistega võrreldes enam ka vanemas eas.

Sel aastal oli kolmandat korda kavas ka linnaorienteerumine lühirajal. Vanemale põlvkonnale on metsast puude vahelt linna majade, müüride, tarade, monumentide, käikude, kangialuste, lillepeenarde ja hekkide vahele tulek umbes sama suur muutus kui kõrgushüppes rullstiili asendunine flogipa või suusatamise klassika kõrvale uisklemise tulek. Ungari vanalinnas leidis müüre, treppe, kangialuseid ja lillepeenraid suurel hulgal. IOF loodab linnaorienteerumise kaudu oma ala paremini populariseerida ja seekord oli Ungaril võimalus 3300 inimesele 2-3 päeval täiendavalt teenuseid müüa. Võib-olla võistlevad praegused noorveteraanid tulevikus, kui metsad on maha raiutud ja tehnikavidinad inimeste üle täisvõimu saanud, juba järgmistel aladel - maha- ja arvutiorienteerumises.

Pakun kaheksa sportlikku motiivitaset veteranide MM-I startimiseks:

- Saavutada medal.
- Tulla esimese 10ne, 20ne või 30ne hulka.
- Pääseda A-finaali.
- Tulla esimese 50% hulka.
- Parandada või säilitada oma varasemat kohta.
- Võita oma Eesti konkurente.
- Saada kõikidel radadel tulemus.
- Saada elamus MM-rajal jalutamisest.

Millise sportliku eesmärgiga stardid järgmisel MM-I Sina?

FOTO-O

LAURI SILD, KRISTO HEINMANN

Koondislated Lauri ja Kristo käisid Prantsusmaal Aix-les Bains-is MM-i sprindi eeljoosude maastikul foto-o ülesandeks pilte tegemas.



Kontrollpunkte on 10, need tuleb kaardile kanda rõngaga, mille tsentris on täpik. Hindamisel arvestatakse kaardile õigesti kantud KP-de arvu. Kaarti on võimalik alla laadida www.orienteerumine.ee/ajakiri Kaardil olevatel punktidel pole midagi pistmist Foto-o-ga, tegu on MM-i sprindi eeljoosu kõiki-de punktide kaardiga.

Lahendus saata e-postiga sild.lauri@gmail.com hiljemalt 31. oktoobriks.





Kohtumine tundmatuga Kooraste-Kanepi teel

MIHKEL JÄRVEOJA

Olen sel suvel mitu korda näinud Tallinnfilmi 1983. aasta linateost „Nipernaadi“. Ühe korra Kinobussi valgelt linalt Põlva järve rannas, teise korra televiisorist ja kui nüüd järele mõelda, siis episoodiliselt veel ka kolmandat korda Kooraste-Kanepi kruusateel. Viimati nimetatud korral mängis Tõnu Kargi asemel küll peaosajiljandimaa mees Thomas-Eino Heinmaa – suuremale orienteerumisavaleikkusele küll tundmatu nimi, kuid teadjamatele kindlasti selle suve suurim orienteerumisfanaatik.

14. augusti pärastlõunal, kui kõik Koprakarika kontrollpunktid olid metsast Kalle Ojasoo autosse surutud ning väsinud, kuid võistluse kordamineku üle rahulolev rajameeskond päevinäinud valge Volkswageni kitsal istmel sauna poole sõitis, mööduti üksikust ratturist, kes lämbet ja veel eelmisest autost hajumata tolmupilve trotsides Kanepi poole väntas. Olime seda äärmiselt põnevast vanemat meest, justkui midagi habemeta Sammalhabeme ja Edgar Valteri vahepealset, näinud juba eelmistel päevadel, kui ta alati rõõmsalt ja rahulolevalt oma SI-kiipi finišitelgis maha oli käinud lugemas. Samuti oli minu hea tuttav, Eesti-Läti projekti koordinaator, vaid mõned nädalad tagasi kirjeldanud äravahetamiseni sarnast ja väga salapärast meest, keda olla märgatud EOL Openi võistlusel Lillis.

Kui juba äravahetamiseni sarnased mehed jutuks tulid, siis sealsamas Lillis jooksis teel starti mulle ja juba eelpoolnimetatud projekti koordinaatorile kaks korda vastu üks ja sama Läti mees – klassikalise mehaanika vaatepunktist täiesti arusaamatu olukord. Hiljem tuli välja, et ühe mehe asemel oli mehi tegelikult kaks. Aga see on juba hoopis teine jutt ja andud juhul täiesti asjassepuutumatu...

lgatahes, koduloo- ja muinasjutuhuvilistena peatasime loomulikult oma auto, et ratturiga veidi juttu ajada. Nii ebaviisakas kui see ka polnud, siis eelmistel päevadel meil selleks aega või julgust ei jagunud...



