

NOVEMBER

26 - 119

2010

# ORIENTEERUJA ORIENTEERUJA

nr.5 / 121



**Orienteerumine sobib kõigile**



150.– EEK

10.– €

# TELLI ajakiri

aastaks  
2011



**ORIENTEERUJA  
ORIENTEERUJA**

Eesti Orienteerumisliidu ajakiri  
Ilmub 4x aastas

## Eesti Orienteerumisliidu Üldkogu

### PÄEVAKORD

#### Laupäev, 20. november 2010

##### 14.00 Üldkogu töö algus

EOL-i juhatuse tööst /*S.Sild*

Ülevaade EOL kontori tegemistest /*P.Poopuu*

Tipporienteerumine 2010 ja plaanid 2011

Orienteerumisjooks M,N 21 koondised /*E.Saue*

Orienteerumisjooks juuniorid-noored /*V.Vaher*

Rattaorienteerumine /*M.Hallik*

Orienteerumise statistika 2010 ja IT arengud  
/*T.Klaar*

EOL kaardikoodeks /*M.Zimmermann*

EOLi toimkondade tegemistest /*toimkondade juhid*

Meediatoimkond (ajakirja Orienteeruja arengud)  
/*S.Sild, A.Saal*

Reeglite toimkond (pikk rada, kiirega ajavõtt jms)  
/*R.Hindov*

IT toimkond /*J.Tarmak*

19.00 EOL 2010.aasta parimate autasustamine

#### Pühapäev, 21. november 2010

##### 10.00 Üldkogu töö algus

EOL arengukavade täitmisest

EOL arengukava 2008-2012 täitmine /*R.Hindov*

SO arengukava 2007-2010 täitmine /*R.Kudre*

RO arengukava 2009-2012 täitmine ja MTBO WOC

2013 ettevalmistused /*M.Hallik, K.Rooba*

EST-LAT projekt /*S.Sild, M.Puusepp*

EOL 2011. aasta liikmemaks, kalenderplaani maks  
/*S.Sild*

EOLi suusaorienteerumise eelarve 2011 /*P.Poopuu*

Eesti MV 2011. aasta juhend /*P.Otstavel*

## Reklaami avaldamise hinnad

1.Eesti o-võistluskutsete avaldamine (must-valge):

1.1. suurus kuni A7 60 kr.

1.2. suurus kuni A6 125 kr.

1.3. suurus kuni A5 250 kr.

1.4. suurus kuni A4 500 kr.

(korduskutse avaldamine -30%).

Värvilised võistluskutsed reklaami hinnaga.

2.Reklaami avaldamine (sisemised leheküljed):

2.1. suurus kuni A7

värviline 400 kr.

2.2. suurus kuni A6

värviline 800 kr.

2.3. suurus kuni A5

värviline 1600 kr.

2.4. suurus kuni A4

värviline 3200 kr.

3. Reklaami avaldamine (tagakülg)

A4 värviline 4000 kr.

(kordusreklaami avaldamine -30%).

Eesti Orienteerumisliidu liikmetele on reklaami avaldamisel soodustus -50%.

Võistlusmaastike sulgemise teadete avaldamine on tasuta.



## SISUKORD:

- 4 Juhatuses otsused
- 5 Eesti-Läti orienteerumislüiga kaardistajate seminar Kanepis
- 7 Kaardistus Lidari-i kaasabil
- 7 Orienteerumisepandemia eelrühnak Põltsamaal
- 10 Eesti koondis võitis Nida poolsaarel teise koha
- 14 Killukesi 2010. aasta pika raja Eesti MV korraldamisest
- 16 Orienteerumine lasteaias – on`sel jumet?
- 20 Kalender
- 22 Rattaorienteerumise tiitlivõistluste järelkajad - 2
- 30 Sokkides vundamenti ladumine
- 32 Nõuandeid seiklejale
- 36 Võsast välja
- 38 TAOK rogainil võidutsesid vennad Eensaared
- 38 Ingel Epp: Puhkus vs laiskus.

**Esikaanel:** Orienteerumisega saab alustada juba lasteaias. Loe ka lk. 16.

**Foto:** Epp Voitka

**Järgmine Orienteeruja ilmub: nr 6/122 detsembris 2010**

**Väljaandja:** Eesti Orienteerumislüiga;  
www.orienteurumine.ee

**Peatoimetaja:** Arvo Saal, tel 5531 235 arvo@joud.ee

**Toimetaja:** ajakiri@orienteurumine.ee  
Sixten Sild, Maret Vaher, Jürgen Einpaul,  
Mihkel Järveoja

**Keeletoimetaja:** Aili Miks

**Küljendaja:** Riju Johanson

**Kojukanne:** Eesti Post

**Tellimine:** Eesti Orienteerumislüiga  
eol@orienteurumine.ee, tel/faks 6398 681

**Tellimishind 2011. aastaks 15---0 krooni. Arveldusarve:**  
10220034030010 Eesti Ühispank

Toimetusel on õigus kirju ja kaastõid nende selguse huvides toimetada ja lühendada. Kaastõid ei retsenseerita ega tagastata.

Toimetusele ei vastuta kuulutuste ja reklaamide sisu eest.

Ajakiri Orienteeruja ilmub 2011. aastal 4 korda.

## Teadke kõik, et MEID ON PALJU!

Õige napilt enne käesoleva aja- kirjanumbri trükkiminekut peeti Tallinnas maha VII Eesti Spordi Kongress. Seda on meediaväljaanded juba ka üsna laialt kajastanud ja nimetanud muuhulgas "infotunniks", "kõnekoosolekuks" jms. Kongressi avakõnelejad olid vabariigi president Toomas Hendrik Ilves, kultuuriminister Laine Jänes ja haridusminister Tõnis Lukas, mis näitab, kui oluliseks tribüüniks riigi poliitilise ladviku esindajad seda sündmust siiski pidasid.

Ühest küljest võib ju nõustuda etteheidetega, et Eesti spordiinimeste suurkogu ei langetanud ühtegi otsust ega võtnud vastu isegi ühtegi deklaratsiooni. Kuid teisalt tuleb aru saada, et Eesti Spordi Kongressile ei olegi praegu riigi spordielus sellist staatust antud. Pigem ongi tegemist mõttetalgutega, kus erinevate spordiorganisatsioonide laiapõhjaline esindus omavahel spordi valupunkte vaeb ning otsib lahendusi.

Arvukad ettekanded olid valdavalt asjatundlikud ja nendest koos Arusid mitmed probleemid, millest ehk olulisimateks on treenerite töö vähene väärtustamine ning spordikoolide olla-või-mitte-olla. Samu teemasid lahati ka nelja aasta tagusel VI kongressil, kuid vahepealsel ajal ei ole asjade seisus mingeid olulisi muudatusi toimunud. Nüüd võis siiski näha, et nii spordiorganisatsioonide esindajad kui ka valitsuse liikmed olid ühel meelel vajaduses hinnata kvalifitseeritud treenerite tööd võrdväärselt pedagoogitööga. Samuti leidis toetust spordikoolide, mis on vajalikud professionaalse spordikompetentsi keskustena paralleelselt klubidega.

Orienteerumises on mõlemad eelpooltoodud probleemid väga teravad – meie ala viljelevaid omavalitsuste spordikoole on vaid paar tükki, kuid nendest on sirgunud ka väga oluline osa noortekoondiste liikmeid. Treeneri kutsekvalifikatsiooni omandanuid on meil teiste alaliitidega võrreldes täiesti arvestatav hulk – 59 inimest. Ent suurem osa neist ei tööta nimetatud erialal, vaid on ennast koolitanud pigem enesetäiendamise mõttes. Küsimus on ju selles, et puudub asutus või organisatsioon, kes neile treeneritöö eest mõistlikku palka maksaks.

Kongressil jäi mulje, et nii spordiühiskonna "alamkihi" kui ka "ülemkihi" esindajad on suhteliselt sarnastel seisukohtadel ning valmis hakkama süsteemi tasapisi paremaks muutma. Jäägem siis neid muudatusi ootama ja aidakem kaasa kui midagi meist sõltub! Mis paljuski meist sõltub ning mõjutab samas oluliselt spordipoliitiliste otsuste tegemist, on meie ala harrastajate statistilised näitajad. Nende järgi on orienteurumise harrastajate arv aastast 1999 tänaseni langenud 4715lt 2546le. Need on nukrat tendentsi näitavad arvud, mis minu hinnangul ei vasta tegelikkusele. Tegemist on pigem andmete kogumise meetodika erineva tõlgendamise erisustega ja klubide esindajate pealiskaudse lähenemisega aruannete koostamisele.

Olen veendunud, et meie ala harrastajate arv on viimastel aastatel aina kasvanud, mida peegeldab hästi meie oma statistika kõigi Eesti päevakute osavõtukordade kohta. Olgem siis klubides aktiivsed uusi harrastajaid nii kaasama, et nad ka statistika aruannetes kajastuksid.

Meid on palju ja seda tuleb üldsusele aktiivselt teadvustada, et meie häälele oleks riigi spordipoliitika kujundamisel õigusega väljateenitud kaal!





# EOL üldkogul 20.11.2010 autasustatavate nimekiri

## Tulemuste eest 2010. aastal

### Medalivõitjad tiitlivõistlustel

TÖNIS ERM	RO MM, sprint HÖBE, RO MK etapp 6. koht
KIIRA TARASSOVA	OJ seenioride MM, W70, tavarada HÖBE
MARJE VIIRMANN	OJ seenioride MM, W50, sprint PRONKS
ALAR VIITMAA	RO seenioride MM, M40, tavarada HÖBE, RO seenioride MM, M40, lühhirada HÖBE
KARLI LAMBOT	Rogaini EM, mehed PRONKS
TÖNU LILLELAID	Rogaini EM, mehed PRONKS
RAIT PALLO	Rogaini EM, mehed PRONKS
MAIROLT KAKKO	Rogaini EM, MV40 HÖBE
PRIIT ÖVERUS	Rogaini EM, MV40 HÖBE
ARVO KIVIKAS	Rogaini EM, MSV55 KULD
JOHANNES TASA	Rogaini EM, MSV55 KULD
GRETE GUTMANN	OJ üliõpilaste MM, sprint 7. koht
LAURI SILD	OJ juunioride MM, tavarada 8. koht, OJ Balti MV, M20 tavarada KULD, OJ Baltic Junior Cup, M20 tavarada PRONKS, OJ Balti MV, M20 teade KULD
DAISY KUDRE	SO noorte EM, W17, tavarada 10. koht, SO noorte EM, W17, lühhirada 10. koht
TAANIEL TOOMING	RO juunioride Euroopa KV, M20, tavarada 4. koht
OLLE KÄRNER	OJ Balti MV, tavarada KULD, OJ Balti MV, teade KULD
PEETER PIHL	OJ Balti MV, teade KULD
ANDREAS KRAAS	OJ Balti MV, teade KULD
KENNY KIVIKAS	OJ BJC, M20 tavarada KULD, OJ Balti MV, M20 teade KULD
RAIDO MITT	OJ Balti MV, M20 tavarada HÖBE, OJ Balti MV, M20 teade KULD
SIGRID RUUL	OJ Balti MV, N20 tavarada HÖBE
HANNULA-KATRIN PANDIS	OJ Baltic Junior Cup, N20 tavarada PRONKS
KAISA RAUDKEPP	OJ Baltic Junior Cup, N18 tavarada KULD
KAIA KIVIKAS	OJ Balti MV, N18 tavarada HÖBE
RENE POST	OJ Balti MV, M18 tavarada PRONKS
KERSTIN UIBOUPIN	OJ Balti MV, N18 tavarada PRONKS
EVELY KAASIKU	OJ Baltic Junior Cup, N18 tavarada PRONKS
TÖNIS LAUGESAAR	OJ Balti MV, M16 tavarada PRONKS
ALINA KRAMARENKO	OJ Balti MV, N14 tavarada HÖBE
MARIANNE HAUG	OJ Balti MV, N14 tavarada PRONKS
MARGRET ZIMMERMANN	OJ Balti MV, N16 teade KULD
TRIINU ROONI	OJ Balti MV, N16 teade KULD
MADLI-JOHANNA MAIDLA	OJ Balti MV, N16 teade KULD

### EOLi võistluste korraldajad

OK Ilves	Balti MV, EMV SO sprint, tavarada, EMV OJ tavarada, N/V teade
OK Põlva Kobras	EMV SO märketeade, Suunto Games
Valgamaa Spordiliit	51. Jüriööjooks
OK Võru	EMV OJ lühhirada ja teade M,N21
Saaremaa OK	EMV RO lühhirada ja tavarada, BikEst
Värkska OK	Peko EOL noortelaager
SK 100	EMV OJ sprint
Rakvere OK	EMV OJ öine
OK TON	EMV OJ pikk rada

### Koondiste treener-esindajad

Elo Saue	OJ MN21 koondis
Vallo Vaher	OJ juunioride- ja noortekoondiskondised
Raul Kudre	SO koondised
Margus Hallik	RO koondised

### EOL abilised

Alar Assor	JWOC koondise abitreener
Jürgen Einpaul	JWOC koondise abiline
Grete Gutmann	BJC koondise abiline
Kaarel Kallas	EYOC koondise abiline
Aili Lopman	MN 21 koondise füsioterapeut
Rein Zaitsev	EOL noortelaagri ülem
Tarmo Klaar	raamatu Orienteerumine iseõppijale väljaandmine, statistika, koollitused
Heino Mardiste	EMV medaliomanike statistika uuendamine
Aleksandr Shved	EOL noorte orienteerumisjooksu karikasari
Raivo Rõõm	EOL noorte suusaorienteerumise karikasari
Kaupo Voormansik	päevakute statistika
Tarmo Kuub	EOL edetabel

### EOL edetabeli võitjad 2010

NAISED	
1.Merike Vanjuk	OK Kape
2.Annika Rihma	OK Põlva Kobras
3.Kirti Rebane	SK Saue Tammed

MEHED	
1.Olle Kärner	EKJ SK
2.Peeter Pihl	SK Saue Tammed
3.Sander Vaher	EKJ SK

M12 Kaarel Vesilind	SRD SK
M14 Janek Piirisild	OK Võru
M16 Björn Panker	OK Ilves
M18 Aleksandr Shved	SRD SK
M20 Lauri Sild	OK Võru
M35 Dmitri Shved	SRD SK
M40 Ville Vinkel	OK West
M45 Aleksander Pritsik	Rakvere OK
M50 Maido Kaljur	Harju KEK RSK
M55 Riho Männi	Viljandi OK Lehola
M60 Koit Paasma	Viljandi OK Lehola
M65 Mihkel Mälter	Harju KEK RSK
M70 Mihhail Taivere	OK Kape

N12 Kirke Timmusk	SRD SK
N14 Marianne Haug	OK Võru
N16 Margret Zimmermann	OK Kape
N18 Kaisa Raudkepp	Värkska OK Peko
N20 Piibe Tammemäe	OK Orvand
N35 Jana Kink	OK Kape
N40 Jana Kink	OK Kape
N45 Marje Viirmann	Harju KEK RSK
N50 Siiri Poopuu	JOKA
N55 Anne Arold	OK Heering
N60 Anu Saue	HOK
N65 Malle Viilma	SK Hooler

## JUHATUSE otsused

### 2010.10.19

**Otsus nr. 758.** Kinnitada ajakirja "Orienteeruja" 2011. aastal väljaantavate numbrite arvuks neli ja aastatellimuse maksumuseks 150 krooni (alates 1. jaanuarist 2011. aastal 10 EURi). Välismaale tellimisel on aastatellimuse maksumuseks 270 krooni (alates 1. jaanuarist 2011. aastal 18 EURi). Üksiknumbri müügihind 3 EURi.

**Otsus nr. 757.** Teha EOL 2010. aasta edetabelivõistlustes järgmised muudatused:  
1.Mitte arvestada edetabelivõistluseks Suunto Gamesi 1. võistluspäeva võistlusklassides N65, M70, M75.  
2.Kinnitada edetabelivõistluseks Suunto Gamesi 2. võistluspäev võistlusklassides N65, M70, M75.

**Otsus nr. 756.** Kutsuda kokku EOLi sügisene üldkogul 20.-21. novembril 2010, Viljandimaal, Holstre-Polli Tervisekeskuses ja kinnitada esialgne üldkogul päevakord ja ajakava (vaata *OR nr.5 lk2.*)





Eduard Pukkoni tehtud võrdluspilt ortofotost ja intensiivsuspildist Keilas

## Eesti-Läti orienteerumisliiga kaardistajate seminar Kanepis

**Eesti-Läti projekti teine kaardistajate seminar toimus 30.–31. oktoobril Põlvamaal Kanepi vallas mugavate tingimustega Kevvai turismitalus. Nagu 4 nädalat varem Lätiski, olid teemadeks nii uute tehnoloogiate kasutamise võimalused kui ka (orienteerumis) kaartidega laiemalt seostuv.**

Kahe päeva jooksul peeti kaheksa sisukat ettekannet. Enim tähelepanu pöörati laserskaneeritud kõrgusandmetele (Lidarile). Eduard Pukkoni rääkis esmalt andmete tellimisest Maa-ametilt ja töötlemise protsessist ning koos Meelis Zimmermanniga andis ülevaate välitöödel tekkinud kogemustest. Samuti võrdles ta Eesti ja Läti võimalusi alusmaterjalide kättesaadavuse osas.

„Lätlastega võrreldes tundub küll, et elame või sees, sest hea kvaliteediga põhikaart on olemas kogu vabariigi kohta ning seda uuendatakse jõudumööda pidevalt,“ rääkis Pukkoni. „LIDARI andmeid kogutakse riigi poolt, järgmisel aastal peaks kogu Eesti ülelennatud saama. Ja andmeid on võimalik saada mõistliku hinna eest. Orienteerumine pole Eestis äri ja siin tuleb paljude tegevuste eest (sh kaartide tegemisele, võistluste korraldamisele) peale maksta.

Seepärast kiitus Maa-ametile, kes on läinud avatuse ja andmete lihtsa kättesaa-

davuse teed. Maa-ameti X-GIS ja WMS-teenused on kõva sõna ka maailmas. Lätil on sinna veel pikk tee.“

Eduard Pukkoni järel võttis sõna lõunanaaber Edmunds Zvaigzne, rääkimaks laserskaneeritud andmete olukorrast Lätis: „Riia linna asutajad polnud rumalad, nad teadsid, kus on head orienteerumismaastikud ning just sinna linna püsti ajasidki.

Rohke o-klientuur võimaldas ka LIDARI eraäri püsti panna. See tähendas aga kallist lennukit, aparatuuri, töötlusvahendeid jne. Ehkki LIDARI andmed on kallid, tasuvad need teatud piirkondades o-kaartide tegemiseks ära. Kaardistajad väga palju andmete tagapõhja ei tea, neile antakse erafirma poolt tervikteenusena LIDARI tagasi-pegelduse intensiivsuse kaart ning interpoleeritud kõrgusjooned. Kuna LIDARI tihedus on ca 1 punkt/m<sup>2</sup>, siis eelistatakse välitööli seda kaarti ortofotole.“

Tarmo Klaar, orienteerujate suurim IT-spetsialist, jäi oma ettekandeski truuks erialale ning rääkis, kuidas uued alusmaterjalid ka kaartide vormistamist muudavad. Nimelt on Maa-ameti alusmaterjalid seotud L-EST koordinaatsüsteemiga, mis võimaldab näiteks nende ühildamist GPSiga kaardistamise või tippvõistluste jaoks online-jälgimissüsteemiga.

Uute tehnoloogiate järel pöörati tähelepanu ka ajatutele küsimustele. Eesti üks kogenumaid kaardistajaid Kalle Kalm tuletas kaardistajatele meelde, et erinevalt mõnest muust kaardiproduktist ei saa orienteerujad kunagi hakkama ilma välitöödel andmete interpreteerimiseta kaardistajate poolt ning mõningase omapoolse mõõtmiseta. Lisaks loengule viis Kalle teise päeva hommikul läbi ka praktilise harjutuse, kus loengus räägitu sai rakenduse.

Geograafiatudeng Marek Karm tutvustas kartograafia üldisi printsiipe ja pööras tähelepanu kaartidel olevatele kirjadele



Linking Estonia and Latvia  
Part-financed by the European Regional Development Fund





ning näidete varal ka meie kaartidel esinevatele vigadele.

„Soovitav on kaardil kasutada võimalikult vähe erinevaid stiile (mida suurema mõõtkavaga kaart, seda vähem fonte tuleb kasutada, variatsioonide saamiseks kasutatakse kirjastiili erinevaid laade, stiile kasutada erinevate nähtusklasside näitamiseks); mida peenemad on jooned võrreldes tähe suurusega, seda raskem on neid lugeda; kaaluda, kumb antud kirja juures on tähtsam – suurus või kirjastiil (nt kaardi pealkirjal),“ rääkis Marek Karm.

Rogainikaartide valmistamisest rääkis selle ala spetsialist Lauri Leppik, kellel on kogemusi nii kohalike kui ka rahvusvaheliste rogainivõistluste kaartide joonistamisest. Eesti stiil, lihtsustatud orienteerumiskaart mõõtkavas 1:30 000–1:50 000 on olnud nii elujõuline, et mõjutab ka meie lähinaabrite, lätlaste ja piirkonna rogainikaarte.

Rohkearvulisele osalejaskonnale – Eestist ligi 30 ning Lätist 11 – pakkus seminar kindlasti palju uut teavet ning tuletas



Kaardistajad välitöödel Kanepis.

meelde ka ununenud tõdesid. Järgmine samalaadne seminar toimub detsembrikuu esimeses pooles Põhja-Eestis.

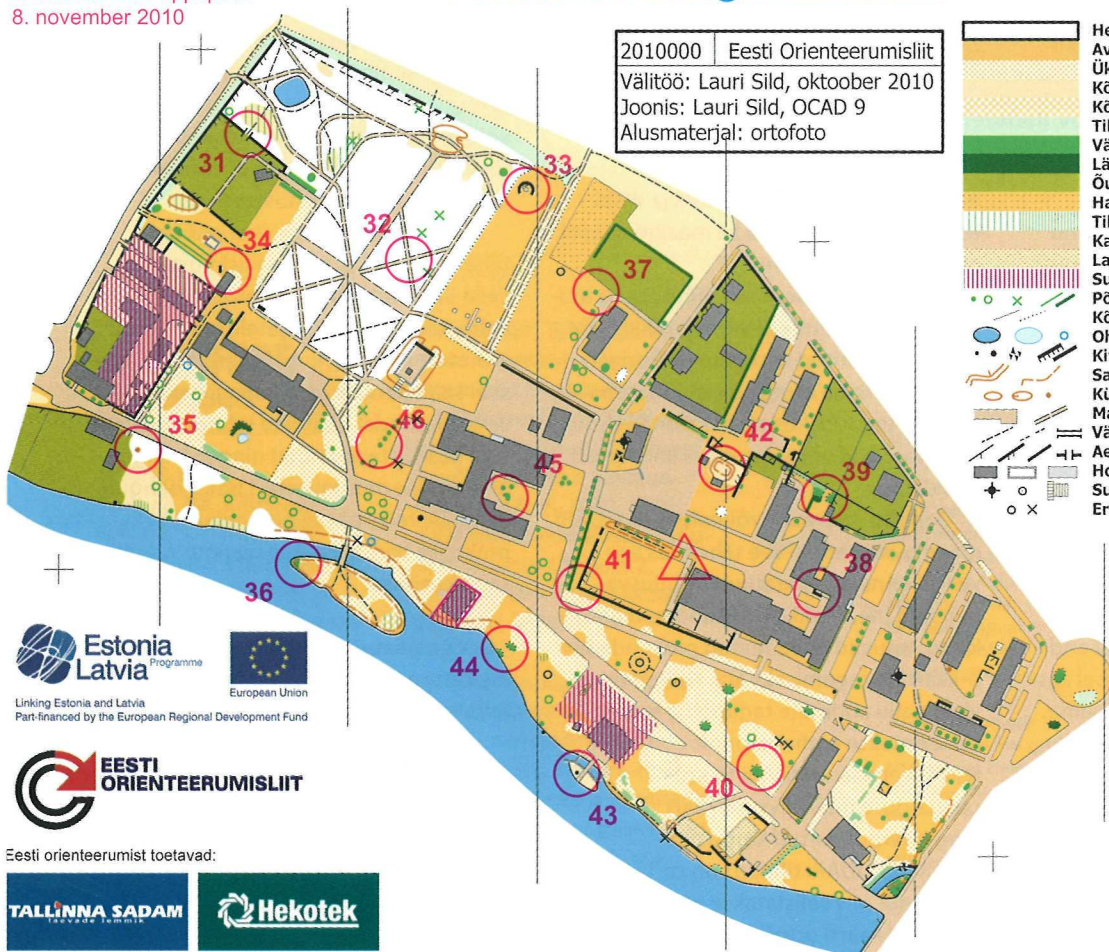
Eduard Pukkoneni blogipostituse (<http://spordilinn.blogspot.com/>) ning

seminari ettekannete ([www.orienteerumine.ee/estlat/seminarid/](http://www.orienteerumine.ee/estlat/seminarid/)) põhjal kokku pannud Markus Puusepp.

Põltsamaa Ühigümnaasiumi orienteerumise õppepäev 8. november 2010

## Põltsamaa Ühigümnaasium

2010000 Eesti Orienteerumislit  
Välitöö: Lauri Sild, oktoober 2010  
Joonis: Lauri Sild, OCAD 9  
Alusmaterjal: ortofoto



**Koolikaart** 1:5000  
**Jõgevamaa** H = 2m

- Hea joostavusega mets
- Avatud ala, hooldatud, niidetud
- Üksikute puudega avatud ala, niit
- Kõrgema taimestikuga avatud ala
- Kõrgema taimestikuga, üksikute puudega ala
- Tihedam mets
- Väga tihe mets, võsa
- Läbimatu taimestik
- Õueala, peenramaa (lääbimine keelatud!!!)
- Haritav maa, künd
- Tihe alustaimestik, risu
- Kattega ala, parkimisplats
- Lage liivane ala
- Suletud ala (lääbimine keelatud!!!)
- Põõsas, puu. Känd. Hekk, lillepeenar
- Kõlvikupiir
- Ohtlik, läbimatu veekogu. Lääbitav veekogu. Kaev
- Kivi. Suur kivi. Kivine ala. Ületamatu kalju
- Samakõrgusjoon. Abikõrgusjoon
- Küngas. Lohk. Tipuke
- Maantee, tänav, plats. Kitsas kõnnitee, jalgrada
- Väike jalgrada. Kaduv rada. Sild
- Aed. Ületamatu aed. Ületamatu müür, sein. Värav
- Hoone. Vars, ületatav müür. Katusealune
- Suur torn, korsten. Mälestusmärk. Trepp
- Eriobjekt (riietuskabiin, mänguväljaku element, jt.)

START JA FINIŠ - spordiväljaku nurk

- 31- aiavärv
- 32- teerade ristumiskoht
- 33- heitering
- 34- hoone põhjapoolne nurk
- 35- pisike küngas
- 36- saare läänetipp
- 37- puu
- 38- trepp
- 39- põõsaste vahel
- 40- põõsaste pargis
- 41- aia välisnurk
- 42- künka peal
- 43- kivi saare peal
- 44- põõsaste vahel
- 45- põõsaste
- 46- puuderea lõunaots



Eesti orienteerumist toetavad:





# KAARDISTUS Lidar-i kaasabil

Uutest tuultest orienteerumiskaartide tegemisel oli juttu eelmises Orienteerujas. Lugesin suure huviga Timo Joensuu lugu "Müüdimurdjad: GPS kaardistus". Nagu selgus, pole seegi tehnoloogia ideaalne.

Olen teinud võistluskõlbulikke kaarte 40 aastat. Enamasti Hiiumaal. Algõpetused sain Tartust ja Arne Kivistiku raamatust. Esimene sellitöö oli 1971.–1972. a. Tähtvere metsa kaardistamine, mis jäi mul vormistamata. OCAD-i programmi ostsingi 1995. aastal, seda kasutasin maamõõtjana ka katastriplaanide vormistamisel.

Välitööd teen reeglina 1:7500, tihedamates reljeefi osades 1:5000. Planshetina kasutan telefonikataloogi A4-formaadis kõva kaant. Aluskaardile liimin ühepoolse lavsaankile, planshetil on need 4-5 kummipaelaga. Paelad hoiavad tehtud joonist käe ja kompassiga laialihõõrumise eest.

Korrigeerimisel kasutan värvilisi täitepliatseid – punane, sinine, roheline, kollane. Must 6H ripub rinnal paela otsas, millel on ka kustutuskumm küljes. Kompass on pika nõõriga kaelas.

Juba mõni aasta olen joonise teinud põhikaardi koordinaatides. See on võimaldanud kasutada välitöödel käsi-GPS seadet, mis annab piisava täpsuse välimõõdistamise tihenduspunktide määramiseks.

Sel kevadel kasutasin Tahkuna maastiku uue, idapoolse osa kaardistamisel Lidar-i alust. Tellisin selle Eduard Pukkonenilt OCAD-formaadis. Kuna senine kaart oli 2meetrise horisontaalide löikevahega, tellisin kõrgusjooned 1meetrise vahega, st pooljoonega. Lisaks sain veel 2,5meetri joone. Selline kõrguseline alus rahuldab mind täiesti. Situatsiooni joonistasin juurde põhikaardilt, katastrikaardilt, aerofoolt, NL topokaardilt ja metsanduskaardilt. Jooni sai üsna palju.

Tahkuna maastik (vt kaart 2010042) koosneb kahest erinevast osast:

merepoolne luitestik kõrgusega kuni 20 meetrit, selle taga soode ja soonikute osa. Välitööd alustasin madalamast osast ja seal ei olnud Lidari joontest suurt kasu. Kõik soonikud ja seljandikud pidin ikkagi välja mõõtma ja läbi käima, leidmaks tipukesi, kaeveid, lagesoid, kaardistamiseks soid ja läbitavust. Välitööde aega alus eriti kokku ei hoidnud.

Teine asi oli minna mägedesse. Iseloomulik olukord – unustasin ühel päeval kompassi koju. Seega ei saanud ma täpselt mõõta suundi ja kaugusi. Siiski läks päev täie ette, sest sain ilma kompassita hakkama. Selgete vormidega alal ei pidanudki mõõtma. Kaeved, läbitavuse jms sain kaardile reljeefi järgi!

## Järeldused

1. Uut maastikku ma enam Lidari alusega ei tee. Vana kaardi uuendamisel pole Lidar-andmetel ja täpselmal plaanialusel mõtet, sest ega täpiskaardistus maastikku paremaks ei tee ega uusi objekte juurde ei anna. Vana kaardi venitamine õigele plaanilisele ja kõrguselisele alusele on aeganõudev, aga tolku on vähe.

2. Lidari-i alus hoiab selge reljeefiga osades kokku pool välitööde ajast.

3. Ükskõik kui hea alus ei asenda välitööd ja kaardistaja erialaseid oskusi.

## Kokkuvõte

Järgmise aluse tellin asjatundjalt sellise:

*Lidar-i joonis Ocad-formaadis;*

*eraldi tingmärkides pool-, täis- ja juhthorisontaalid;*

*põhikaardi situatsioon dxf-s.*

Toivo Saue, vabakutseline  
10. november 2010

## Orienteerumis- pandeemia eelrännak

### Põltsamaal

Sompus ja lumekirmesel mardilauapäeva eelsel ennelõunal saabusid koos allakirjutana „santidena“ Põltsamaa Ühisgümnaasiumi 160 keskastme õpilast orienteerumispisikuga nakatama külalised kaugemalt. Need olid: Euroopa Regionaalse Arengufondi Eesti-Läti programmi toel toimiva Eesti-Läti orienteerumislüga projekti koordinaator Markus Puusepp, õppepäeva läbi viiv Eleri Hirv Võrumaalt ning Läti koondislane Arturs Paulinš Smiltēnest.

Nimetatud projekti raames antakse 15 Eesti ja 15 Läti koolis orienteerumise algõpetust, valmistatakse koolide ümbrusse orienteerumiskaardid ning viiakse

läbi näidistreeningud. Edaspidi valmistatakse mõlema riigi orienteerumise poolest vähemarenenud piirkondadesse (sh Jõgevamaale) uued orienteerumiskaardid ning käivitatakse tuleval aastal Eesti-Läti orienteerumislüga.

Allakirjutanu on koostöös Põltsamaa Ühisgümnaasiumi juhtkonnaga eelnenud kuuel kevadel andnud kolmandatele klassidele orienteerumise algõpetust klassiruumis, kooli õuel ning maastikul Siimusti metsas, kahel viimasel eelmise aastail Põltsamaa linna lääneosas kuni terviseradadeni. Seega olid kõik viiendast kuni kaheksanda klassini osalenud õpilased saanud esialgse teadmiste ja oskuste vundamenti kooli juhtkonna koordineerimisel ning seepärast valis Eesti Orienteerumislüga projektis osalema Jõgevamaalt Põltsamaa Ühisgümnaasiumi.

Pool tundi kestis Eleri Hirve slaidide ning videotega illustreeritud avaloeng. Seejärel tehti verivärskel Lauri Silla joonistatud kooli ja Uus-Põltsamaa mõisapargi lähieestruust kajastaval kaardil 16

kontrollpunkti ja ühetunnise kontrollajaga valikorienteerumise proovivõistlus. Tulemused rõõmustasid korraldajaid – paremad läbisid kõik kontrollpunktid veidi üle veerandtunnise ajaga. Seega kulus osalejail ühe etapi läbimiseks veidi üle minuti, mis on algajate kohta arvestatav sportlik tase. Osalejate suurest hulgast tingitud mõningane ummik stardis ja rapsimine rajal kuulusid vältimatult asja juurde. Orienteerumise võlu jõudis aga mingil määral kohale kõigile. Osa jooksis tõeliste võitlejatena end finišisirgel täitsa tühjaks.

Pärast teejoomist ja auhindade loosi-mist tõdesid korraldajad ja õppealajuhataja Riina Valdmets koos kolleegidega, et kolmandate klasside kevadist orienteerumist last väljaõpet tuleks kindlasti jätkata ning leida tulevikus võimalus orienteerumisingi loomiseks kooli juurde. Suurem eesmärk oleks, et õpilased jõuaksid osalema ka „päris“-maastikel toimuvate ürituste, näiteks Tartu- ja Järvamaa päevakutele ning hooaja lõpus mõnele võistlusele.

Toomas Puss,  
orienteerumistreener Jõgevalt



# Eesti koondis võitis Nida poolsaarel

## TEISE KOHA

**Hannula-Katrin Pandis**

Fotod: Mantas Jusas



TALLINNA SADAM  
laevade temmik

Hekotek

**9-tunnine** bussisõit, **ööbimine** kasarmutes, harjumatu laupäevaõhtu, teine koht, pikk tagasisõit = **Baltic Junior Cup 2010**.

Võistlus toimus 23.–24. oktoobril Leedus, Klaipedas. BJCI osalevad 7 koondist: Eesti, Läti, Leedu, Soome rootslased, Rootsist kaks maakonda ning Poola. Vanuseklassid on noored ja juuniorid ehk MN 16, 18, 20; igas klassis 5 noort orienteerijat igast võistkonnast. Seega kokku 35 osalejat ühes vanuseklassis ja 210 võsajooksikut kokku. Lisaks veel mõned treenerid: Kõik see annab võistluse mõõdu kenasti välja.

Eesti tiimi ühine võistlusreis algas reede hommikul, päev enne esimest võistluspäeva, Tartust. Asusime "Tõelise vedamise" bussile ning ligikaudu 9tunnine loksumine võis alata: kes magas, kes luges raamatut, kes õppis, kes sõi, kes istus niisama. Tegevust jätkus kõigile. Põhja-Läti võttis meid vastu lörtsilumega, nii et Valmieras oleksime saanud teha märga lumesõda. Lõuna-Läti pakkus õnneks lõunale omast soojust ja päikest, kadus lumi ja

tekkis kevadetunne. Põhja-Leedu kostitas meid taas pilvede ja kargema ilmaga, kuid teadmine, et Klaipeda asub pigem lõuna pool, jättis lootuse soojusele. Kohale jõudes tõesime, et ilm oli pigem tuuline ja külmavõitu.

Leedukad pakkusid ööbimiseks kohalikku sõjaväekasarmut. Liigse luksusega, kuid kõik vajalik oli olemas. Hommikuti ja õhtuti saime süüa majutuspaigas, lõunati pakuti sooja sööki võistlusplatsil. Sööke pikalt ei iseloomusta, ainult seda, et maitse üle ei vaieldud ning suurimad pirtsutajad said parima võimaluse end näidata.

Esimesed o-sammud seoses selle võistlusega said Leedumaal tehtud reedel näidisrajal. Maastik asus sõjaväebaasi taga, nii et lühikese ajaga jõudseme maastikule kompassi, kaardi ja valikurajaga mõõtu võtma. Maastik oli sarnane sellele, mis meid võistluselgi ees ootas.

Järgmised ja juba tähtsad sammud tehti laupäeva lõuna paiku Nida poolsaarel, kui kavas oli tavarada. Rajad olid küllaltki pikad,





Pirmoji (Senoji) perkėla

SMILTYNĖ

# Tavarada

**N18** Evely Kaasik —  
 Kaisa Raudkepp —

**1: 10 000**  
 h - 2,5 m

Antroji (Naujoji) perkėla

Hagerio kalnas

Laivu kapinės

Ledų ragas

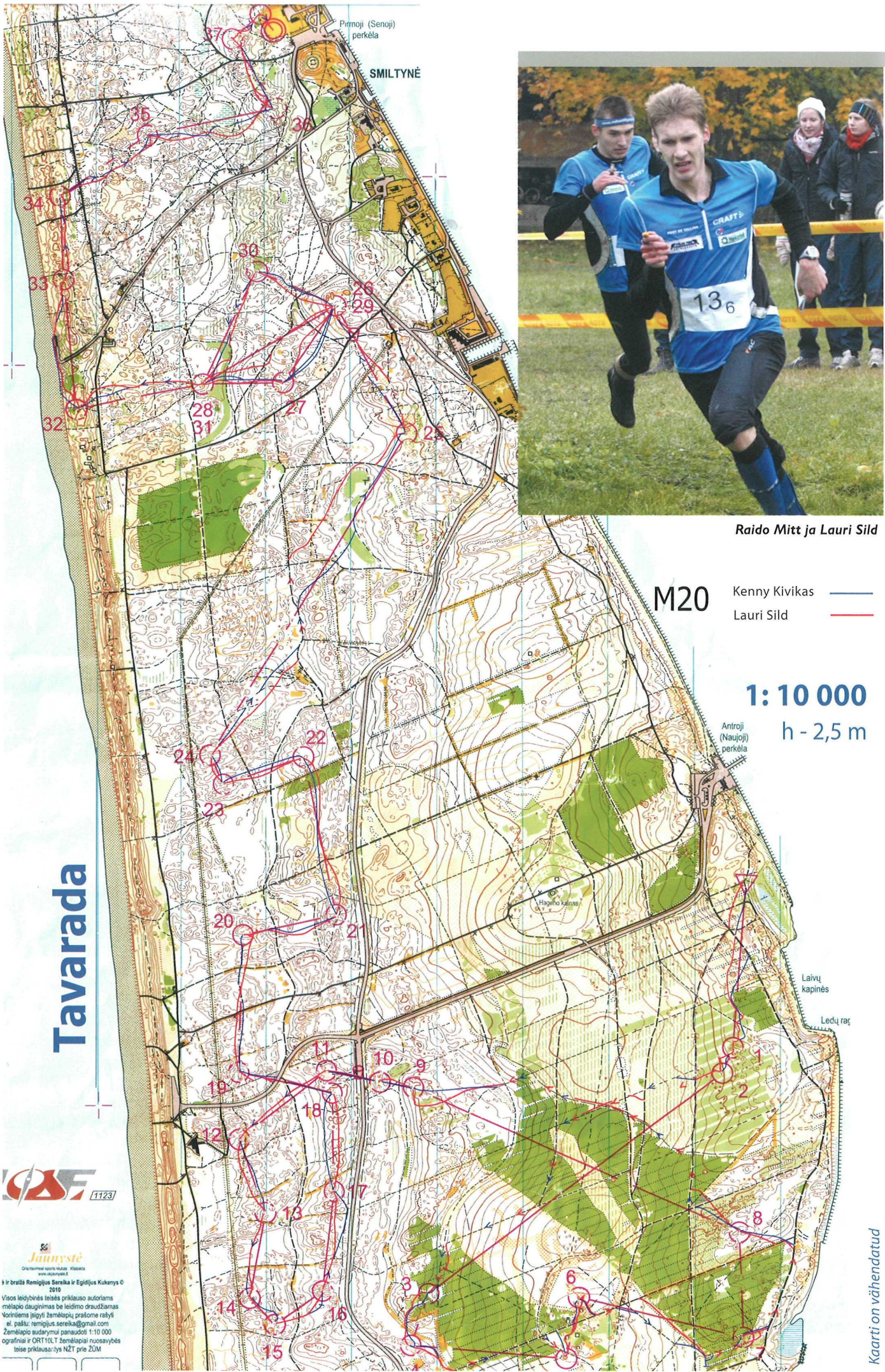


**Jauhystė**  
 Orientierimo sporto klubs Kaipėsa  
 www.jauhyste.lt  
 Remigijus Sereika ir Egidijus Kikenys ©  
 2010

Kaarti on vähendatud







# Tavarada



**Jaanyst**  
 OÜ  
 Oritsimeelise sporti haldus - haldus  
 www.jaanyst.ee

Siirte ja bratide Remigijus Sereika ja Egidijus Kukensys © 2019  
 Vissos leidybines teises priklausos autoriams melapios dauginimas be leidimo draudziamas Noriniems isityti zemelapiu prasome rasalyi el. pastu: remigijus.sereika@gmail.com  
 Zemelapios sudarymus nansaudosi 1:10 000  
 ografiniai ir ORT10LT zemelapijai nuosavybes  
 toise priklausos: tisy NŽT prie ŽUM

Primoji (Senoji) perkela  
**SMILTYNĖ**



Raido Mitt ja Lauri Sild

**M20** Kenny Kivikas —  
 Lauri Sild —

**1: 10 000**  
 h - 2,5 m

Antroji (Naujoji) perkela

Laivu kapines  
 Ledu rag

Kaarti on vāhendatud



## JUUNIOLEID

kuid võitjaajad olid võrdväärseid EMV tavaraja aegadega. Ilm oli pigem külm ja kergelt vihmanegi, nii et soe pesu jooksusärgi all oli seljas enamikul.

Võistluskorraldus oli allapoole keskmist. Stardis pakkus tuule ja vihma eest varju üsna väike ruum, kus pidi seisma külge külje kõrval, et kuidagi ära mahtuda. Parem polnud ka vetsudega: tei-saldatavad kabiinid asusid väljas tuule käes, kabiine oli kaks ning seda oli võistlejate arvu jaoks ilmselgelt vähe. Järgmised viperused ootasid stardis, kus mind algselt õigel ajal stardialasse lasta ei tahetud. Vaatasin neid imestunud näoga ja küsisin, mis stardiaeg hetkel sees on, kuni nad oma viga taipasid ja mind kellegi vastu ära vahetasid. Oh, jah! Õnneks sain õigel ajal metsa, loodan, et nii ka teised. Rada ise oli männikutele kohane: jookse, vaata kaarti, jookse täpselt, jookse, ja nii kuni lõpuni. Eestlastel läks tavarada kenasti, koju tööme kaks kulda ja kolm pronksi, tiimide arvestuses olime pärast tavarada Läti järel teisel kohal.