Thomas-Eino Heinmaa

© KAAREL KURE

„Mis kandi mehed oleme ja kubu läheme?“ alustasime kohmakas agraar-seltsimehelikus stiilis.

„Kanepi poole. Ei tea, kas kauplus on seal veel avatud?“ vastas Eino viisakalt ja peaaegu sama seltsimehelikult, olles ise selgelt üllatunud ootamatute vestluskaaslaste üle, kes peatasid tema jalgratta Kooraste-Kanepi kruusateel 5ndal kilomeetril.

Vähem kui 15 minutiga oli meil pilt selge, mis masti mehega on tegu. Eino elab Viljandimaal ja hakkas orienteerumisega tegelema alles mõni aasta tagasi pärast tühte kindlat sündmust. See on aeg, kui inimesed hakkavad diivani peal istudes sügelema ja seejärel otsima elus uusi väljakutseid. Ühesõnaga – Einost sai pensionär. Kuna Viljandimaal pole treeningtingimused kiita ning aktiivset orienteerumiselu ei elata, ei pidanud ta pärast Lillis joostud EOL Openi avatud radu paljaks oma rattaga ka Koorastesse sõita ja Koprakarikal osaleda.

„Ja nüüd tagasi Viljandi poole?“ hakkasime vestlust aegamööda kokku sõlmima.

„Ei, ei, käin Kanepis poes ja siis lähen tagasi Koorastesse. Võtsin pärast võistlust mõned meeste eliitklassi radadega kaardid. Vaatan, äkki jõuan juba täna õhtul või homme selle raja ka osaliselt läbi käia. Nii harjutamise mõttes. Ma pean veel harjutama, et päris võistlema hakata... Kohe pärast võistlust on hea minna, siis saab lubade järgi punkti asukohti ära arvata ja uurida, kust kaudu on joostud... Pärast seda tiirutan mõned päevad veel rattaga Lõuna-Eestis ka ringi, enne kui koju hakkas sõitma,“ vastas Eino muhedalt naeratades.

Jätsime hüvasti ja istusime kõik vaikselt autosse, mis oli nelja täiseas mehe ja 55 kontrollpunktivaia jaoks liiga kitsas. Lõpuks tulid kellegi suult need sõnad, mida kõik olid vaikselt omaette juba minuteid tagasi mõelnud: „On ikka fanatt!“

Kaarel Kure suutis vestluse käigus salaja ja teistele märkamata herra Heinmaast ka foto teha. Loodame, et ei see lugu ega salaja tehtud foto pole loo kangelasele vastumeelt. Eks me kunagi küsime üle ja räägime temaga pikemalt. Siis kui tolm on kruusateelt hajunud.

JUHATUSE otsused

2011.08.30

Otsus nr : 812 Eesti 2011.aasta meistrivõistluste juhendi muudatus
Teha Eesti 2011.aasta meistrivõistluste juhendis järgmine muudatus:
Eesti 2011.aasta meistrivõistlused pikal rajal, 17.09.2011, Hiiu maal, Kõpus, startide algus kell 14.00, võistlusklasside MN21E start kell 13.45

2011.08.28

Otsus nr : 811 kinnitada EOL stipendiumikonkursi tulemused
1. Kinnitada EOL avaliku stipendiumikonkursi orienteerumise treeningprotsessi planeerimiseks ja juhtimiseks Audentese Spordigümnaasiumi Otepää filiaalis ning orienteerumisjooksu Eesti juunioride- ja noortekoondiste tegevuse koordineerimiseks ja juhtimiseks perioodil september 2011 kuni august 2014 võitjaks Vallo Vaher.
2. Stipendiumi määramiseks sõlmida Vallo Vaheriga leping, kus fikseeritakse konkreetsete tingimused ja nõuded stipendiumi saamiseks.

2011.08.12

Otsus nr : 810 Kuulutada välja stipendiumikonkurs Eesti juunioride- noortekoondiste ja Audentese Spordigümnaasiumis treeningprotsessi ja tegevuste koordineerimiseks ja juhtimiseks

2011.08.04

Otsus nr : 809 Kinnitada XXIII Suunto Gamesi juhend

2011.07.15

Otsus nr : 808 Kinnitada RO koondis MTBO maailmameistrivõistlustele Itaalias

Kinnitada Eesti rattaorienteerumise koondis Maailmameistrivõistlustele ja juunioride Maailmameistrivõistlustele 20.-28.08.2011, Itaalias, järgnevalt:

Mehed

1. Tõnis Erm (TA OK) 2. Margus Hallik (OK LUS) 3. Lauri Malsroos (SK Saue Tammed)

Meesjuuniorid

1. Taaniel Tooming OK Põlva Kobras
Treener-esindaja Margus Hallik
Alus: RO koondise treener-esindaja ettepanek

2011.07.08

Otsus nr : 807 Kinnitada Eesti orienteerumisjooksu koondis maailmameistrivõistlustele, Savoies, Prantsusmaal

Kinnitada Eesti orienteerumisjooksu koondis Maailmameistrivõistlustele, 10.-20.08.2011, Savoies, Prantsusmaal, järgnevalt:

Naised

1. Annika Rihma OK Põlva Kobras
2. Kirti Rebane SK Saue Tammed
3. Grete Gutmann Rae ROK
4. Liis Johanson OK Põlva Kobras -omafinantseeringuga
Varu: Merike Vanjuk ÕK Kape

Mehed

1. Olle Kärner EKJ SK
2. Peeter Pihl SK Saue Tammed
3. Lauri Sild OK Võru
4. Kristo Heinmann OK Ilves
Varu: Timo Sild OK Võru
Füsioterapeut Aili Lopman

Treener-esindaja Elo Saue

Alus: OJ koondise treener-esindaja ja treenerite nõukogu ettepanek

51

TALLINNA  SADAM
Heade sõnumite sadam

Eesti Orienteerumisliidu sponsorid ja partnerid:



PRINTCENTER



EESTI KULTUURKAPITAL



Baltic Scandinavian Lines



S T A K F T

CRAFT

OÜ Skvaier

Orienteerumiskauba OÜ



KADARBIKU



ISC - MAAILMAMEISTRITE VALIK

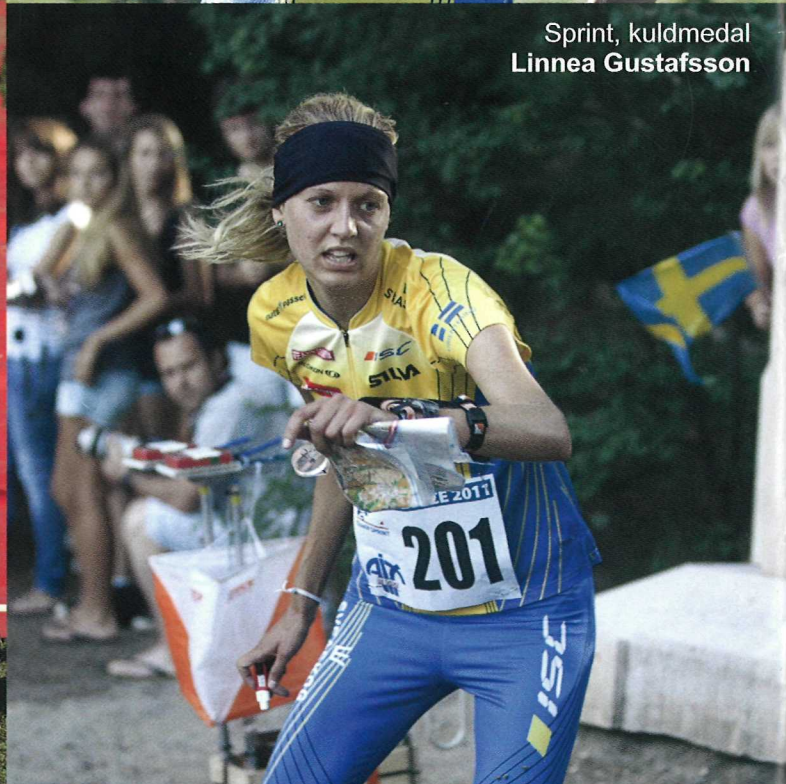
Rootsi koondis ISC riietes orienteerumise MM-il Prantsusmaal 12.-20. august 2011- kokku 10 medalit



Lühirada, kuldmedal
Helena Jansson



Tavarada, kuldmedal
Annika Billstam



Sprint, kuldmedal
Linnea Gustafsson



O-Ringen 2011 enim müüdnud orienteerumisriiete bränd

ISC esinduskauplused:

Ilvese Äri
Kastani 42, Tartu
E-R 10-18, L 10-16
7 427 502

Rocca al Mare
Paldiski mnt 102, Tallinn
E-P 10-21
6 659 154

Lõunakeskus
Ringtee 75a, Tartu
E-P 10-21
7 315 554

Ülemiste Keskus
Suur-Sõjamäe 4, Tallinn
E-P 10-21
6 034 600

Orienteerumisriiete edasimüüja Eestis:

Skaiaer OÜ
Mati Poom
tel: 50 74 686
e-mail: matip@hot.ee

Klubide ja firmade tellimused:

Liisa Haabpiht
tel: 7 309 902
e-mail: liisa@ilves.ee

Regina Martinson
tel: 7 309 966
e-mail: regina@ilves.ee