BJCI on traditsiooniline laupäevaõhtu, kus alguses toimub tavaraja võitjate autasustamine ning sellele järgneb seltskonnaüritus. Selleks on iga koondis "kohustatud" välja mõtlema ühe mängu, etenduse vms. Aastad näitavad, et parimad mängud on need, mis haaravad kaasa kogu seltskonna ja igal aastal on neid olnud ikka üks kuni mitu.

Pühapäeva hommikul oli segateade. Esimesena sai metsa MN 18 klassi võistleja, siis MN 16, N 20 ja M 20. Esimesest vahetusest tulev 18klassi tüdruk/poiss andis teate üle vastavalt 16klassi poisile/tüdrukule. Kui mõlemad kõige nooremad võistlejad olid metsast kenasti väljas, sai oma sooritusele minna juunioride tüdruk ning tema andis vahetuse üle juba ankrumehel, juunioride poisile. Eestlaste I tiim skooris pronksmedalitega!

Jällegi esines korralduslikke probleeme, sest ametlikud tulemused ja meie I võistkonna kolmas koht selgusid alles paari päeva(!) pärast. Ülejäänud Eesti võistkonnad olid ka head, mida ilmestab fakt, et 35st tiimist oli esikümnes lausa neli meie võistkonda!

Pärast teadet selgus ka tiimide üldarvestus. Jäime alla vaid lõunanaabritele, kusjuures kaotus ei olnud üldse suur. Auhinnaks saime vahvliipüramiidi ja karika. Vahvel maitses väga hästi, nii et kauaks seda ei jätkunud. Tundus siiski, et kõik said auhinnast osa. Esimesed ja viimased tiimipildid sel võistlusel tehtud, liikusime sadamasse praami ootele, et jõuda oma sooja bussi, põgeneda vihma ja tuule eest ning alustada kojusõitu.

Kojusõit algas peatusega poes, kuna lõunasöögi ootamise

asemel otsustati koduteele asuda. Tagasiteel jäi Grete oodatud räpp kuulmata, kuna me ei olnud piisavalt tugevad. (Selgitus: Teel Klaipeedasse lubas Grete terve tagasitee räppida, kui me võidame tiimide arvestuses esikoha. Saavutasime kõigest teise koha, seega jäi kontsert ära!) Siiski leidis igaüks endale meelepärast ajaviidet, et ees oodanud kilomeetrid kenasti ära sisustada. Tartusse naasesime kesköö paiku.

### Meenutuseks, kokkuvõtteks

Nida poolsaar on väga ilus koht. Domineeris männik, seega üldpilt oli kena ja jooksukiirusel oli võistluses oluline osa. Kaardil leidis ka tumerohelisi laiike, kuhu minna ei soovitatud. Jah, läbitavus neis ei olnud eriti hea. Teedevõrk oli rikkalik, seega igal rajal omajagu teejooksu. Reljeefivorme oli mitmesuguseid: esines nii detailiderikkamaid laugemaid kui ka vähemdetailset ning suuremate vormidega piirkondi. Kõik oskused pandi rajal igatahes proovile ja minul tekkis küll soov sinna veel tagasi minna!

Paar sõna ka meie tiimist. Koondis oli vähem või rohkem heatujuuline ning pidevalt sai kuulda bussis kellegi naerupahvakaid. Võistlusi võeti tõsiselt, mütsiga lööma ei mindud. Hea meel oli näha finišisirge ääres omasid kaasa elamas ja täiest kõrist karjumas. Tavarajal suurenes kaasaalajate arv järjest, pärast lõpetamist tuldi ikka finišiliini äärde omasid ja ka konkurente ootama. Teatejooksul läks asi eriti „hulluks“: kui eestlast oli näha kas vaatepunktis või finiši poole kiirendamas, oli võistluskeskus täis kisa, kiljumist, karjumist, kaasaalamist (eks teised tiimid elasid ka omadele kaasa, kuid meie hääl käis teistest ikka üle). See tunne oli imeline! Ühteheidev tiim on parim, mida selliselt võistluselt oodata.

Treener/esindajatena kaasas olnud Grete ja Vallo tegid oma tööd hästi. Nad olid positiivsed, toetavad ning see kandus edasi kogu võistkonnale. Mina ei mäletagi, millal käisin võistlusel nii, et kaasas oli ka naistreener. Igatahes on see hea variant ja kui vähegi võimalik, võiks nii ikka iga kord olla.

Hooaja viimane võistlusreis oli igatahes mõnus. Head maastikud, head tulemused, hea seltskond – kordaläinud nädalavahehetus. Aitäh kaaslastele, kes reisi meeldivaks tegid ning jätkuvat trenniindu kõigile!



Tauno Tiiratsi kord rajale minna



Kenny Kivikas



## Koondise peatreeneri KOMMENTAAR Baltic Junior Cupile



Tõnis Laugesaar



Jonatan Karjus



Sigrid Ruul



Tänavusel Baltic Junior Cupil saavutas Eesti koondis üldarvestuses senisest kõrgeima – teise koha. Tulemusega võib rahule jääda, kripeldama jääb asjaolu, et esimesest kohast jäi ülivähe puudu.

Napi kaotuse põhjuseks lätlastele oli MN16 ja M18 klasside oodatust oluliselt nõrgem esinemine. Kui kõige nooremates klassides (MN16) võis selle tingida ka vähene kogemus, siis M18 klassi poiste kehv sooritus oli üllatav. Kiita saab MN20 ja N18 klasse! Eriti suurepärase etteaste tegid N18 klassi tüdrukud: 1., 3. ja 5. koht on väga head tulemused. Tänu nende klasside võimsale üleolekule konkurentidest üldse teine koht saadigi. Samas, kui pool võistkonda oli tasemel, on ülejäänud poolel veel arenguruumi, et järgmisel aastal särada ja tuua koju ihaldatud võit!

Eesti koondisel oli sel korral kaasas 2 võistkonna esindajat: lisaks peatreenerile ka koondise motivaator Grete Gutmann. Enamiku ajast tegutsesime koos, mina olin abiks stardis, Grete võttis võistlejaid vastu finišis. Teatepäeval oli Grete ülesanne juhendada Eesti 4. ja 5. võistkonda. Seda tegi ta edukalt – neljas võistkond oli Eesti tiimidest sel päeval paremuselt teine. Koostöö laabus suurepäraselt ja Grete tõi koondisele juurde rohkelt positiivsust. Samuti jagas ta oma Rootsist saadud kogemuste põhjal häid nõuandeid, kuidas võistluseks valmistuda. Grete võiks edaspidi noortekoondist aidata.

Võistluse korraldusega jään rahule. Võistlus ise, majutus ja transport olid tasemel, kuid jällegi tekitasid palju küsimusi leedukate toitlustuse põhimõtted. Eestlastel on aastate jooksul tekkinud teatav ettevaatlikus ja eelarvamus leedu toitlustussüsteemi vastu, mistõttu söögi maitsetus kedagi ootamatult ei rabanud. Skandinaavlased oleks ilmselt küll nälga jäänud, kui neil rahakotte poleks kaasas olnud. Läheduses asuv supermarket päästis paljud hädast välja.

Võistlusmaastik (Nida poolsaare põhjatipp) oli väga huvitav ja ilus – ülimalt sobilik oktoobrikuiseks hooajalõpu võistluseks. Maastik oli kiire ja nõudis suurt füüsilist võimekust. Kui esmapilgul võis kaart tunduda tehniliselt lihtne, ei suutnud tegelikkuses eestlastest keegi täiesti puhtalt rada läbida. Arvan, et maastik sobis meile hästi – sarnasel maastikul on ju võidetud ka ajalooline juunioride MMi teatekuld Druskininkais 2006. aastal. Radade planeerimisel oli maastikust ja kaardist võetud kõik, mida võtta andis. Oli nii pikki jooksuetappe kui ka tempomuutusi ja lühikesi täppisorienteerumist nõudvaid etappe.

Eraldi soovin kiita koondise positiivset sisekliimat. Selliste toredate ja viisakate noortega on rõõm koos võistlustel käia. Samuti tahan esile tuua Marianne Haugi, kes alles N14 klassi sportlasena suutis joosta mõlemal päeval väga hästi. Kiidan ka Janek Piirisilda (samuti 14-klassi võistleja), kes oli väga tubli teatejooksus. Kui noored suhtuvad jätkuvalt tõsiselt treeningutesse, tulevad ka head tulemused. Tuleb lihtsalt kõvasti vaeva näha. Lõpetuseks kiidan Taisto bussi ja bussijuhti, minul on nendega kaks kogemust ja mõlemad on lihtsalt suurepärased!

Vallo Vaheri kommentaarid üles tähendanud Eva-Maria Truusalu





1. Milliste eesmärkidega sõitsid Leetu võistlema?
2. Kuidas kohanesid maastiku ja rajaga?
3. Kuidas hindad oma sooritust üldiselt ja kas jäid oma tulemusega rahule?



**Hannula-Katrin Pandis** N20 (3. koht, aeg 59.28, kaotus võitjale 2.36):

1. Sportlikud eesmärgid jäid vajaka. Tahtsin puhast sooritust, head pingutust ning rahulolu.
2. Maastiku ja rajaga kohanesin hästi. Tunne oli hea, nautisin männimetsa ja mõnusat pingutust. Ei lasknud millelegi ega kellelegi end segada.
3. Tavaraja sooritus oli väga hea. Suutsin vältida suuri vigu ja ka väikseid eksimusi oli vähe. Tundus, et jooksukiiruses ei jäänud ma sel päeval teistele palju alla. Teates tegin väga kesise esitluse. Jalg oli tõnsum ja mõte veel aeglasem. Halb päev.

**Sigrid Ruul** N20 (4. koht, aeg 1:01.21, kaotus võitjale 4.29):

1. Anda ennast tol hetkel parim, kuna ei teadnud, millises seisus olen ja kas jooksu lõpuni vastu pean.
2. Maastik ja rada olid selgesti loetavad. Rada oli lihtne ja nõudis palju kiirust. Jooksu ajal nägin vaid ühte konkurenti, seega nautisin metsas üksi orienteerumist.
3. Tulemusega jään rahule, kuid potentsiaali oli ka veidi paremaks soorituseks.

**Kaisa Raudkepp** N18 (1. koht, aeg 47.31):

1. Eelmiseid trenne arvestades ja tänu maastiku analüüsile ootasid kohta esikolmikus.
2. Tänu sellele, et sama maastiku kaardid

oli juba mitu korda üle analüüsitud, ei olnud mingeid ootamatuid olukordi. Vahepeal oli liiga palju objekte, aga neid ei pidanud tavaliselt välja lugema, ainult punkti koht oli tähtis.

3. Tuli väikeseid, 10-15s vigu natuke palju. Põhjused ilmselt selles, et ei jõudnud kiire tempo pealt kaarti lugeda. Üldiselt jäin rahule, kuid kindlasti oleks võinud paremini minna.

**Evely Kaasiku** N18 (3. koht, aeg 49.44, kaotus 2.13):

1. Eesmärk midagi suuremat saavutada puudus. Sihiks oli pigem lihsalt hea jooksu tegemine, millega saan rahule jääda.
2. Maastiku ja rajaga kohanesin üllatavalt hästi. Oli ulmekiire rada ja seetõttu võibolla isegi sobis mulle. Alguses, enne võistlusi kaarti vaadates tundus, et võistlus tuleb raske ja natukene isegi hirmuäratav. Tegelikult oli üllatavalt lihtne ja ma ei lugenudki reljeefi üksikasjalikult välja. Kontakt kaardiga oli üllatavalt hea tavarajal, teates natuke kehvem.
3. Tavaraja tulemusega olen väga rahul. Ei saa öelda, et perfektne jooks, aga üsna hea. Vähe-malt koht on super! Mõni teine oleks tavaraja kolmikusse jõudmise eesmärgiks pannud, aga ma läksin põhimõtteliselt treeningule ja selline tulemus – mida veel tahta!?

**Kenny Kivikas** M20 (1. koht, aeg 1:07.45):

1. Eesmärgiks oli joosta rajameistri ennustatud aja sisse, kahjuks see ei õnnestunud.
2. Alguses ehmatas ära, esimese kahe punktiga tekkis tunne, et ei oska üldse kaarti lugeda. See võis mõneti olla tingitud sisemisest närvingest. Kartsin, et ei suuda piisavalt kiiresti rada läbida. Ebakindlus kajastub ka minu etapiaegades. Üldse oli raja esimene pool mul kehv, ei leidnud õiget kiirust ja kontakti kaardiga.



3. Sooritust hindan: väga hea, Bga. Tulemusega jään rahule, kuid oleksin võinud raja puhtalt läbida ning kiiremini joosta raja alguses. Eriti häirib fakt, et jooksin liblika vales järjekorras, kuid märkasin viga ja korrigeerisin kohe.

**Tõnis Laugesaar** M16 (8. koht, aeg 49.57, kaotus 4.31):

1. Endal oli eesmärk joosta viee hulka. Jäi täitmata. Teates oli eesmärk esindusvõistkonda pääseda ja seal korralik sooritus teha. Sellega sain enam-vähem hakkama.
2. Maastikuga kohanesin kiirelt ja kaardiga sain ka hea kontakti. Kõike kaardile kantut ei tasanud jälgida, maastik oli lihsalt nii kiire, et põhiline orienteerumine oli ainult suuna järgi.
3. Eesmärk jäi täitmata. Maksimum sel päeval oleks olnud võitlus 3. koha nimel. Üks kaheminutiline viga sai saatuslikuks oma lolluse tõttu. Aga üldjoones võib rahule jääda, võtsin ennast kokku ja läbisin ülejäanud raja vigadeta.

**Lauri Sild** M20 (3. koht, aeg 1:10.06, kaotus 2.21):

Minul on Baltic Junior Cup'iga olnud igal aastal erinev lugu: 2007. aastal ei osanud veel seda võistlust oma hooaja eesmärkidesse seada, 2008. aastal oli see kontrollstardiks enne Euroopa noorte MVD ja 2009. aastal olid mul rajameistri kohustused.

Sel aastal võisin nimetatud võistlust vaid oma 20 klassi viimase stardi tõttu tähtsaks pidada. Nimelt jäi see võistlus välja minu võistlushooajast ja isegi üsna pikast puhkeperioodist. Need jooksud said minu esimesteks treeninguteks 2011. a. hooajaks. Võistlus oligi minu ettevalmistushooajale meeleolukas lähe ning andis ülevaate hetkeolukorrast. Minu enda eesmärk sellel võistlusel oli teha, mida oskan ja "anda





jalgadele valu" nii palju, kui nad seda pärast puhkust lubasid.

Kuigi füüsiline ettevalmistus võistluseks puudus, tegin võimalikult palju kodutööd vanade kaartidega. Üritasin maastikutüübiks end vastavalt häälestada, kus põhilised võrdlusmomentid olid 2007. aasta BJC, 2009. aasta EMV lühirada ja ammu joostud „Kapa“ Ventspilsis. Rajast ja maastikust teadsin seda, et rada tuleb väga kiire ja distants on pikk. Enne starti olin rahulik ning ärevust ei tundnud, kõrvalistel faktoritel ei lasknud end segada.

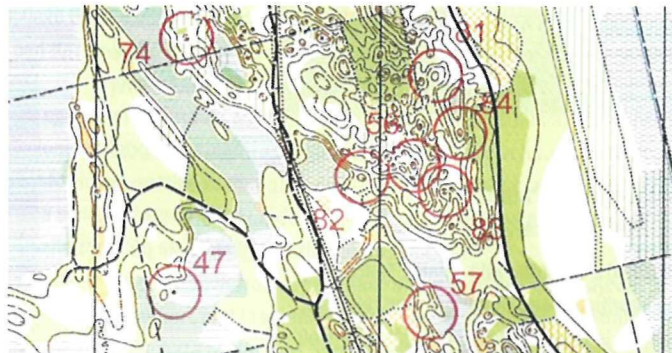
Sain kohe stardist o-rütmi kätte, ainukeseks piiranguks olid tuimad jalad. Taktikaliselt

tegin endale asja lihtsaks: kindlas olukorras pingutada võimete piires ja lühemad etapid võtta rahulikult ja kindlalt. Just nendel etappidel võib võita kõigest sekundi, aga kaotada terve minuti. Tegelikult ei saavutanud ma terve raja vältel väga head kontakti kaardiga. Pole midagi imestada, kui praktiline ettevalmistus puudus. Mõlemal võistluspäeval polnud kordagi tunnet, et oleksin väsinud, aga peale vastupidavuse polnudki mul muud pakkuda. Maastik soosis kiiremaid.

Tehniliselt poolelt annab soorituse kallal kõvasti norida, kuigi annan endale aru, et kui pole füüsiliselt head minekut, pole head minekut

ka tehniliselt. Ideaalset sooritust oleks praegu pisut palju tahta. Et võistlus oli füüsiliselt raske, ei tulnud üllatusena. Pigem olin üllatunud, et tavarajal medali sain – kiireid poisse oli stardijoonel küll! Võib öelda, et sain selle, mida otsima läksin ja tean, et siit saab vaid edasi minna.

Tulevikus, kui taoline võistlus on tähtsal kohal, teeksin meki suhu saamiseks juba varem sarnasel maastikul mõne treeningu. Viimasel õhtul näidisrajal saadud infot ei pruugi kõike ühe ööga ära seedida.



## Killukesi 2010. aasta pika raja Eesti MV korraldamisest

*Eelmiseks aastaks Voose kaardil plaanitud võistlus sai tänavu teoks. Seda eelkõige tänu ootamatult leitud abilisele Markus Puusepale, kes valmistas osa kaardist ja tegi rajameistristö. Tänu talle veel tagantjärele! Muidugi ei saa tänamata jätta ka kaardi põhiautorit Andres Kääri, kelle suur töö digitaliseeritud kaardi valmimisel andis osalejatele võimaluse keerulise maastikuga rinda pista.*

**Rein Unt, OKTON**

Rajameistrile oli kindlasti päris raske sellel maastikul pikka rada planeerida. Hea maastikuosa on väga kitsas ja lisaks kulgevad piki seda head kõrgendikku kahel pool teed ja mõlemal pool kõrval soised

alad, kuhu sügisel võistlejaid eriti saata ei tahaks. Tundus, et Markus sai selle tööga hästi hakkama, sest nurinaid polnud kuulda.

Järgnev osa tundub kohati ehk ülearune, aga tahan siiski valgustada võistlejaid. Hea on teada neil, kes pole võistluste korraldamisega kokku puutunud, raskustest, mis korraldajatel tihti ees ja mõjutavad võistluste läbiviimist.

Korralduslikult poolelt vaadates oli see töö meie klubile päris raske ülesanne. Esiteks polnud me aastaid nii tähtsat võistlust korraldanud. Seetõttu tuli leida aega igasuguste reeglite ja võistlusmääruste uurimiseks. Teiseks oli meil nn meeskonna pink väga lühike. Kolmandaks lõppes terve suvi kestnud meie korraldatud neljapäevakute hooaeg alles kaks päeva varem ja seetõttu oli ajalimit eelnevalt üsna piiratud. Neljandaks tuli veel kaks nädalat enne üritust hakata uut võistluskeskuse kohta otsima ja



kooskõlastama. Viiendaks sattus peakorraldajal samale ajale ka isiklikus elus väga kiire periood. Kuuendaks sai maastik lõplikult kaardistatud alles nädal enne võistlust ja seitsmendaks selgus äkki, et hoolitseda tuli rajameistri transpordi eest KPde maastikule paneku ajal.

Kõik need tegurid mõjutasid kindlasti võistluse korraldust ja nii jäid mõningad esmapilgul väheolulised asjad tegemata. Mingil määral mõjutasid need mõne osaleja võistlustulemust. Nimelt ei kontrollinud me korraldajad üle trükikojast tulnud kaarte ja katsetamata jäi ka antud veekindel kaardimaterjal mehhaanilisele mõjutusele. Nii selgus pärast võistlust, et mõnel võistlejal oli juba alguses olnud kaardil ülearuseid valgeid laike ja kriipse, kohati isegi kontrollpunktide piirkondades, mis muidugi segasid KP leidmist. Õnneks oli neid häirivaid tegureid siiski nii vähe, et selle pärast keegi raja läbimist pooleli ei jätnud.

Mis kaarti puutub, siis mulle tundus põhiklasside 1:15000 variant liiga kribuline. Aga mehed-naised tulid metsast välja. Ju siis oli neil niipalju parem nägemine. Sellest tagasisidet pole saanud, kas antud maastiku kaart oleks pidanud olema ka nendele 1:10000 mõõtkavas.

Häirivaid tegureid oli ka rajameistril, kes eelmisel öhtupoolikul pidi punkte metsa panema huntide ulgumise saatel, mis tekitas muidugi teatavat kõhedust.

Võistlus algas koos kõva vihmasajuga, mis aga õnneks lõppes varsti pärast starte ja saju vaheaeg kestis viimase mehe metsast väljasaamiseni. Mees kasutas kontrollaja (5 tundi) peaaegu täielikult ära ega kurtnud, et liiga raske oleks olnud. Tal jäi jõudu üle veel jalgrattaga minema sõitmisekski.

Medalite jagamisel oli väga meeldiv üllatus, et ainult üks medal jäi kaela riputamata. Ei mäletagi sellist võistlust, kus kõik medalivõitjad on võistluste lõpuni kohal.

Viimastele lõpetajatele medaleid ei jätkunud, aga selle eest ootas neid korraldajalt üllatusena tasuta supp. Seda võimalust ei jätnud nad kasutamata.

Täna kõiki, kes seda võistlust korraldada aitasid ja eriline tänu Raivo Rõõmule, kes lahkelt oma abi pakudes aitas meid väga palju.

## TULEMUSED

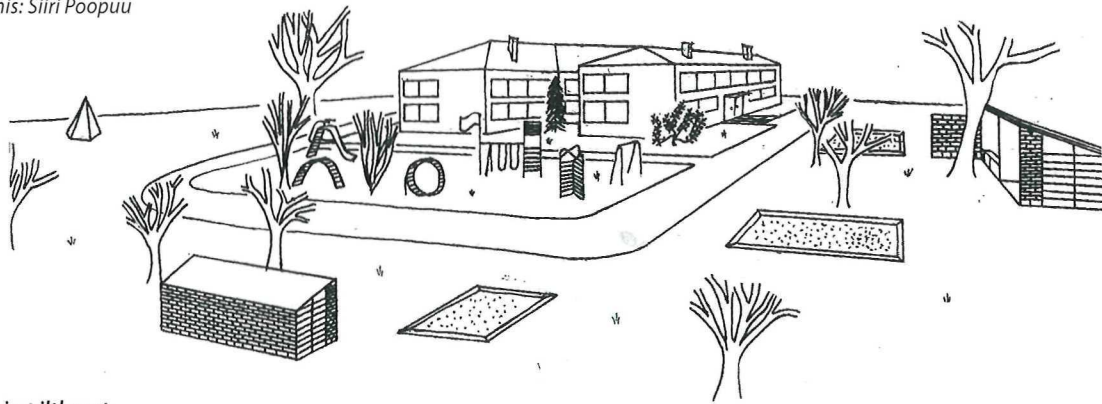
## EMV pikk rada 11.09.2010 Voose

M16	10620 m; 19 KP	M75	7370 m; 17 KP
1.Tõnis Laugesaar	Rakv 1:24.58	1.Heino Heinloo	Tammed 2:03.45
2.Kristjan-Martin Kirjanen	TAOK 1:37.02	2.Edgar Tammik	Orion 2:12.11
3.Oliver Jõgeva	Kobras/PSK 1:41.34	3.Feliks Kipper	Orion 2:21.22
M18	14660 m; 24 KP	N16	7370 m; 17 KP
1.Sergei Rjaboškin	SRD 1:49.36	1.Lumileid Hälvin	Kobras/PSK 1:23.12
2.Aleksandr Shved	SRD 1:53.07	2.Kristel Sibul	Kobras/PSK 1:23.13
3.Kristjan Linnus	Peko 1:54.42	3.Karoliina Sikkal	Kobras 1:23.16
M20	17140 m; 30 KP	N18	10620 m; 19 KP
1.Lauri Sild	Võru 1:51.21	1.Evely Kaasiku	JOKA 1:36.02
2.Kenny Kivikas	Ilves 2:05.59	2.Kaisa Raudkepp	Peko 1:39.22
3.Jonatan Karjus	Võru 2:16.40	3.Kerstin Uiboupin	Võru 1:43.15
M21A	14660 m; 24 KP	N20	10620 m; 19 KP
1.Kaarel Kallas	Lehola 1:59.16	1.Adele Puusalu	Kobras 1:43.48
2.Ott Rakkaselt	HOK 2:04.50	2.Katrin Vinkel	West 1:44.42
3.Mikk Tali	KEKRSK 2:05.56	3.Hannula-Katrin Pandis	Ilves 1:46.02
M21E	23270 m; 44 KP	N21A	9530 m; 19 KP
1.Timo Sild	Võru 2:43.35	1.Merike Haugas	West 1:54.25
2.Timmo Tammemäe	Orvand 2:46.40	2.Anneli Ambel	Mercury 1:55.25
3.Kristo Heinmann	Ilves 2:52.21	3.Ingrid Vehlmann	Mercury 2:09.28
M35	17140 m; 30 KP	N21E	14950 m; 30 KP
1.Margus Klementsov	Mercury 2:17.31	1.Kirti Rebane	Tammed 2:10.47
2.Margus Marrandi	JOKA 2:21.04	2.Grete Gutmann	Rae 2:14.43
3.Dmitri Shved	SRD 2:21.09	3.Merike Vanjuk	Kape 2:16.27
M40	14660 m; 24 KP	N35	10620 m; 19 KP
1.Guntis Arnicans	Kape 1:54.18	1.Jana Kink	Kape 1:44.43
2.Tenno Alamaa	Orvand 1:54.24	2.Triin Vask	Ilves 1:46.58
3.Ville Vinkel	West 1:56.48	3.Heidi Sild	West 1:54.49
M45	14090 m; 23 KP	N40	9530 m; 19 KP
1.Tõnu Ilves	Kape 1:59.38	1.Maris Roosipuu	Orion 1:45.11
2.Einar Luup	- 2:04.20	2.Merike Paapson	TON 1:45.14
3.Aleksander Pritsik	Rakv 2:04.51	3.Erika Joonas	Võru 1:46.10
M50	14090 m; 23 KP	N45	7920 m; 16 KP
1.Maido Kaljur	KEKRSK 1:54.52	1.Marje Viirmann	KEKRSK 1:22.09
2.Andres Talver	Mercury 1:58.27	2.Airi Alnek	Võru 1:23.33
3.Toivo Toomas	Peko 1:59.12	3.Aari Talver	Mercury 1:23.42
M55	10620 m; 19 KP	N50	7920 m; 16 KP
1.Paul Aug	Orvand 1:39.19	1.Marje Tobreluts	Kobras 1:29.58
2.Jüri Rokko	- 1:40.11	2.Reet Johanson	Kobras 1:30.08
3.Udo Lüüs	Ilves 1:40.21	3.Siiri Poopuu	JOKA 1:31.20
M60	9530 m; 19 KP	N55	7370 m; 17 KP
1.Tiit Tatter	TON 1:33.05	1.Ene Sulg	Orvand 1:34.56
2.Arvo Kivikas	Ilves 1:39.52	2.Maire Limberg	Rakv 1:34.59
3.Rafael Gordon	West 1:51.30	3.Eha Tolm	Orvand 1:36.16
M65	9530 m; 19 KP	N60	6220 m; 14 KP
1.Matti Poom	TON 2:06.55	1.Anne Jundas	Jõhvikas 1:35.29
2.Nikolai Kuha	Kape 2:07.15	2.Virve Orav	Tammed 1:37.25
3.Ants Tamm	- 2:07.33	3.Anu Saue	HOK 1:38.24
M70	7920 m; 16 KP	N65	6220 m; 14 KP
1.Mihhail Taivere	Kape 1:36.24	1.Kiira Tarassova	TON 1:30.07
2.Rein Küttime	Orion 1:42.00	2.Maire Raid	Tammed 1:30.46
3.Ilmar Kask	Ilves 1:54.25	3.Ilse Uus	TON 1:35.06





Joonis: Siiri Poopuu



Lasteaja piltkaart

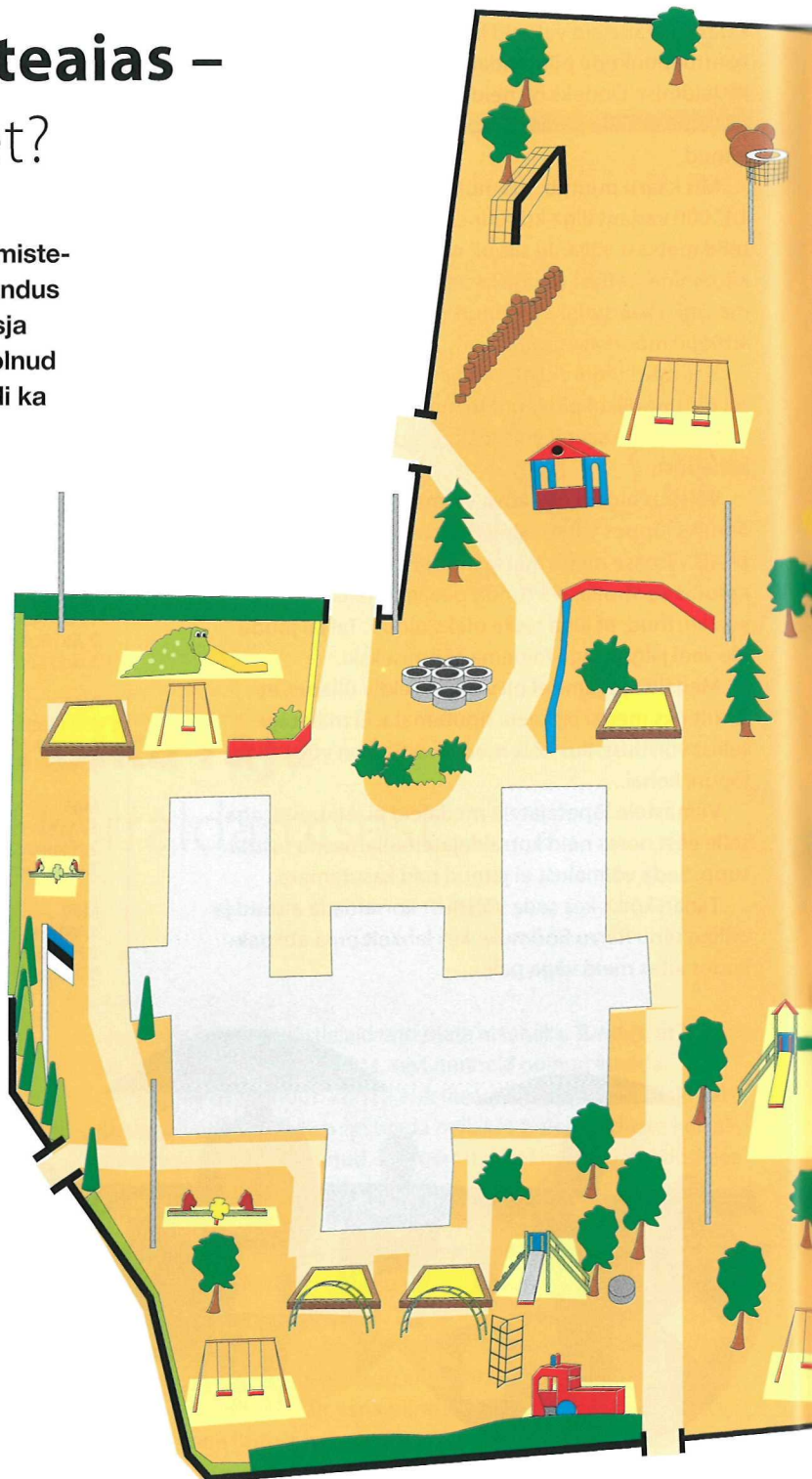
## Orienteerumine lasteaias – on's sellel jumet?

Olen saanud tänavu kaks tellimust orienteerumistegevuse korraldamiseks lasteaias. Kuna see tundus põneva väljakutsena, võtsin mõlemal korral asja töösse. Saadud kogemused ja tagasiside on olnud igati positiivsed, seepärast jagan neid meeleldi ka ajakirja lugejatega.

**Sixten Sild, OKVõru**  
Fotod: Epp Voitka

**Esimeseks** katseks oli mulle Kambja lasteaed Tartumaal lastekaitsepäeval, 1. juunil. Lasteaias orienteerumisega tegelemise väärtuslikke kogemusi jagas mulle seda oma töö juures varem teinud Siiri Poopuu. Siiri saatis mulle ka mõned näidised tema kasutatud pilt-kaartidest (vt. näidist ▲).

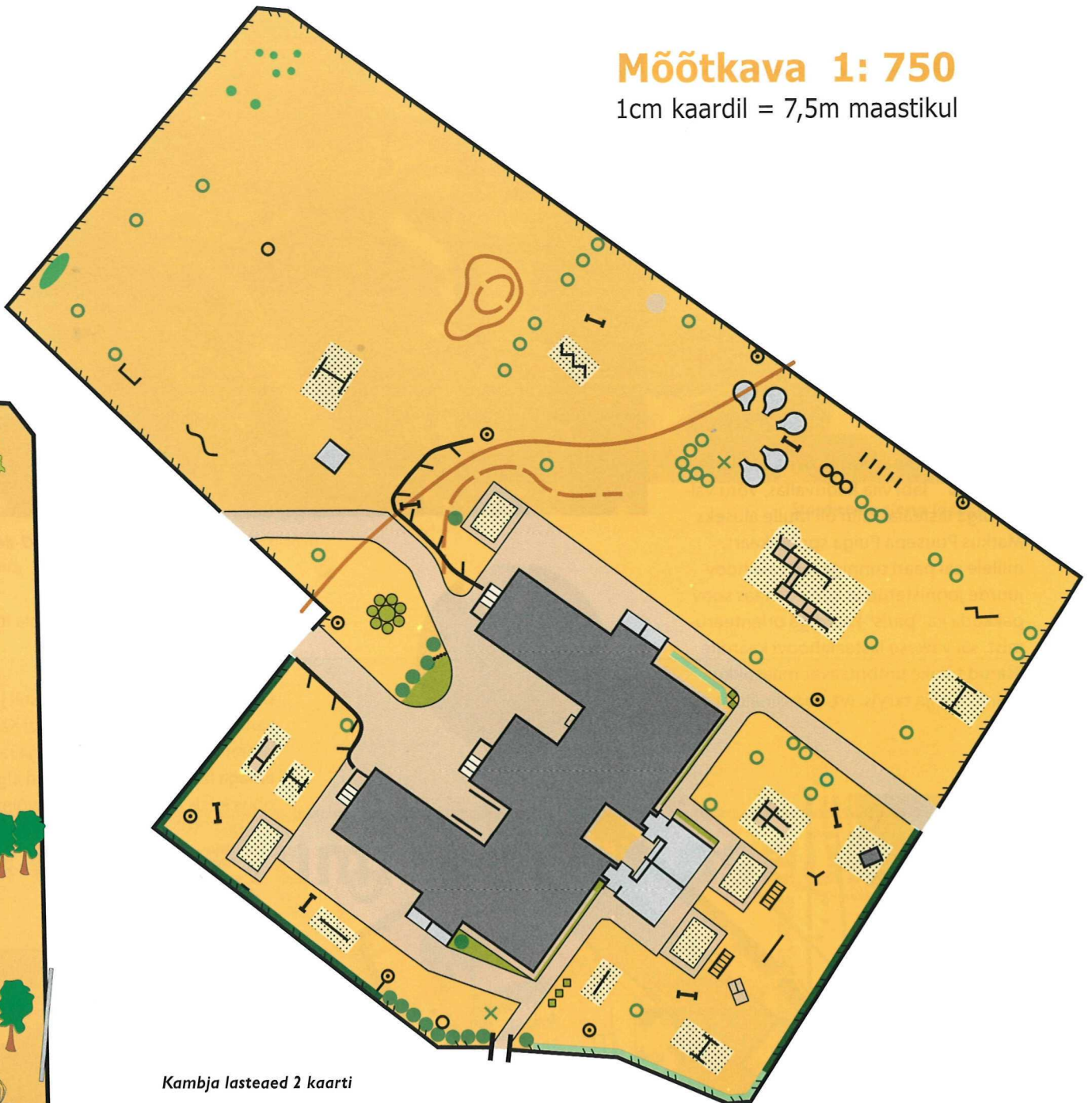
Põhiküsimuseks ürituse planeerimise juures oli see, kuidas kujutada maastikku lasteaia lastele arusaadavalt ja samas nii, et selles ei läheks kaduma orienteerumiskaardi olemus. Valmistasime ette kaks kaart. Kõigepealt joonistas Lauri Sild lasteaia O-kaardi sprindi leppemärkidega ja mõõtkavas 1:750 (siis mahtusid kõik detailid ilusti kaardile ja kaart ise A4 lehele). Seejärel võttis selle kaardi endale aluseks minu teine hea abiline, Külli Leola ning lõi sellest kaardist oma kunstniku- ja disainerioskusi kasutades piltkaardi, kus kõik suuremad lasteaia hoovil asuvad ele-





## Mõõtkava 1: 750

1cm kaardil = 7,5m maastikul



Kambja lasteaed 2 kaarti

mendid on lastele äratuntavate piltidena pool-ülaltvaates (vt. näidiskaarte ◀ ▶).

**Järgmiseks** küsimuseks oli milliseid orienteerumistegevusi lastele nende kaartidega korraldada. Teada oli ka see, et üritusel osalevad lapsed koos vanematega. Mõningase kaalumise järel valisin välja kaks tegevust. Kõigepealt aardejaht piltkaardiga. See toimus ühest peidetud kaardist teiseni liikumisena kuni viimaks jõudis otsija peidetud aardeni (Chupa Chups'i karp/õunakorv vms.). Igalt

kaardilt sai osaleja kaardile joonistatud vihje järgmise kaardi asukoha kohta. Samasugune piltkaart oli igal osalejal abivahendina ka käes. Aardejaht kulges laste ja vanemate lustlikul kaasalõõmisel ja probleemideta. Piltkaardist arusaamine ei tekitanud lastele mingeid probleeme.

Teise ja juba veidi keerukama ülesandena pakkusin välja mõne KPga orienteerumisraja "päris" kaardiga ja SI-kiipidega. Arvatavasti aitas lapsi tublisti nende kogemus piltkaardiga, sest nad said ka o-kaardiga hästi hakkama ja eriti põnev



oli muidugi kiibiga piiksu tegemine. Kui kellelgi ka raskusi või keskendumisprobleeme oli, siis aitasid teda vanemad või teised samal rajal olijad. Kui KPde märkimine veidi segi oli läinud, siis võttis nii mõnigi laps paarisajameetrise raja ette teist ja kolmandatki korda.

Kokkuvõttes jäin oma esimese kogemusega rahule ja sama väljendas ka ürituse initsiaatoriks olnud lasteaia personal.

Selgeks sai esimesel korral ka see, mida oligi arvata – väikestele lastele piisab ühest tunnist kogu ürituse jaoks, siis on nende keskendumisvõime ja tegutsemislust juba piisavalt koormatud.

**Teine** samasugune **üritus** tuli mul läbi viia koduvallas, Võru valla Puiga lasteaias. Siin oli mulle aluseks Markus Puusepa Puiga sprindikaart, millele sai paari tunniga lasteaia hoovjuurde joonistatud ja kuna oli taas soov pakkuda ka "päris" kaardiga orienteerumist, sai väikese lasteaiahoovi kaardile lisatud tükike ümbritsevat maastikku "päris" o-rajaga tarvis. (vt. kaardinäidist ▼).



Väikesed O-debütid



Piltkaart sündis taas Külli Leola imeosavate käte all.

Orienteerumine läks Puiga lastel ja nende vanematel niisama libedalt kui Kambjaski ja eranditult kõik olid üritusega rahul. Üks emaga lasteaeda kaasa tulnud algklassi poiss küsis kohe ka treenimisvõimaluste kohta.



Puiga lasteaed--kaart



Üksi aardekiristu kallal





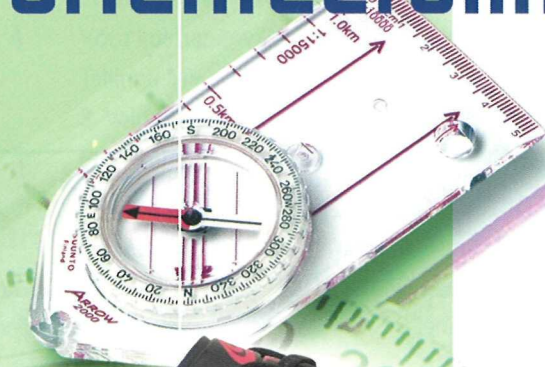
Aardejaht



Stardieelne elevus ja sagimine

Saadud kogemus lubab mul vastata pealkirjas tõstatatud küsimusele, et orienteerumisel lasteaias on kõvasti jumet ja julgustan teisigi samal teemal katsetama. Vajadusel jagan huvilistele meelsasti nõuandeid. ◀

## orienteerumiskauba osahing



**NAASTARID,**

**SÄÄRISED,**

**KAITSEPRILLID,**

**ABIVAHENDID**

**NII TIPPTEGIJALE**

**KUI HARRASTAJALE**

Muik Tallinna neljapäevakulil ja hooaja suuremate võistlustel.

**jalas**

**OLWAY**

**SPORT**

## HEA VARUSTUS TAGAB RAHULOLU

Orienteerumiskauba OÜ Nurmenuku tee 9 Randvere 74001 Viimsi tel. 609 8904  
agu.koppa@mail.ee 50 46 904



## Aasta viimased võistlused

### DETSEMBER

<b>4</b>	Kompassi päevak	Äigrumäe	<b>18</b>	Kompassi päevak	Pirita rand
<b>11</b>	Sise-O 2.osavõistlus	Pae Güm.	<b>31</b>	Aastalõpuvõistlus	Nõmme
<b>12</b>	Kompassi päevak	Mustamäe			

## Võistluskalender 2011 - talv/kevad

### JAANUAR

<b>9</b>	Sise-O 3.osavõistlus	Tln. Reaalkool	<b>23</b>	EST-LAT: suusa-o	Aluksne
<b>15</b>	Põlva maakonna MV sprint	Kadaja	<b>29</b>	Tallinna MV märged	Harku
<b>16</b>	Põlva maakonna MV tavarada	Kadaja	<b>29</b>	Sise-O 4.osavõistlus	Kristiine kaubanduskeskus
<b>22</b>	EST-LAT: suusa-o	Aluksne			

### VEEBRUAR

<b>2</b>	EOC, JWOC, EYOC, WMOC	Lillehammer	<b>6</b>	EOC, JWOC, EYOC, WMOC	Lillehammer
<b>3</b>	EOC, JWOC, EYOC, WMOC	Lillehammer	<b>12</b>	EMV Suusa-O/sprint	Holstre-Polli
<b>4</b>	EOC, JWOC, EYOC, WMOC	Lillehammer	<b>13</b>	EMV Suusa-O/tava	Holstre-Polli
<b>5</b>	EOC, JWOC, EYOC, WMOC	Lillehammer	<b>26</b>	Sise-O öine	Audentese spordihall

### MÄRTS

<b>12</b>	Sise-O Eesti karikavõistlused	Lasnamäe spordihall	<b>25</b>	SkiO WOC	Tälldalen
<b>22</b>	SkiO WOC	Tälldalen	<b>26</b>	SkiO WOC	Tälldalen
<b>23</b>	SkiO WOC	Tälldalen	<b>27</b>	SkiO WOC	Tälldalen
<b>24</b>	SkiO WOC	Tälldalen			



## APRILL

1	Sise-O 7.osavõistlus	Sõmerpalu Adrenalin Arena
2	Karjalaskevõistlus	Sulbi
	Sõmerpalu valla AV öises sprindis	Sõmerpalu
3	Lihavõtte lühirada	Sulbi
5	Põlva teisipäevak	Põlva linn
7	Tartu neljapäevak	Raadi
8	Põlva MK MV öine	Värskas Sanatoorium
9	XXI Peko Kevad	Korela-Kitsemäed
10	XXI Peko Kevad	Korela-Kitsemäed
12	Põlva teisipäevak	Kiidjärve
13	Lääne-Virumaa kolmapäevak	Uljaste
	1. Valgamaa päevak	Berzi (Läti)
	Tallinna MV öine	Järvi järved
	Võru kolmapäevak	Kubja
14	Rapla päevak	Keava mäed
	Tartu neljapäevak	Tuigo
	Pärnumaa neljapäevak	Rannapark

15	MTBO MK-etapid	Ungari
16	MTBO MK-etapid	Ungari
17	MTBO MK-etapid	Ungari
19	Põlva teisipäevak	Hullumäe karjäär
20	Võru kolmapäevak	Sõmerpalu
	Lääne-Virumaa kolmapäevak	Neeruti-Ristamäe
21	Pärnumaa neljapäevak	Niidupark
	Tartu neljapäevak	Meeri-Keeri
23	52. Jüriööjooks	Keila
26	Järvamaa teisipäevak	Türi-Tolli
	Põlva teisipäevak	Sulbi veski
27	2. Valgamaa päevak	Kääriku suusastaadion
	Võru kolmapäevak	Kääpa
28	Pärnumaa neljapäevak	Pärnu-Jaagupi
29	Ilves-3	Selgise
30	Ilves-3	Selgise

## MAI

1	Ilves-3	Selgise, Tartumaa
3	Põlva teisipäevak	Taevaskoja rist
4	Võru kolmapäevak	Vällamäe
	Tallinna MV sprint	Tallinna Botaanikaaed
	3. Valgamaa päevak	Valga-Tambre
5	Ida-Virumaa neljapäevak	Pannjärve
	Tartu neljapäevak	Reola
	Pärnumaa neljapäevak	Valgerand
7	Punktijaht	Mustla-Nõmme
8	Lõuna-Eesti karikas	Krootuse-Janukjärve
9	Sise-O 3.osavõistlus	Tln. Reaalkool
10	Põlva teisipäevak	Prangli
11	Valgamaa koolide KV	Tõrva
	4. Valgamaa päevak	Tõrva
	Võru kolmapäevak	Kantsi
12	Pärnumaa neljapäevak	Uulu
	Ida-Virumaa neljapäevak	Kohtla-Järve park
	Tartu neljapäevak	Vooremäe
14	Eesti MV lühirada	Piigandi
15	Eesti MV MN 21 teade	Piigandi

17	Põlva teisipäevak	Saarjärve
	Rapla-Järva päevak	Kaerepere
18	Võru kolmapäevak	Hüti (Mõniste)
	5. Valgamaa päevak	Tsooru-Jaanimägi
19	Pärnumaa neljapäevak	Raeküla
	Tartu neljapäevak	Vorbuse
	Ida-Virumaa neljapäevak	Toila
21	Balti MV	Leedu
22	Balti MV	Leedu
24	Järva MV sprint	Koeru
	Põlva teisipäevak	Pikajärve
25	6. Valgamaa päevak	Arula
	Võru kolmapäevak	Vastseliina
26	Tartu neljapäevak	Prangli
	Pärnumaa neljapäevak	Rannametsa
	Ida-Virumaa neljapäevak	Kotinuka
28	XXXVIII Kalevi Suvejooks	Voose-Vetepere
29	XXXVIII Kalevi Suvejooks	Voose-Vetepere
31	Põlva teisipäevak	Veskimõisa



## Rattaorienteerumise tiitlivõistluste järelkajad –



Vaade Sintra linnakesele

Algus Orienteerujas nr 4

# MAAILMAMEISTRIVÕISTLUSED ja juunioride MM Portugalis

**Margus Hallik**

### MM-maastikest ja oludest

Portugali maailmameistrivõistlustest mõeldes tuleb tõdeda, et kindlasti oli tegemist ühe füüsiliselt raskeima MMiga rattaorienteerumise ajaloos – näiteks lühirajal tuli meestel võtta tõusumeetreid 590 ja tavaraja finaalis koguni 1250. Kogenud tegijate hinnangul on karmim olnud vaid 2005. aasta MM Slovakkias, kus vastavad numbrid olid veelgi suuremad – näiteks lühirajal 735

(kõrguste vahe seejuures 350 meetrit), millest esimesse kp-sse üle 250 meetri. Samasugune "kirves" oli toona jäetud ka viimase distantsina kavas olnud 40 km pikkuse tavaraja finaali lõpuossa.

Portugali tavadistantside (lühirada, tavaraja eelsõit ning finaali) maastike üldisloomuseks võib öelda, et ehkki tõusu oli palju, kulgeti peamiselt siiski laiadel teedel ning suhteliselt hõreda teedevõrgu näol polnud orienteerumistehniline teostus just ülikeeruline. Määravaks oli kiire ja täpse teedevõrgustiku läbimise asemel pigem hea (teede läbitavust ning optimaalset kõrgust

jälgiv) teevalikuoskus ning füüsiline sõiduvõim. O-tehnilist raskusastet lisasid kindlasti küla ja linna vahele pandud punktid, kus tuli kiirelt ja täpselt navigeerida eri tasanditel väänlevatel tänavatel. Oma osa oli muidugi ka pikkadel ja tehnilistel laskumistel, kus julged ja osavad võitsid omajagu aega hea "downhill"-tehnikaga.

Kui rääkida Portugali ilmaoludest, olid juuli keskpaiga ilmad MMi toimumispaigas külmemad kui Eestis, kus samal ajal valitses soe suvi. Tegelikult kartsime palju hullemat ning olime valmis taaskord meeletu palavusega rinda pistma. Kui 5. juuli õhtul kella kaheksa



paiku Lissaboni Portela lennujaamas maandumisel teatati, et väljas on +37 kraadi, arvasime kõike jätkuvat samast kohast, kus eelmise aasta MMil Iisraelis pooleli jäi (seal valitseski umbes sarnane temperatuur pea kogu meie kahe nädalase kohalviibimise aja). Tänavu aga leidis kogu MM aset ligi 1000 meetri kõrgusel merepinnast, mistõttu õhtud ja hommikud olid üsna jahedad – temperatuuriga umbes 12-15 kraadi ning ülekuumenemise asemel esines koondislastel pigem külmetusnähtusid. Olgu öeldud, et keskpäevaks tõusis temperatuur tavaliselt ikka kõrgele ning ilmad läksid terava päikese käes lõunamaiselt palavaks.

Elupaigaks oli eestlastele antud neljatooline korter, mis asus kohe võistluskeskusena toimunud uue ja suure multifunktsionaalse halli kõrval, kust oli väga mugav söömas ja miitingutel käia. Võistluspaigaks oli mägine linnake Montalegre, mille kuulsaimaks vaatamisväärsuseks on 14. sajandist pärit linna kohal kõrguv kindlus. Lühirada ja teatevõistlus toimusid Montalegre vahetus läheduses – üks distants linnast lõuna ja teine põhja poole jäävatel maastikel. Sprindidistants peeti ca 40 km kaugusel asuvas suuremas linnas Chavesis ning ka tavaraja eelsõidu ja finaali maastikele tuli sõita autodega kohale. Liikumiseks kasutasime kahte nn "pirukakäru" ehk furgooni, kuhu mahtusid lähedalt ka kõigi rattad.

Võistlejaid oli Portugali kogunenud 26 riigist ning meie meestel oli konkurente ligi 100, Maretel 60 ringis ning samas suurusjärgus olid need ka noormeestel.

## Võistkonna juhtimisest

Sellel hooajal oli veidi problemaatiline võistkonna juhtimine. Siiani Eesti ratta-koondist eestvedanud Arbo Rae ütles tööja eraeluliste põhjustele viidates MMile tulekust kaheteistkümnendal tunnil ära. Seetõttu pidi allakirjutanu tema ülesanded enda õlule võtma ning võistlejana ka kõik muud organisatoorsed küsimused lahendamata.

Kui näiteks MMile eelnev kodutöö (ülesandmised, korralduskomiteega pidev suhtlemine, kogu koondisele lennupiletite tellimine, kohapealse transpordi, eel-laagri majutuse, söögi, kaartide jne organiseerimine) pole ülejõu käiv, siis MMI aegne tiimliideri kohustuse täitmine võib mõnel päeval küll võistlejana samal ajal suurvõistluseks keskendumist segada. Millegi arvelt tuleb siis leida paar vaba tundi (ülesandmised igaks distantsiks, võistlusjärgne tulemuste saatmine ja pressiteate koostamine, ca tunnine tiimliiderite miiting võistluseelsetel õhtutel, mille järel veel kogu info edastamine oma võistkonnakaaslastele koondise koosolekul + veel muude jooksvate murede lahendamine). Hea ajaplaneerimise ja asjade eeldataval sujumisel on see kõik võistlejana veel teostatav, ent ootamatuste ilmnemisel (näiteks seekord ütles meil üks rendiauto MMI käigus üles, mille asemel pidime Porto lennujaamast asendussõiduki välja võitlema; ratta oluliste osade purunemisel tuli käia pealelõunal Chavesi

rattapoes teeninduses jne) võib lisa-asjaajamine kulutada energiat, mida oleks niigi napi ajaressursi juures vaja suunata pigem võistlusteks ettevalmistumisele.

Tänavu adusin juba enne MMI, et vorm pole parimate aastate tasemel ja individuaaldistantsidel ei võistle ma kõige kõrgemate kohtade eest. Seetõttu olin nõus Portugalis veidi tänamatu tööna tiimliideri kohustused enda kanda võtma, sest keegi oleks pidanud seda ju niikuinii tegema. Õnneks aitasid ka teised jõudumööda oma panusega. Kogu koondis on olnud ühel meelel, et parimate tulemuste saavutamiseks peaks organisatoorsete küsimustega tegelema suurvõistlustel keegi mitte-võistlejana kaasasolev isik, kes saab siis sellele rollile pühenduda täie tähelepanguga.

*Toon eelneva jutu illustreerimiseks alljärgnevalt ka oma tavapärase ettevalmistusrütmi tiitlivõistluste pingelises õhkkonnas – panustades suurvõistlustel tavaradadele, mis reeglina toimuvad ca nädalase võistlusprogrammi lõpus, olen pidanud tähtsaks minna neile, hoolimata eelnevast kurnavast programmist, võimalikult puhanuna vastu, mille tõttu on tähtsal kohal igapäevaselt korralik puhkus ja uni (ideaalis 1,5 tundi päeval + 9 tundi pikaliolukut öösel – ei pea kogu seda aega magama, sest keha puhkab ka lamades). Lisaks märgin ära veel ka muud päevakavva kuuluvad vajalikud tegevused: lihashooldus, millele kulub distantsijärgselt igal õhtupoolikul ca 45 minutit (aitab minu meelest väga hästi ka vaimse tasakaalu säilitamisele tähtsate jõuproovide pingelises õhustikus), viimases bülletäänis avaldatud info põhjal järgmise distantsi maastikuanalüüs vanade kaartide põhjal (reljeefi paiknemine, teede kulgemine, võimalike liikumiskoridoride äraarvamine), rattahooldus ja korrasoleku kontroll (paarikümnest minutist kuni mitme tunnini olevalt asjaoludest). Hea oleks, kui seejuures jääks veel õhtul natukene vaba ja rahulikku hingetõmbeaega.*

*Seetõttu, nagu näha, pole sportlastel just aega üleliiga ning ühe distantsi lõppedes algab kohe ettevalmistus järgmisena kavas olevaks jõuprooviks.*

## Kommentaariid eestlaste sõitudele MM-distantside kaupa:

### SPRINT – Chaves

Sprint on olnud ala kavvavõtmisest saadik meie rattaorienteerujatele kõige edukam distsipliin ja seda eelkõige tänu Tõnis Ermi



Võistlusolustik



võidetud medalitele – kronoloogilises järjekorras: 2008 MM-pronks, 2008 EM-hõbe, millele lisandus nüüd veel MM-hõbe. Kuid ka atleetliku kehaehitusega Laurile ja Margusele on see distants parimatel päevadel häid tulemusi toonud. Meie siiani parim koondise üldsooritus pärineb 2008. aasta Poola MMilt, mil Olsztyni ülikoolilinnakus peetud sprint lõppes eestlastele järgmiste tulemustega: 3. Tõnis, 10. Lauri ja 12. Margus (sinnani oli meeskonna edukaimaks individuaaldistsantsiks olnud 2005. aasta Slovakkia MMi lühirada: 7. Tõnis Erm, 11. Margus Hallik ja 15. Rene Ottesson).

Chaves vanalinnas peetud tänavuse MMi sprindidistsantsil näitas Tõnis taas ülikõrget orienteerumistehnilist taset, võites hõbemedali! Allakirjutanu hinnangul on Tõnis kindlasti rattaorienteerujate hulgas üks paremaid, kui mitte lausa kõige parem orienteeruja. Vaimsetelt võimetelt pakuks talle ehk võrdväärset konkurentsi vaid soomlasest kolmekordne suusaorienteerumise maailmameister Matti Keskinarkaus, kes sprindi ja lühiraja spetsialistina näitab neil aladel alati ülimalt stabiilset kindlust. Vahetevahel episoodiliselt ratta- o tiitlivõistlustel esinedes on ta võitnud mitmeid suurvõistluste medaleid (sealhulgas näiteks 2006 ja 2007, mil sprinte veel kavas polnud, lühiraja EMkulla ja -hõbeda). Mattit seekord aga Portugalis stardis polnud, nagu polnud ka eelmise aasta MMil, ehkki 2009. a võitis ta kodustel Soome meistrivõistlustel ratta- o sprindi ja lühiraja kullad ala maailma tippu kuuluvate kaasmaalaste ees. Selle mehe prioriteedid on viimastel aastatel olnud selgelt seotud vaid suusaorienteerumisega.

Tõnise vaimsest võimekusest annab tunnistust tõsiasi, et temast füüsiliselt andekamaid ja tugevamaid mehi võib MMkonkurentsis olla paarikümne ringis. Kuna aga orienteerumisaladel on määravam pool ikkagi navigeerimisoskus, tuleb neil tihti Tõnise paremust tunnistada. Näiteks sprindi võitja, austraallane Adrian Jackson on võistelnud kahel viimasel hooajal ka puhta mägiratasõidu maailmameistrivõistluste maratondistsantsil olles ühe Austraalia kontinentaalse profitiimi liige. Tema füüsiline tase küünib mägistel sõitudel kindlasti Eesti parimate mägiratturite lähedale.

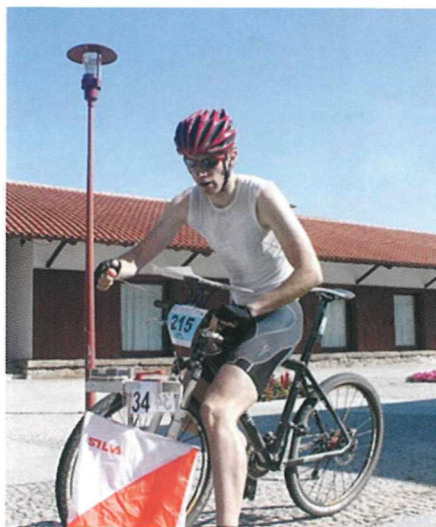
Teised meie mehed polnud tänavu ehk oma parimas vormis. Lauri keskendus kevadisel perioodil ülikooli lõpetamisele, mistõttu polnud ta palju võistelnud. Minu organismi kimbutas juba mitmendat hooaega nõrgestav haigus. Lisaks olin stardis vana ja väsinud treeningrattaga, kuna kevadel oli



Marek Karm

hinnaline tippklassi võistlusratas langenud varaste saagiks. Seetõttu adusime, et lisaks teatevõistlusele on meil kõige suuremad šansid just võimalusterohkes sprindis. Kui faktidest lähtuda, siis nii ka läks. Lauri oli finišis 21. ja Margus 34. kohaga, ehkki tulemused polnud need, milleks mehed tegelikult võimelised ja millega nad ise rahul oluks. Mõlemale sai saatuslikuks üsna raju lõpuosas olnud segadustekitav etapp 14-15, kus ülemise tasandi alt läbi viiv pääs oli märgitud veidi teisiti kui mujal kaardil. Lauri läbis selle etapi 62. vaheajaga, langedes seal üldarvestuses 10 ning Margus 69. vaheajaga, langedes 14 kohta.

Maret, kes ei pea sprinti just oma lemmikdistsantsiks, alustas aga hästi, olles esimeses punktis 4. Finišiks taandus ta küll 21. kohale, mis on siiski üsna korralik tulemus: Etterutates öeldes jäi see temalegi, sarnaselt ülejäänud täiskasvanute koondislaste-



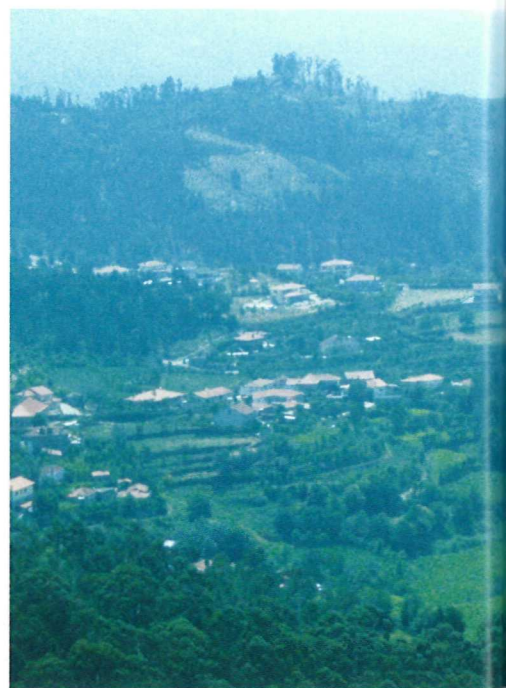
Tõnis Erm



Maret Vaher

ga, MMi parimaks resultaadiks.

Viimast aastat juunioride seas võistlevale Marekil, kes sarnaselt Tõnisele pole füüsiliselt ülimalt andekas, kuid see-eest o-tehniliselt tugev, luhtus hea võimalus saada juunioride MMil korralik "märk maha". Nimelt sai ta korraldajate süül M20 ämbrist meeste põhiklassi kaardi, millega läbis raja, kuid juunioride klassis seetõttu loomulikult tulemust kirja ei saanud. Seejuures tegi ta väga hea sõidu ning keskmise kilomeetri aja põhjal (läbides seejuures veel veidi pikema ja tehnilisema raja) oleks ta olnud juunioride klassis 8. Äärmiselt kahetsusväärne lugu, seda enam et ühe Briti meesvõistleja tulemus tühistati sarnasel põhjusel – tema oli







Margus Hallik



Taaniel Tooming



Portugali maastik

läbinud jällegi M20 raja.

Meie juunioride koondise esinumbril Taanielil ei sujunud sprindis aga hästi raja teine pool ning ta lõpetas 22. kohaga, olles kuulunud distantsi esimesel poolel esikümnesse. Ka poolel maal oli ta hoidmas 12. positsiooni.

Kokkuvõttes siiski väga suurepärase päev – Tõnis oli teinud ju Eesti orienteerumise ajalugu, võites eestlastest esmakordselt MM-hõbedal! Siiani olid meie orienteerujad võitnud maailmameistrivõistlustelt kokku kolm pronksi ning seda kõik erinevates distsipliinides: Sixten Sild 1991. a o-jooksus, Maret 1994. a suusaorienteerumises ning Tõnis ise 2008. a rattaorienteerumises.

Nüüd jääb üle püüda vaid kõige kirkamat autasu!

#### LÜHIRADA - Montalegre

Pärast esimest puhkepäeva peetud lühirada oli MM-i kõige karmim distants, seda nii tõsumeetrite osakaalult raja kogupikkusesse kui ka füüsiliselt üldse. Eriti alguseosa pehmetel mullastel metsahooldusteedel kulgevad tõsused olid järsud ning laskumised veel järsemad. Kes sealsetel tõsused sõita ei suutnud ja laskumistel liigselt ettevaatlik oli, kaotas palju. Samuti oli rajal mitmeid otsustavaid etapivalikuid, kus vale valik tähendas minutit-paar kaotust. Selles mõttes oli tegemist ebatüüpilise lühirajaga, et kiiret ja täpset radadevõrgus navigeerimist eriti palju polnud. Kui lisada veel üle tunni ulatuvad võitja-ajad, tuleb tunnistada, et tegu oli veidi tavarajaliku võistlusega. Siiski, kõik see oli tingitud mägise maastikutüübi eripärast. Korraldajad olid püüdnud teha ikkagi lühirajale omaselt paljude suunamuutustega ja teevaliku osas kiiret otsustusvõimet nõudvaid lühemaid etappe. Raja lõpuosa kulges ka MMI võõrustava Montalegre tänavatel ning linnalähedases metsas.

Meie koondise liidril Tõnisel vedas teevalikutega viltu juba raja alguseosas ning etapil 3-4 keris ta rattal mahatulnud kett end nii õnnelt tagakasseti ja kodarate vahele, et tal kulus ca veerand tundi selle sasipuntra lahtharutamiseks. Nii oli võistlus talle selleks päevaks sisuliselt lõppenud.

Ehkki Margusel on kaks viimast hooaega kulgenud üle kivide-kändude, oli rohkem tavaradadele pühenduv mees tegemas siin, o-tehniliselt mitte väga keerukal rajal, oma kahe viimase aasta parimat Mmsõitu. Vaheajapunktis oli ta enne raja viimast

kolmandikku konkureerimas veel esikahekümne kohtadele, kuid siis kuulis ta jälle vastikut, ent samas tuttavat sisinat! See tähendas taas purunenud rattakummi. Kummivahetus võttis liiga palju aega (kaotus parimale tollel etapil ligi 8 minutit) ning mõjus ruineerivalt ka motivatsioonile. Lõpuprotokollis läks mustvalgelt ning kiretult kirja Marguse karjääri kõige kehvem tulemus – 49. koht MMidelt. Ehk olnuks targem võistlus üldse katkestada? Näiteks siin 43. koha saanud Laurit oli Margus viimases vaheajapunktis edestanud enam kui 6 minutiga, ent finišis ja ametlikes tulemustes tuli tunnistada minutilist kaotust koondiskaaslasel. Näiteks jättis Tõnis pärast ratta töökorda saamist viimase punkti komposteerimata, mis tähendas 81. koha asemel tühistamist.

Elu on näidanud, et praeguses tihedas konkurentsisis pole kummi purunemisel enam suurt mõtet uut sisekummi paigaldada (võtab minimaalselt 3-4 minutit aega), kui just pole tegu kvalifikatsioonisõidu või teatevõistlusega, kus mingid šansid seejärel ikka alles jäävad. Tipptasemel kasutatavates "Tubeless" ehk (sarnaselt autodele) ilma sisekummita rehvidesse lisatakse tänapäeval niigi preventatiivselt torkehaavade vastast, iseparanduvat kummigraanulite ja liim-latexi segu. Ainus võimalus seda purunemise korral kiirelt parandada, on lasta sinna peale suruõhu all olevast balloonest uus kogus süsihappegaasiga segatud liimi. Kuid alati ei pruugi ka see aidata.

Nii meestest 43ndana lõpetanud Lauril kui ka naistest 32. koha saanud Maretil tuli ette mitmeid kehvi teevalikuid ning mõlemad neist, kes Eesti tasemel isegi rohkem o-jooksus kui rattasportis kaasa löövad, tunnistavad, et rattasõidu erialast võimekust ja jõudu jääb neil sellisel rajal lihtsalt puudu.

Juunioride klassides tühistati võistlus ühe valesti asetsenud KP tõttu ning seetõttu otsustati jagada nende MMtiitlid välja järgmisel päeval kavas oleva tavaraja eelsõitude maastikul. Kui muidu oleks võinud tänavust MM-i pidada läbi aegade kõige suurejoonelisemalt ja paremini korraldatud ratta-õitlivõistluseks, siis korraldajatepoolsed ek-simused niivõrd tähtsates lõikudes rikuvad üldpilti ning näitavad, et "Manjana"-ühiskondade tööetikal on ikkagi veel arenguruumi.

#### TAVARAJA kvalifikatsioon - Avelelas

Tavaraja eelsõidu maastikku iseloomustas taas suhteliselt hõre teedevõrk ja palju kõrgusjooni. Kuna seekord oli tegu kõve-



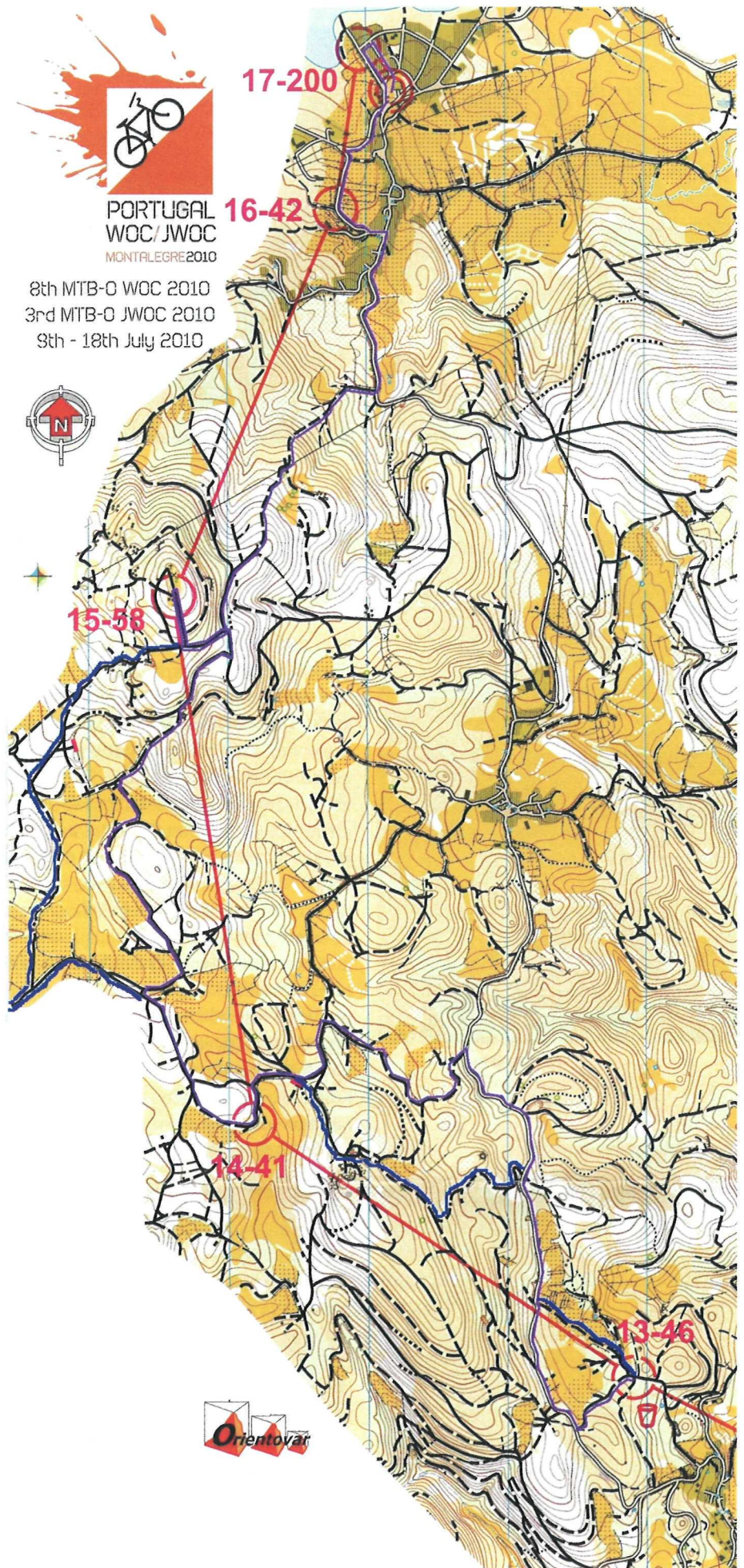
ma pinnasega, kus aga laiad teedel palju lahtisi kive, siis nõudsid pikad, kohati mitme kilomeetri pikkused laskumised julgust ja head rattavalitsemisoskust. Kahjuks juhtus siin maastikul ka rattaorienteerumise tiitlivõistluste ajaloo tõsisem õnnetus, kui noor tšehhitar, 2008. aastal juunioride MMil teatekulla võitnud Hana Doležalova ei suutnud oma sõiduvahendit suurel kiirusel enam valitseda ja sõitis teelt välja kraavi, kust kaks kaasvõistlejat ja meelemärkuseta lebamasa leidsid. Praeguseks on selgunud karm tõsiasi, et vaid 22aastane neiu on jäänud alakehast halvatuks. See oli šokk päris paljudele ning pani sportlasi mõtlema, kui ohtliku alaga me ikkagi tegeleme. Igal juhul elati Porto haiglast saabuvatele uudistele Hana tervislikust seisust väga kaasa. MMil viidi läbi ka korjandus tema ja ta perekonna toetuseks.

Arvasime, et eestlaste tase peaks nii kõrge küll olema, et tavarajal eelsõidust finaali saamine ei tohiks olla eriline probleem. Paraku näitas elu, et nii lihtsalt asjad siiski ei suju.

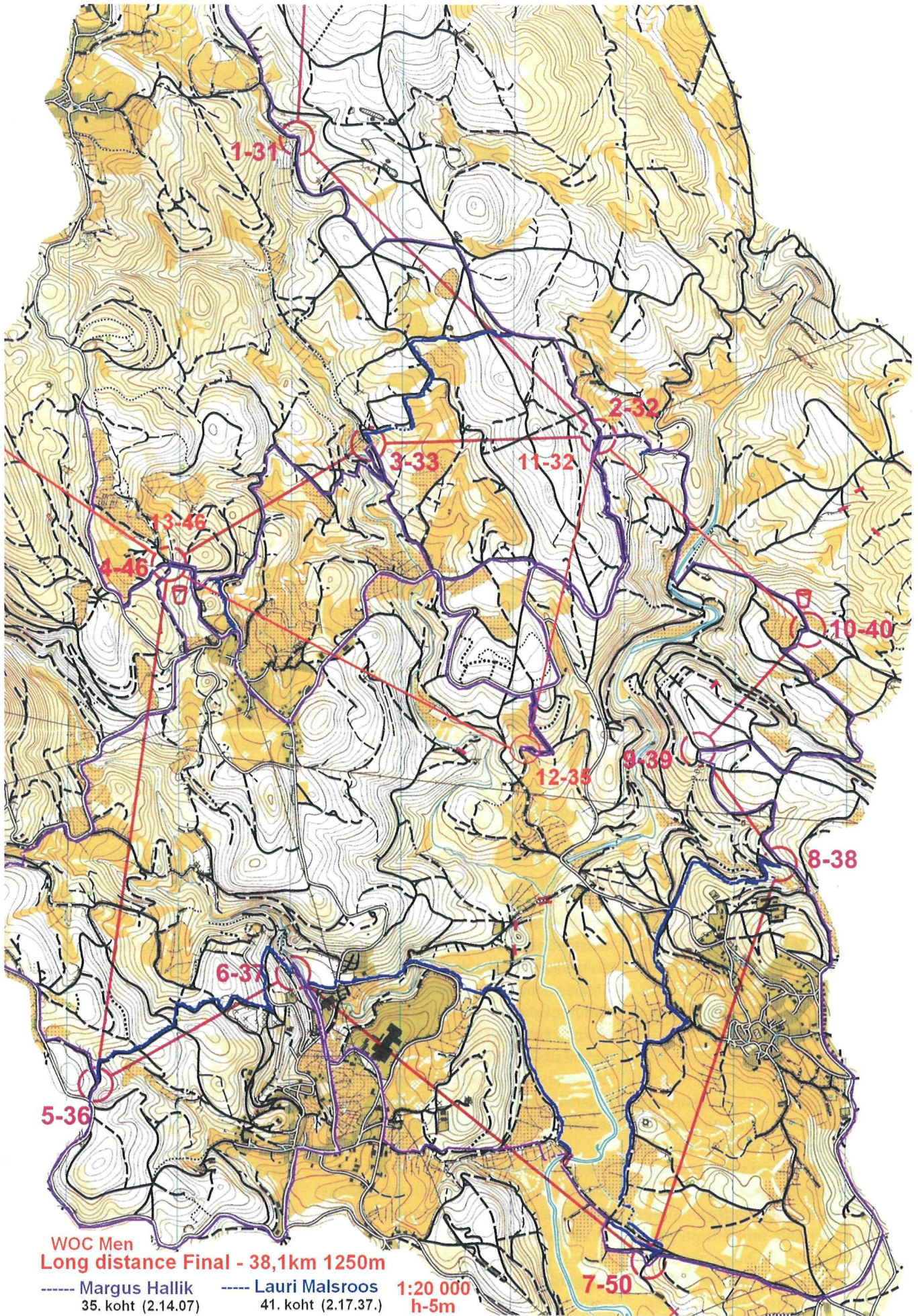
Oma esimesel MMil tavaraja A-finaalist välja jäänud Lauri tegi seekord kindla peale sõidu, millega platseerus B-grupis 14.-ks. Ebaõnn aga jälitas taas Tõnist, kes tänavuseks hooajaks oli teinud varasemast veelgi tõsisema ratta-alase ettevalmistuse. Näiteks oli ta taas ka kevadlaagris Hispaania mägistel maastikel koos Eesti ratturitega. Kohe raja algul löikas terav kivi tema rattakummi nii katki, et isegi ballooni pihustatavad kummiparandussegud enam ei aidanud ning ta oli sunnitud katkestama. Küll kirus Tõnis ennast, et ta ikkagi ei olnud varukummi rajale kaasa võtnud, mis tema taseme juures oleks võinud tagada edasipääsu ligi



Lauri Malsroos







**WOC Men  
Long distance Final - 38,1km 1250m**

----- Margus Hallik 35. koht (2.14.07)      ----- Lauri Malsroos 41. koht (2.17.37.)      1:20 000 h-5m





poolelise tunnise kestusega rajal isegi koos 5minutilise lisaseisakuga. Kahjuks ei saanud ta nüüd oma potentsiaali näidata finaalsõidus, ehkki meid kõiki huvitas, kui kõrgele ta võinuks jõuda tänavusel, karmidel maastikel peetud MMil ka tavadistantside arvestuses.

Füüsiliselt raskeid tavadistantse oma lemmikuteks pidav Margus, kes varem lõpetanud kahel korral MMi pikima distantsi kõrge neljanda kohaga, elas üle ärevaid hetki, kui pääses "summagrupiks" kujunenud A-rühmast viimase, 20.- na edasi, edestades pea poolelise tunnise kestusega rajal järgmist vaid 24 sekundiga. Margusel oli seejuures ka omajagu õnne, sest samast alagrupist ei pääsenud erinevatel põhjustel edasi näiteks kaks väga tugeva Soome koondise liiget. Muide, meie meeste ajaline vahe eelsõidus oli vaid 1 sekund Lauri kasuks, mis aga sama pikal ja raskel rajal andis ühes grupis oluliselt parema koha. Nii sai finaalsiks Margus 1. ja Lauri 20. stardinumbriga.

Naiste seas sõitis Maret kindla soorituse ja oma alagrupi 8. kohaga endale välja hea stardipositsiooni finaalsiks.

Juuniorid, kelle lühirada oli eelmisel päeval tühistatud, sõitsid nüüd žürii otsusel tavaraja kvalifikatsiooni maastikul uuesti seda distantsi ning nende tavaraja finaalsõidu stardiprotokolli moodustamiseks kasutati lühiraja tulemusi ümberpööratult.

Hea päev oli Taanielil, kes sõitis vaid 18aastasena endast paar aastat vanemate konkurentide vastu välja kõrge, 11. koha. On heameel, et Taaniel suutis lõpuks realiseerida tulemuseks ka oma potentsiaali, sest vaatamata oma noorusele, oli ta sarnaseks tulemuseks suuteline juba kahel eelnevalgi juunioride MMil. Liiga mitmel puhul segasid teda korraliku tulemust vormistamast tehnilised probleemid rattaga. Mareki jaoks oli see maastik füüsiliselt aga veel liiga karm. Kuna sõitu segasid ka päris tõsised tehnilised probleemid, tuli tal siin leppida vaid 38. kohaga.

### TAVARAJA FINAAL - Morgade

Läbi aegade suurima tõusudesummaga ja ligi kahetunnise võitjaajaga tavaraja lõppvõistlus osutus lõpuks kardetust veidi lihtsamaks. Paljud tõusud olid sõidetavad asfaltteedel, mida mööda on pinnasteede-ga võrreldes tõusta palju kergem.

Mägisele tavarajale omaselt oli päris mitmeid otsustavaid ja väga erinevaid lahendusvariante pakkuvaid teevalikuid. Mägimaastikule kohaselt võis vähemop-

timaalsemal valikul kaotada mitmeid minuteid.

Meie meestest oli Margus sunnitud startima hommikul vara, lähetatult kell 9 esimesena rajale. Ta edestas ihuüks kõigi ees sõites 60 A-finaali pääsenu hulgas lõpuks 25 meest, saades lõpuprotokolli kirja 35. koha.

Lauri otsustas algselt kurnavast pikast rajast loobuda, mõeldes järgmisel päeval kavas olnud teatesõidule, kuid ta ei suutnud vastu panna kiusatusele proovida "kuninglikku distantsi". Lõpuprotokollis sai ta 41. koha, mis oleks võinud ka mõneti parem olla, ent ta eksis raja lõpuosas üsna palju, kaotades mitmeid minuteid näiteks kaardist väljasõiduga. Lisaks kukkus ta päris valusalt distantsi viimasel suurel, ca 250meetrisel kõrguste vahega laskumisel ning ratta tagumist käiguvahetajat raami küljes hoidev kõrv väändus kõveraks.

Maret, kelle jaoks lõppes eelmise aasta MM Iisraelis tõsise kukkumise ja roidemuruga, oli suutnud selle unustada ning sõitis kogu tänavuse MMi tublilt. Kuid tema ettevalmistuse juures, mis pole niivõrd ratta-keskne, jääb tal suurtes mägedes puudu veidi rattasõidu erialasest jõust ja oskustest, ehkki pikk rada sobib hästi Mareti tugevale füüsilisele.

Tänavust MM-tavarada alustas Maret hästi, püüdes raja alguseosas esikümne piiril. Kuid ta eksis distantsi teises pooles mitmete etappidega järjest üsna palju, kaotades seetõttu suurel hulgal minuteid. Lõppkohaks Maretile 26. resultaat, mis pole siiski häbenemist väärt. Rohkem orienteerumistehnilistel ning vähem brutaalset sõitu nõudvatel radadel võib Maret kindlasti näidata taas tugevaid esitusi. Nii juhtus näiteks mullu Taanis peetud Euroopa meistrivõistlustel, kus ta lõpetas tavarajal suurepärase 5. kohaga.

Meie noormeestest tegi enda kohta hea sõidu raskel tavarajal Marek, kes saavutas 22. koha. Lühiraja 11. kohaga endale pikaks distantsiks hea stardikoha välja sõitnud Taaniel aga oli sel päeval liimist lahti. Kuna ka tema ratas ei toiminud ideaalselt, pidi ta seekord leppima 29. tulemusega.

### TEATESÕIT - Montalegre

Maailmameistrivõistluste viimane distants sõideti taas Montalegre linnakese külje all. Võistluskeskus ning start ja finiš asusid mägedevahelisel tasasemal platool, kust sportlased raja alguse osal tõusid ühte orunõlva pidi üles ühele poole, et pärast

võistluskeskusest läbitulekut ronida distantsi lõpuosas sik-sakitades oru teisele poole jäävale mäeküljele.

Meie meestekoondise liikmetele, kes suutsid sama koosseisuga võita möödunud aasta EMil teatesõidus hõbemedalid, oli tänavusel MMil teatesõit just üks peaesmärke. Rajale mindi viimastel hooaegadel väljakujunenud järjestuses: Lauri – Margus – Tõnis.

Üle mitmete aastate oli Eestil meestest välja panna ka duubelvõistkond, kuhu küll ühtegi meesteklassi võistlejat ei kuulunud. Kuna aga Mareti ja kahe meesjuuniori näol oli meil täpselt teise võistkonna jagu sportlasi olemas, saigi kaks meeskonda üles antud. Nemat sõitsid järjestuses: Taaniel – Marek – Maret.

Kui meenutada ajalugu, tuleb tõdeda, et me olime teatesõitudes seitsmel varasemal MMil ja neljal EMil õnnejumalanna soosingu olnud, kui samas olid paljudel kordadel konkurendid jalameesteks jäänud. Seekord läks aga teisiti.

Lauri, kes on meil viimastel aastatel teatesõitudes näidanud ülimalt head ja kindlat minekut esimestes vahetustes, suutis seda ka tänavu. Pressipunktis oli ta raja viimasele veerandile minnes suurepärasel viiendal kohal, vaid poolelise minutilise kaotusega liidritele.

Siis aga purunes rattal tagakumm ning kuna lõpuni oli jäänud veel vaid mõni kilomeeter, otsustas ta uut sisekummi mitte alla panna. Üritades katkise ja tühja rehviaga edasi sõita, kippus aga see kerima end raami vahele. Seetõttu oli Lauri sunnitud võtma tagaratta alt ning heitma väliskummi minema, jätkates sõitu vaid metalse velje peal. Kahjuks lisas see nii palju aega, et esimese vahetuse lõpuks olime liidritest maas juba ligi 9 minutit.

Teises vahetuses tegi Margus enda kohta keskpärase sõidu, kuid püsisime veel esikümne konkurentsis, sest ka mitmed konkurendid olid esimestes vahetustes ebaõnnestunud.

Ankruvahetuseks oli meil aga välja käia viimastel distantsidel mittevõistelnud Tõnis. Tema on näidanud, et headel päevadel on ta olnud teatesõitudes kõigeeks võimeline.

Kahjuks sai aga Tõnise tehnilise ebaõnne rida sel MMil veel jätku. Kõigepealt väändus tal tagumine käiguvahetaja kodaratesse, mida ta pidi aeg-ajalt peatudes käega sirgemaaks väänama. Lõpuks otsustas ta pikema seisaku kasuks ning lühendas spetsiaalse ketivõtmega ketti niipalju, et see ei kulgenud enam tagavahetaja "S"-i vahelt läbi.





Lauri kangelaslik sõit teates

 palmtek.ee

Sporditehnika ja -varustuse spetsialistid

**Rudus**

Nii tekitas Tõnis endale ühekäigulise "single-speed" ratta. Ka sellega ei lõppenud veel tema tehniliste rikete "saaga"! Vahelüldida jõuülekannet osutus liiga tugevaks ülikerge, ent seetõttu ka õrna tagakasseti hammasrataste jaoks, mistõttu need murdsid kinnitustest lahti ning sõitmine muutus varsti taas võimatuks.

Raja lõpuosas oli Tõnis sunnitud ratakast lükates lausa jooksuma. Enam kui pooletunnine kaotus viimases vahetuses ei jätnud meile enam mingeid võimalusi ning finišis pidime tunnistama isegi Eesti II võistkonna paremust. 35 startinud võistkonna seas oli Eesti II 26. ja Eesti I meeskond 27.

Riikide arvestuses sõitsid täiskasvanute MMkonkurentsis debüteerinud noormehed koos Maretiga välja 17. koha. Meie meeste parim tulemus teatesõidus on MMkonkurentsis jäänud 4. koht Austraaliast 2004. aastal. Siiani oli kehvemaks resultaadiks esimese MMi 10. koht 2002. aastal Prantsusmaal.

## Kokkuvõte

Loomulikult jääb 2010. aasta MMist kõige eredamalt meelde Tõnise hõbemedalivõit sprindidistantsilt. Ja kuigi tehniliste rikete tõttu ei õnnestunudki Tõnisel tavadistantsidel finišisse jõuda, võib ta oma hooaja ühe täistabamuse tõttu siiski kordaläinuks lugeda.

Plusspoolele võib kanda ka Lauri ja Maret sõidud sprindidistantsil, kus mõlemad saavutasid 21. koha. Ning kindlasti oli õnnestumine ka Taanieli 11. koht lühirajal juunioride MMi arvestuses. Juunioride seas on eestlased ainult korra kõrgemale jõudnud,

kui 2008. aastal lõpetas Tiit Toomas Poolas sprindi 6. kohaga.

Endale jõukohane tulemus jäi seekord Portugalis tegemata Margusel, kelle hea sõidu lühirajal nurjas kummi purunemine ning Marekil, kelle potentsiaal sprindis jäi realiseerimata korraldajate eksimuse tõttu, kes andsid talle stardis vale kaardi. Ülejäänud distantsid neil kummalgi aga kahjuks nii hästi välja ei tulnud.

Suure pettumuse valmistas meile teatesõit, kus eesti mehed on pea alati olnud MMil kõrgetel kohtadel. Seekord oli aga tegu uskumatu ebaõnnega, sest tehnika vedas tõsiselt alt lausa kahte meest kolmest. Tuleb tõdeda, et rattaorienteerumine on tehnikasport, kus alati ei sõltu kõik sportlasest endast.

## Huvitavaid kurioosumeid

Kui antaks välja auhind kõige mitmekülgsemale orienteerujale, siis üheks tugevaimaks kandidaadiks oleks kindlasti soomlasest multitalent Antti Vainio, kes ratta- ja juunioride MMi avadistantsil saavutas sprindis kõrge 4. koha. Seejuures oli ta eelmise päeva pärastlõunal lõpetanud nädalapikkuse võistlusprogrammi o-jooksu juunioride MMil Taanis, tuues seal koondise liidrina teatejooksus tugeva Soome esinduskoosseisu ankrumehena finišisse.

Lisaks ratta- ja juunioride teatesõidu MMikullale on tal ette näidata medal ka tänavuselt talviselt suusaorienteerumise juunioride MMilt, kus ta oli samuti üks põhjanaabrite koondise parimaid.

Tugev konkurent temale on ka bulgaarlane Stanimir Belomažev, kes on tuntud

eelkõige kui suusaorienteeruja, olles ka mitmekordne selle ala juunioride maailmameister. Tema jõudis lisaks edukale talvisele hooajale (parim MK-etapi II koht) lüüa Bulgaaria koondises kaasa ka suvisel o-jooksu EMil (kus jooksis finaalis) ning MMil. Osales veel ka rattaorienteerumise maailmameistrivõistlustel.

See pole veel kõik – 22aastane noormees võistles talvel kaasa veel ka murdmaasuusatamise U-23 MM-il Saksamaal.

Noormeeste ligi kahetunnise tavaraja kuldmedali saatus otsustati lõpusirgel. Sekundilise täpsusega sama ajaga viimases punktis komposteerinutest suutis lõpuliini paarsada meetrit läbida soomlane Pekka Niemi ühe sekundi kiiremini kui üks juunioride MMi suurfavoriite, juba meesteklassiski kanda kinnitanud poolakas Maciej Gromadka.

Gromadka, kes võitis ratta- ja juunioride MMilt kolme aasta jooksul mitmeid kahvatumat karva medaleid, jäigi juunioride seas kuldmedalita.

## Lõpetuseks

Allakirjutanu tänab kogu ratta- ja koondise nimel inimesi ja organisatsioone, kes meie reisi Portugali toetasid ja aitasid läbi viia: Eesti Orienteerumislüütu ja Paul Poopuud, koondislaste koduklubisid ning isiklikke sponsoreid, toetajaid ja lähedasi, Arthur Raichmanni ja "Europcari" (kes aitas meid autorendiga) ning Virve Poomi "Astellaria" reisibüroost, kes on meid ikka aidanud lennupiletite ja kindlustuse vormistamisega.







## SOKKIDES vundamendi ladumine

Kes mõnel õhtul juhuslikult Tartu Ülikooli spordihalli satub ja näeb seal koolitõukesektoris energiliselt naljakaid liigutusi sooritavaid sportlasi võib olla omajagu hämmingus. Mis kummaline taidlusgrupp see on? Selgitame: tegu ei ole mõne idamaise võitluskunstiga, vaid Herje Aibasti poolt algatatud ja suurt populaarsust kogunud treeningrühmaga.

### Eva-Maria Truusalu

Ettevõtmine sai alguse 2007. aastal, kui Herje õppis magistrantuuris ja töötas õpingute kõrvalt Q-tri triatloni tiimi juures füsioterapeudina. Selleks, et triatleet Ain-Alar Juhanson ei peaks ettekirjutatud harjutusi üksinda tegema, kutsus Herje juurde teisi huvitatuid. Sellest kujunes välja grupp trennifanaatikuid, kes parimatel aegadel lausa kolm korda nädalas koos käisid. Nii muutus ka treeningu idee personaalsest lähenemisest üldisemaks. Soov olid baastreeningu meetodil tugevdada sportlaste tugiaparaati, et see aitaks paremini valitud eriala sooritada ja vigastusi ennetada. Kuna tugiaparaat on inimestel ühesugune, said erinevate aladega tegelevad sportlased koos treenida, seeläbi kogemusi vahetada ja treeninguid lõbusamaks ning rutiinivabamaks muuta.

Herje peab osalejatele määratud treeninguid enda jaoks sama tähtsaks. Ennekõike tekitab rahulolu erialase oskuse rakendamine sportlaste arenguks. Välja mõeldud koordineerimis- ja tasakaaluharjutused on vajalikud treenimise käigus tekkivate probleemide ennetamiseks ja lahendamiseks.

Oma harjutustes ei sea Herje fantaasiale kunagi suuri piire ja uute harjutuste katsetamine käib ikka „vaeste“ sportlaste peal. Sealjuures on Herje ise alati optimistlik, sest iga uus kogemus arendab inimest. „Kui trennis on nalja ja naeru, tekib hea ja kindel tunne, et tegemine läheb asja ette,“ ütleb Herje.

Herje trennid ei näe välja väga tavapärased. Näiteks ei lubata trennis jalanõusid kanda. Põhjuseks on asjaolu, et jalad on niikuinii kogu päeva jalanõu poolt vormitud ja vähemalt trennis peab olema võimalik tunnikese varbaid vabalt liigutada. Labajalga peab Herje keha vundamendiks ning selleks, et keha püsti püsiks, peab vundament ka kandma. Labajala lihased ei saa hästi toetatud jalanõude tõttu oma funktsiooni täita. Sestap alustabki Herje treeningut harjutustega, mis on mõeldud eelkõige labajala väikeste lihaste liigutamiseks. Labajala nõrgaks muutunud lihaste tõttu võib näiteks pikamaajooksjatel pideva koormuse tõttu välja kujuneda tagumise säärelihase (*m.tibialis posterior*) kõõluse düsfunktsioon. See tähendab, et lihas väsib ning tema kõõlus ei jõua enam jala mediaalset pikivõlvi toetada. Mediaalse sisemise pikivõlvi toetamisele aitab kaasa suurt var-

vast eemaldav lihas (*m. abductor hallucis*) ehk üks labajalalihastest, mis on jalanõude kasutamisel muutunud passiivseks.

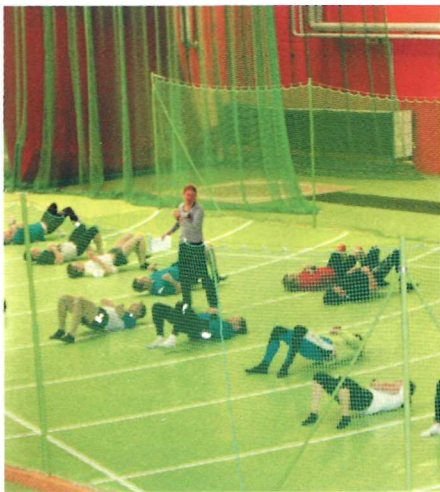
Samuti peab Herje tähtsaks kehalise tunnetuse arendamist, mille abil paraneb keha reageerimiskiirus. See on eriti oluline metsas orienteerujatele, et igasugused looduslikud ebatasasused ja ootamatused





jalga kohe segadusse ei ajaks. Samavõrd tähtis on süvalihaste jõud. Selle arendamiseks on suunatud kõik nii oma keha kui ka trennikaaslase keha raskusega sooritatud harjutused. Paarisharjutused, sealhulgas näiteks maadlemine, arendavad lihasjõudu, kuid samas valmistavad keha ette ka väliskeskonnast tulevate ärritajatega kiiresti kohanema ja hakkama saama. Kuldne lause selle kohta kõlab nii: „Keha treenib kõige paremini ärritajatega, millega veel harjunud ei olda.“

Seega vajab keha arenemiseks pidevat üllatamist. Kas ärritajateks on suurem koormus, intensiivsus või uus koordinatsiooniharjutus pole vahet- areng on kindlustatud. Herje trenni selleaastaseks pähkliks on võimlemiskepid. Kuigi tegemist on lihtsate harjavartega, täidavad need tähtsate eesmärki. Hea rüht tähendab aktiivset lihastegevust. Kössi vajutaksegi seetõttu,



et ei jaksata ennast lihastega üleval hoida. Võimlemiskeppide abil sunnib Herje harjutuste ajal sportlast oma rühti sirgena hoidma. Püstisem kehaasend ja õige rüht toob ka jalad kõhu alt välja!

Oma kehale saab head teha ka iseseisvalt. On mitmeid lihtsaid harjutusi, mille järjepidev tegemine muude treeningute lõpus toob orienteerujale palju kasu. Kere süvalihaste treenimiseks sobib väga hästi eestoengus kätekõverduste tegemine, liisaks saavad selle harjutuse käigus koormust käe- ja seljalihased. Samuti treenib kõhu ja selja süvalihaseid eestoengus püsimine. Lisaks süvalihastele ei tohi tähelepanuta jätta ka pindmisi kõhu- ja seljalihaseid. Pindmisi kõhulihaseid treenitakse kõigile tuntud istesse tõusudega. Jalgadele kuuluks ära iga trenni lõpus päkkadele tõusud ja väljaasted, samuti hüpped ühele jalale maandumisega ja asendi hoidmisega. Kui liigesed hüppeid ei kannata, võib teha kükke ja tasakaaluharjutusi. Kannakõõluse tugevdamiseks tuleks eestoengus lamanus olles suruda kordamööda kandasid pöranda poole, sellest kasvab kasu külmas ja libedal jooksmisele. Kõiki neid harjutusi saab kergendada ja raskendada erinevate toepindade ja -nurkadega. Orienteerujale on väga hea harjutus hüppeliigese treenimiseks hommikul hambaid pestes teha päkkadele tõuse.

Kokkuvõtteks rõhutab Herje, et treeningud peavad olema mitmekülgsed! Samade harjutuste pidev ühtemoodi tegemine kaotab ajapikku oma väärtuse. Kasutage oma fantaasiat!

## Trennis käijate KOMMENTAARID:

### Grete Gutmann:

„Põhiline on see, et ükskõik kui raske ja rõve päev on olnud, lahkun Herje trennist lähen alati energiat täis ja heas tujus. Samuti on tunne, et arenen.“

### Mihkel Järveoja:

„Üksinda ei viitsi trenni teha. Koos tegemine paneb rohkem pingutama. Mõnus, et keegi näitab kogu aeg harjutusi ette, siis ei pea ise mõtlema. Kui teeks trenni tõsisemalt, oleks kasu ka rohkem. Trenni ajal meeldib mulle ka ülemise saali aeroobikaneide vaadata.“

### Marili Zimmermann:

„Hea on teha suurema seltskonnaga jõutrenni. Herje harjutused on alati ka erinevad ja huvitavad.“

### Priit Ailt:

„Herje trenn on täpselt see, mida praegusel ettevalmistusperioodil on vaja. Mitmekesi viitsin neid harjutusi rohkem teha kui üksinda.“







Pilvi-Heli Vettik ja Reigo Luurmees,

Fotod Xdream Elva 2009: Viivi-Anne Soots

## Seiklussportlase NÕUANDEURK

### Seikleja valikud

Seekordses seiklusspordi nõuanderubriigis palusin valida etteantud valikutest ühe (või mitu) vastust ja neid soovi korral põhjendada.

#### Valikuvõimalused:

**Mida eelistad ja miks (millal/millisel) seiklusvõistlusel:**

- 1 – rattakingad või tossud,
- 2 – orienteerumisjalanõud (nastarid), jooksutossud või seiklusspordi jalanõud,
- 3 – riided: lühikeste või pikkade käiste/säärtega,
- 4 – labakud või sõrmikud,
- 5 – paljas pea või peakate,
- 6 – müts või peapael,
- 7 – joogisüsteem: seljakotist voolikusüsteem või pudelivõõ/suusatermos;
- 8 – jõujook või vesi;
- 9 – võileivad, rosinaid ja küpsised või geelid ja energiabatoonid,
- 10 – päevane või öine võistlus,
- 11 – jalgsi-, ratta- või kanuetaapp,
- 12 – köieülesanne või vettehüpe/ujumine,
- 13 – minna otse või teid mööda ringi,
- 14 – võistkonna suurus: 2-, 3- või 4-liikmeline,
- 15 – segavõistkond või meeste/naistevõistkond,
- 16 – kas sportlik tulemus või seiklus ja seltskond,
- 17 – kas..... või ..... (palusin täita vabal valikul, kui midagi olulist eelnevast nimekirjast puudu jäi, eelistus on tähistatud tumedas kirjas või toodud välja selgituses.).

#### Tiit Pekk:

1. Sõltub asjaoludest. Kui aga vähegi saan, valin kingad – see on ikkagi rattasõit! Ega ma siis selles HWYXPRSi reklaamis lolli juttu ei ajanud! Saab aga suht harva – läinud suvel kasutasin rattakingi Xteami sarja etappidel kahel korral, enne seda 2006. aastal. Lühikestel Xdreami võistlustel, kus alad pidevalt vahelduvad, ei ole jalanõude vahetamisel mõtet. Näiteks Bike Adventure Raidil (6.–7. nov 2010 – toim) Lätis valin tossud, kuna rattakingades hakkaks külm. Nii et reeglina võistlen seiklus-tossudes, kui saaks, siis rattakingades.
2. Salomon XAPro.
3. Käised alati lühikesed, kui ilm lubab. Püksid alati pikad, lihtsalt sooje- ma ilma puhul õhemad. Suvel põlvikud + üle põlvepüksid.
4. Sõrmikud, sest ei ole veel nii külmast võistelnud, kus vaja oleks labakut. 5 – peakate.
6. Alati on midagi peas – kõigepealt buff ja kui sellega külm, siis müts.
7. Sõltub olukorrast, lühikestel (alla 5-6h) ei ole seljakotti vaja, eriti kui ratas kavas (rattapudelid!), siis kasutan Salomoni jooksvõõd.
8. Jõujook ja vesi vaheldumisi.
9. Energiabatoonid (Sponseri BCAA) ja ööpäevastel ei ütleks juba ära rosinatest või küpsistest.
10. Igal asjal omad võlud ... päevane pigem.
11. Rattaetapp ikka - seal saab kõige rohkem panna.
12. Köis, see on huvitavam.
13. Sõltub metsast, Pannjärvel läheks otse, Läti kloakide ümber ikka ringi.
14. Võistkonna suurus: ei oma eelistust.
15. Sõltub tujust ... kui ikka panemissoov, siis meestega. Kui aga seikle- mine, siis sega.
16. Sõltub hetkenälgast, reeglina seiklus, aga vahel harva on vaja panna ka.
17. Et kas Sass või Hele peale võistlust? Plekkpurgis Sassi on lihtsam transportida.

#### Viivi-Anne Soots:

- 1 – tossud,
- 2 – seiklusspordi jalanõud,
- 3 – riided: lühikeste käiste ja pikkadega säärtega,
- 4 – sõrmikud,
- 5 – higipael,
- 6 – külmaga müts, soojaga peapael,
- 7 – seljakotist voolikusüsteem,
- 8 – jõujook või vesi-lühemal esimene, pikemal teine,
- 9 – geelid, õllevorstikesed, juust,
- 10 – ööpäevane,
- 11 – kanuetaapp,
- 12 – köieülesanne,
- 13 – teid mööda ringi,
- 14 – 4-liikmeline,
- 15 – segavõistkond,
- 16 – seiklus ja seltskond.



**Ruth Vaher:**

1. Tossud, sest ial ei tea, kuhu rajameister sind poolel jalgrattatrasill saadab.
2. Seiklusspordi jalanõud, sest need sobivad pikaks võistluseks kõige paremini – tugevam jala toetus. Nastaga väsib jalg lõpuks ära.
3. Riided: oleneb ilmast, palavaga ikka lühike varrukas.
4. Labakud, sest mu sõrmed kardavad külma.
5. Peakate, hoiab ka higi silma tilkumast.
6. Müts või peapael – oleneb ilmast.
7. Seljakotist voolikusüsteem või lihtsalt veepudel. Joogivõo sobib vaid suusatamiseks.
8. Eelistan vett, kuid sellega võib palaval päeval ämbrisse astuda. Peaks tarbima kõrvale mineraale andvaid energiatooteid.
9. Naturaalsed asjad sobivad paremini, s.t. võileivad, shokolaadid, müslibatoonid. Toidueelistus on tihti võistlustel üllatuse valmistanud – ial ei või teada, mis just sellel võistlusel kõige sobivamaks osutub.
10. Päevane võistlus.
11. Jalgsietapp.
12. Kumbki ei meeldi, kõiega laugest nõlvast alla ehk siis.
13. Oleneb täiesti maastikust.
14. Kõik on mõnusad, kui seltskond on mõnus.
15. Segavõistkond.
16. Seiklus ja seltskond.



Erik Aibast ja Alar Viitmaa

**Kaja Sepp:**

- 1 – tossud,
- 2 – seiklusspordi jalanõud,
- 3 – pluus lühikeste käistega, püksid pikkade säärttega),
- 4 – sõrmikud,
- 5 – peakate,
- 6 – müts,
- 7 – seljakotist voolikusüsteem,
- 8 – vesi,
9. Võileivad, energiabatoonid – mul on mõlemad kaasas. Viimasel ajal on batoonid paremaks muutunud (valik suurem ka), nii kipun vist rohkem batoonid poole kalduma. Võibolla olen nendega lihtsalt aja jooksul ära harjunud ja sellepärast tunduvad söödavamad.
- 10 – päevane võistlus,
- 11 – rattaetapp,
- 12 – köieülesanne,
- 13 – minna otse,
- 14 – 4liikmeline,
- 15 – segavõistkond,
- 16 – seiklus ja seltskond.
17. Kas aeg või distants? – Mulle meeldivad X-T formaadis võistlused, kus igal etapil on kontrollaeg ja siis teed, palju jõuad – mitte aga eeldatit, et enamik peaks läbima kõik punktid.

**Tanel Kannel:**

1. Tossud. Pikkade seikluste pikkadel rattaetappidel eelistan rattakinga – annab sõidukiiruses ja -ökonoomsuses veidi juurde ning keerulisematel lõikudel on rattasõit kindlam. Lühikestel seiklustel on seiklusspordijalats + korv minu jaoks kiirem, sest ma ei ole kõige kiirem vahetusalas toimetaja. Niipalju jõudu ja vastupidavust ikka on, et lühikesed rattasõidud ära kannatada.
2. Seiklusspordi jalanõud. Jooksutoss ei taga piisavat haardumist ega kaitset, orienteerumisjalats mugavust ja toetust. Lisaks veel jalatsi vastupidavusküsimused.
3. Nii ja naa. Pigem õhemalt kui paksemalt, eriti ühepäevastel võistlustel.
4. Sõrmikud, vajadusel kooriklabakud peale.
5. Peakate – kaitseb nii kuuma kui ka külma eest. Tihtipeale on see kohustuslik aksessuaar.
6. Buff, kasutatav mõlemana.
7. Seljakotist voolikusüsteem. Mugavam. Teinekord parema kaalujaotuse huvides veel veepudelid rinnale seljakoti rihmade külge.
8. Vesi. Viimastel aastatel veega lahjendatud mahl.
9. Geelid, alla 12tunnistel müslibatoonid ja geelid. Energiabatoone vähem. Pikkadel distantsidel lisaks soolasemat.
10. Õine võistlus. Õös on asju. Mitmepäevane, ehk nii öö kui ka päev on muidu eelistus.
11. Rattaorienteerumine on mul jooksuga võrreldes selgelt nõrgem, selle tõttu on rattaetappidel rohkem väljakutset, kuid öised või udus sõidetavad kanuud on ka lahedad.
12. Köieülesanne. Köieülesanne ajab adrenaliini üles, vettehüpped/ ujumine mitte niipalju (v.a sügisesed või kevadised ujumised Lätis).
13. Üldjuhul teid mööda ringi, kuid siiski sealt, kust on optimaalsem. Tavaliselt teid ja radu pidi.
14. Neljaliikmeline, pikad seiklused on tavaliselt 4liikmelistele tiimidele.
15. Segavõistkond.



16.Seiklus ja seltskond, meeldiva seltskonnaga seiklusel saavutatud hea sportlik tulemus.

17.Kas mitme- või ühepäevane? Mitmepäevane, sest ühepäevased võistlused ei paku piisavalt seikluslikkust.

### Rain Lond:

- 1.Rattakingad, sprindivõistlusel tossud.
- 2.Seiklusspordi jalanõud.
- 3.Lühikeste käiste ja pikkade säärttega.
- 4.Sõrmikud.
- 5.Peakate alati kaasas, vajadusel peas.
- 6.BUFF.
- 7.Seljaketist voolikusüsteem; pudelit seljakotitaskus – lihtsam täita.
- 8.Vesi.
- 9.Geelid ja energiabatoonid.
- 10.Õine võistlus.
- 11.Ratta- või kanuuetapp.
- 12.Kõieülesanne või vettehüpe/ujumine, mõlemad võivad olla toredad ja samas ka üliirõvedad.
- 13.Kas minna otse või teid mööda ringi, otsustab Randy.
- 14.Neljaliikmeline.
- 15.Segavõistkond.
- 16.Sportlik tulemus JA SEIKLUS ja seltskond. Eelkõige sõltub see võistlusest- Eestis eelkõige sportlik tulemus. Mida pikem ja raskem võistlus, seda suuremaks muutub seikluse osakaal.

### Margus Marrandi:

- 1.Eestis ja Lätis võisteldes kindlasti tossud.
- 2.Seiklusspordi jalanõud, aga kaljumaastikul võiks ka naastar olla.
- 3.Lühikeste käistega särk kuna jakk on pika varrukaga, pika säärega püksid, kaitsevad nõgese jms eest.
- 4.Sõrmikud (labakute tarvis peaks üle 20 kraadi külma olema).
- 5.Peakate (oleneb temperatuurist).
- 6.Müts.
- 7.Seljaketist voolikusüsteem.
- 8.Vesi (gaasita mineraalvesi).
- 9.Võileivad, rosinad ja küpsised või geelid ja energiabatoonid - kasutan kõiki neid, valik oleneb võistluse pikkusest – pikematel ka "Selga" küpsised ja võikud.
- 10.Õine võistlus (tehnilisem, ülikiired ja füüsiliselt tugevamad kaasvõistlejad kaotavad oma eelise).
- 11.Jalgsietapp (sõltub sellest, millist spordiala keegi on enne multispordi juurde tulekut harrastanud. Mina olen orienteerunud vist umbes 27 aastat).
- 12.Kõieülesanne.
- 13.Orienteerumiskaardil minna ikka otse, aga põhikaardil ja nt 50 000 mõõtkavaga kaardil pigem kindla peale ehk ringi.
- 14.Kaheliikmeline (mida vähem on liikmeid, seda lihtsam, oleme seda rogainides õppinud).
- 15.Segavõistkond on tasakaalukam, meestega läheb kindlasti kiirus üles ja vigu rohkem – mõlemad sobivad, eelistus puudub, naiskonda mind ei võetaks.
- 16.Seiklus ja seltskond (viimasel ajal pole füüsiline vorm (laiskus) lubanud tulemust taga ajada).
- 17.Kas loed kaarti või jõlgud sabas.



Alar Jõeste

### Heiti Hallikma:

1. Loomulikult meeldiks mulle rattaking, aga enamasti olen sunnitud eelistama tossu. Põhjusi on kaks: a)tossude vahetamine röövib palju aega, mida (lühikestel etappidel) kinga kasutamine ei kompenseeri, b)üldjuhul pole rattakingi lubatud jalgratta juurde jätta, mis tähendaks nende kaasa-skandmist muudel etappidel.
- 2.Seiklusspordi jalanõud, mis on pehmema tallaga ja kindlasti mugavamad erinevatel ja ootamatutel lisaülesannetel.
- 3.Käised alati lühikesed kui ilm lubab. Püksid enamasti pikad, lihtsalt õhemad soojema ilma puhul. Suvel põlvikud + üle põlvepüksid.
- 4.Sõrmikud, külma ilmaga on kotis kooriklabakud ja/või tagavarasõrmikud.
- 5., 6.Sõltuvalt temperatuurist, üldjuhul meeldib paljas pea. Buff on üks lemmikuid, on ta nüüd peapael või müts.
- 7.Lühikestel võistlustel loodan ainult rattapudelile, pikematel seljakott ja voolikusüsteem.
- 8.Algul jõujook, alates umbes 10. tunnist vesi, mineraalvesi, lahja mahl.
- 9.Lühikesel võistlusel geelid ja energiabatoonid, pikematel tahaks vahele midagi soolast.
- 10.Õine on põnevam. Aga tegelikult pole vahet, peamine on SEIKLUS.
- 11.Kõik meeldivad, põhiline, et oleks vaheldust.
- 12.Mõlemad, eriti lahe on kõieülesanne veest või vette.
- 13.Ei ole otsest eelistust, see sõltub maastikust, tujust, väsimusastmest, kaardi täpsusest jne.





Karli Lambot ja Rait Pallo

14. Ei ole eelistust.
15. Ei ole eelistust, rohkem on asi ikka inimestes.
16. Viimasel ajal rohkem seiklus, kus hea sportlik tulemus on lisaboonuseks.
17. Kas mõistus või jõud? Igal juhul mõistus, võime kohaneda ootamatute olukordade, kaartide, lisaülesannete, rajaga. See võtab tegelikult kokku minu nägemuse seiklusest: pole tähtis, millised on alad ja millised on ülesanded, tähtis on seiklus, meeskonna võime lahendada ühiselt ette tulevaid ülesandeid ja mida rohkem üllatusmomenti, seda lahendam.

#### Epp, (Vahuri Inglise):

1. Rattasõiduks eelistatult stiletid, jalutamiseks maastikustiletid või mõned muud kontsaliised.
2. Kostüümiga sobivus on oluline, muus osas vahet pole, poriseks saavad kõik ühtemoodi.
3. See on igavikuline küsimus, mille vastust pole veel õnnestunud välja selgitada. Üks on kindel: ilusad sukad on MUSTAD.
4. Peaasi, et mätshiksid kostüümiga.
5. Kiiver või halo, või mõlemad korraga.
6. Kas patsikummid või buff.
7. Pudelivõõ, sest seal on lihtsam sõbrale lonksu anda.
8. Inglisejook.
9. Kummikommid.
10. Vahet pole, kui vaja siis vaja.
11. Kanuu, sest seal on hea tshiuua laulu kuulata.
12. Meid pole kunagi kõie ligi lastud, aga nähtavast eelistaksime ikka seda, sest seal ei saa tiivad märjaks.
13. Teed mööd ringi.
14. Vanarahvas ütleb, et kaks lähedat kaklema, kolm on konstruktiivne kollektiiv, aga neli juba kolhoos.
15. Meid ei ole siiani keegi julgenud segama tulla.
16. A-raja võit.
17. Kas Porgandid või Gõudiskaverid või Kiirrong või Vauded või Iskid? Vaatame iga juhtumit käitumise pealt eraldi.

- Kas pärast võistlust peole või koju kotile? Koju kotile vaid äärmisel juhul kergeks bjuutisliibiks.
- Kas enne võistlust peole või vara magama? Kui vähegi kuu ja tähtede seis on, siis lükkaks magamist edasi.
- Kas pohlad või mustikad? Mõlemad.
- Kas nõu või jõuga? Jõudu on limiteeritud, nõu on tühi, üritame kavaluse ja hea juhusega.

#### Kaido Hallik:

1. Tossud, sest rattakingadega lihtsalt ei ole ma kunagi sõitnud. Lisaks on need head selleks, kui vahepeal jooksmas peab, saab paremini hakkama.
2. Seiklusspordi jalanõud.
3. Pikad, sest nii kaitseb paremini keha.
4. Sõrmikud, sest saab vajadusel paremini sõrmi kasutada.
5. Peakate, sest aitab pead kaitsta.
6. Müts.
7. Voolikusüsteem, sest nii saab mugavamalt ja kiiremini juua.
8. Jõujook, sest annab rohkem energiat.
9. Lühemal võistlusel geelid ja energiabatoonid, pikemal kõik eelnimetatud.
10. Öine, sest öösel on põnev.
11. Kõik, pikemal võistlusel on väga mõnus, kui need alad pidevalt vahelduvad.
12. Vettehüpe/ujumine.
13. Kõik oleneb olukorrast, üldiselt püüan leida kiireima tee, mõnikord, kui rohkem seiklust tahaksin, võib valida otsetee, kuigi ringi tundub kiirem.
14. Konkreetne eelistus puudub, aga võib-olla on 3 kõige optimaalsem, sest 2 pole veel seltskond ja 4 kokkusaamine võib mõnikord olla keerukam kui 3 kokkusaamine.
15. Meeste võistkond.
16. Rohkem on oluline olnud sportlik tulemus, viimasel ajal on see pisut taandunud. Tunnen rohkem rõõmu ka lihtsalt seiklusest ja seltskonnast.

#### Kokkuvõte

Keskmine Eesti seiklussportlane:

- 1., 2. Eelistab nii rattaetapil kui ka kogu rajal seiklusspordi jalanõusid.
3. Kannab lühikeste käiste ja pikkade säärtega pükse.
4. Käes sõrmikud, talvel sageli kaasas õhukesed kooriklabakud.
- 5., 6. Kannab peas peakatet, mis on kas müts või buff.
7. Kasutab seljakotist joogisüsteemi ja üsna paljudel on lihtsalt veepudel (ka rattapudel) kaasas.
8. Joob rajal vett.
9. Lühematel distantsidel sööb geele ja energiabatoone, üle 8 (12)-tunnistel sööb kõike.
10. Eelistab:
  - öist võistlust,
  - rattaetappe,
  - kõieülesandeid.
13. Liigub optimaalsemat teed pidi – kas otse või ringi.
- 14., 15. Eelistab 4liikmelist omavahel hästi sobivat segavõistkonda.
16. Oluline on seiklus ja seltskond, kellega saavutada boonuseks hea tulemus.
17. Meeldib lugeda kaarti, mitte jõlkuda sabas ajaga limiteeritud mitmepäevasel võistlusel, kus võidavad nutikamad.

Kokkuvõtte tegi ja rubriiki toimetab Maret Vaher



Nimi, võistlusklass, klubi

## Rein Unt

juba H 60

alates 1985. aastast kui vormistati orienteerumisklubi TON, selle liige.

Sünnipäev, elukoht, perekond

19. juuni 1949

Tallinn, Mustamäe.

Abielus, kaks tütart, kuus lapselast.

Haridus, amet

Polütehnikum, raadiotehnika eriala.

**Töökoht:** See, mis toidab on FORS MW, Leif Forsi poolt juhitud metsa- ja põllumajandustehnika valmistaja Sael. Suurema osa vabast ajast võtab orienteerumisklubi TON. Olen olnud 12 aastat selle juhatuse esimees.

Amet Forsis: elektrik-elektroonik.



2005 juuni

### Milline näeb välja sinu tavaline tööpäev?

Ärkan kell 6, et 7ks tööle jõuda. Tööpäev on pingeline, kuna pean põhiliselt üksi hooldama-remontima kõiki tehases kasutatavaid masinaid-mehhanismetootmisliine-valgustust, millel esinevad elektrilised vead. Seadmeid on mitusada. Ja „ülemusi“ (firma töötajaid) on üle saja, kelle kõiki elektriga seotud muresid pean püüdma lahendada. Töö sarnane natuke orienteerumisega, sest vigu tuleb tihti otsida skeemide abil ja ka kaudsete meetoditega, mis eeldavad pingsat peaga tööd. Ka territoorium on päris suur, füüsilist koormust koguneb omajagu.

Tööpäeva lõpus on pea tihti nii väsinud, et ei kujuta ettegi, et kodus pean klubi asju ajades teise tööpäeva veel tegema. Paber- ja kaardimajandusele lisanduvad sõidud plaani võetud maastikele ja võistluskeskustesse, maaomanike juurde, ametiasutustesse. Klubi korraldatavate neljapäevakute kooigipooldest võiks kirjutada mitu lehekülge. Magama tavaliselt enne 23.30 ei jõua. Pidevalt jääb puudu lisatunnike uneks.

### Sina ja orienteerumine?

Selle punkti alla peaksin kirjutama vist kogu senise eluloo, sest suurem osa minu elust on mingit pidi orienteerumisega seotud. Käisin koolis Kadriinas, mille ligidal on Neeruti mäed. Kui olin 9. klassis, korraldati Neerutis Rakvere rajooni meistrivõistlused mäkeorienteerumises. Kehalise kasvatusõpetaja saatis mind ka osalema, arvatavasti suusatasin piisavalt hästi, et talle silma jäin.

Olin Neerutis palju suusatanud (mägedest alla lasknud), aga kaardiga rajale

saadeti esimest korda. Jälgisin kaardil maastikku ja mulle oli kogu aeg selge, kus asun. Mõni koht tuli muidugi tuttav ette ka. Pärast selgus, et võitsin oma vanuseklassis. See oli mulle suur üllatus ja hakkasin arvama, et oskangi orienteeruda. Aga varsti püüti see ära nullida. Nimelt korraldati mõni aeg hiljem sama maastiku teisel osal Eesti noorte MV mäkeorienteerumises. Lootsin saada rajooni koondisse, aga pandi hoopis üks mu klassivend. Õpetaja ütles, et tema suusatab kiiremini.

Mind palus aga appi üks klassiõde (hiljuti kuulsin, et tema poeg käib ka orienteerumas), kes ei oskavat kaardilt midagi välja lugeda. Olin õpetaja peale vihane ja nii otsustasingi sõita klassiõel sabas, et teda hädas aidata. Muidugi kutsus ta mind juba esimeses KPs appi ja nii me siis läbisime koos raja ning ta sai esikoha. Tagantjärele mõeldes piinlik lugu, aga see tekitas minus tunde, et võin orienteeruda küll.

Kahjuks mul ei vedanud tehnikumi o-MV Sael ja nii ei jäänud ma silma samal ajal tehnikumis käinud kogemustega orienteerujatele. Ma otsisin Sael esimest KPd tund aega (sattusin vale maja juurde ja kammisin seal kogu metsa läbi) ja kogu raja läbisin ligi 2 tunniga. Võitja aeg oli 1 tund. Tehnikumi esimesel kursusel tulin aga oma grupis krossijooksus teiseks (ilma mingi eeltreeninguta) ja tuntud treener Olav Karikosk kutsus mind jooksutrenni.

Tehnikum sai läbi ja enam ei olnud huvi jooksu treenida. Tööle läksin raadiotehasesse Punane Ret. Seal oli väike seltskond, kes käis matkamas ja Lehise Mati oli nendest päris orienteeruja. Selle grupi

initsiatiivil korraldati tehase öised orienteerumisevõistlused Pirital. Selle kaardi taha olen kirjutanud, et startisin viimasena ja saabusin esimesena. Täheandab, mingi anne oli olemas.

1971. aasta kevadel lugesin Õhtulehest, et algamas on orienteerumiseljapäevakute hooaeg ja esimene neljapäevak toimub Kloostrimetsas. Kuna elasin Meriväljal ja olin Kloostrimetsas jooksmas käinud, mõtlesin proovida seal orienteerumist. Tulin metsast välja küll. Ja kui teisel neljapäevakul Rakus lõpetasin M III klassis (praegu M-C) 107 mehe hulgas teisena, oligi orienteerumisele käsi antud.

Tippsporlaseks pole ma ennast kunagi pidanud, kuigi osalesin mitu aastat Eesti, Kalevi ja Jõu koondises mitmesugustel maavõistlustel ning Eesti MV-I olin mitmel korral kümne parema hulgas. Tugevamat trenni selleks, et Eesti MV medaliteni jõuda, ma ei ole teinud. Tunnetasin oma taset ja mulle sellest piisas. Ka oma tase maailma veteranide vanuseklassides sain teada, kui olin kahel aastal 400–450 osavõtja hulgas 22. kohal.

### Millist rolli mängib orienteerumine sinu pereliikmete, töökaaslaste ja sõprade seas?

Pereliikmed panin ka orienteeruma. Abikaasa ütles, et temale see ala ei sobi ja loobus. Tütardele õpetasin olulise selgeks ja teismeeani käisid nad vahete-vahel neljapäevakutel. Seejärel tuli pikem paus. Uuesti hakkasid nad osalema neljapäevakutel, kui olid juba üle 25 aasta vanad. Ja seda ilma minu kutsumiseta. Nüüd on nad ka oma lastele o-aabitsatõed selgeks teinud. Kõige meeldivama üllatuse tegid



tütred 2002. aastal, olles neljapäevakute kokkuvõttes N-C klassis esimene ja teine.

Töökaaslased (ja tundub, et ka firma omanik) suhtuvad mõistvalt, et ma mõnikord tund-paar varem pean töölt lahkuma asju ajama või võistlustele minema. Kedagi neist metsa meelitada pole aga õnnestunud.

#### Suurim orienteerumiselamus?

On olnud suuri elamusi. Neljapäevakutel käimise esimesel aastal, so 1971. aasta 19. septembril, toimusid esimesed Eesti MV mootorienteerumises (valikorienteerumine mootorrattastega). Mul oli mootorratas „Jawa” ja otsustasin osaleda. Võistlus toimus Kernust Kohila poole jääval metsaalal. Kontrollaeg oli 2 tundi ja maastikul oli 25 KPd. Peale meie tugevamate orienteerujate osales ka mitmeid lätlasi, sest nemad olid seda ala juba varem harrastanud.

Sidusin bensupaagi ümber nõõrid, pistsin kaardi nõõride alla ja läks sõiduks. Mul õnnestus vist hea plaan koostada, sest sain kõik KPd 1 tunni ja 54 minutiga kätte (ilma vigadeta) ning olin esimene. See oli mulle üks elu suurimaid üllatusi.

Üht üllatust mainiksin veel. See oli Jyväskylä toimunud Jukolal. Startisin esimeses vahetuses. Meid oli umbes 1200 meest, kes stardipaugu järel pimedusse jooksid. Esimestesse KPdesse oli joosta alla kilomeetri, umbes kolmandik mööda suurt teed ja siis teerada pidi. Esimesed kaks hajutuspunkti olid lähemal ja minu oma nendest paarsada meetrit edasi. Kõik ees ja taga jooksjad kadusid nende lähimate punktide poole. Ronisin nõlvast üles täiesti üksi ja sattusin täpselt legendikule, kus oli KP Seal ei olnud kedagi, ka eemal ei vilkunud ühtegi lampi. Oli selline tunne, et olen vist sattunud valesse kohta. Selle koha peaks kohe praegu läbima vähemalt 400 osalejat, mina olin ju jooksjateriivi keskel. Kaasvõistlejaid kohtasin alles poolel maal järgmisse KPsse. Müstikaks see seik mulle jäigi.

#### Mida pead oma elu sportlikuks tippsaavutuseks?

Kindlasti seda, et saavutasin tolleaegse

spordijärkude redeli ühe kõrgema, NSVL meistersportlase nimetuse. Selle võtsin eesmärgiks 1974. aastal, kui juhuslikult täitsin Eesti meistrivõistlustel valikorienteerumises I spordijärgu. Järgmisel aastal ületasin meistikandidaadi normi ja 1977. aastal õnnestuski ihaldatud märk rinda saada.

Edasi läks juba kõik allamäge. Oma teadmatuses tegin sama aasta sügisel tervisele liiga ja pidin terve järgmise hooaja vahele jätma. Edaspidi ei julgenud ennast tõsiselt füüsiliselt koormata. Tundub, et midagi hullu siiski ei olnud, sest olen läbinud viimasel ajal joostes isegi paar 8tunnist rogaini.

#### Mille üle oled õnnelik?

Olen õnnelik, et sattusin orienteerumise juurde. See on just selline ala, mis mulle sobib. On nii mõtlemist kui ka füüsilist pingutust, paras ports emotsionaalsust ja väga palju meeldivaid inimesi. Hästi hea laisale inimesele, kes muidu ei viitsiks ennast kodust välja ajada, sest ala ise meelitab osalema.

#### Kas sinu aastaplaanidesse kuulub ka mingi kindel orienteerumisüritus?

Ootan järgmist suve, et osaleda 33. korda llvesteatel. Seni ei ole seda võistlust enda teada kordagi vahele jätnud. Mulle meeldib selline emotsionaalne üritus ja llvese klubi korraldused on ka head.

Kuna emapoolses suguvõsas on paljud elanud üle 90 aasta vanaks, siis loodan, et kui mitte enne, siis minu pärast tehakse veteranide MMil uus vanuseklass – M-100.

#### Milliseid harrastusi sul on veel lisaks orienteerumisele?

Nooremana pühendasin palju aega fotograafiale ja tuttavate-sugulaste telerite-raadiote remondile. Ka kõik kodus vajaminevad riulid-kapid valmistasin olude sunnil ise. Siis võtsin kätte ja leidsin aega suvemaja ehitamiseks, kus väga suur osa töid on oma tehtud. Viimased 12 aastat olen vabal ajal harrastanud oklubi juhtimist. Kahel viimasel aastal olen pidanud leidma aega korteri remondiks ja

sinna ümberkolimiseks.

Meeldib rajameistri tööd teha. Tänavu tuli seda ette võtta rekordiliselt – 6 korda.

#### Kas loed ajakirja Orienteeruja?

Orienteerujat olen ikka tellinud. Juba siis kui see veel ajaleht oli. On nagu väike pidupaev, kui võtad lahti värsket numbrit ja kohtud jälle tuttavatega, nende tegemiste ja mõtetega. Alustan ikka avarubriigist, ainult natuke kahju on, et see ei ole enam presidendi veerg.

Sellisest ajakirjast ei tahaks küll loobuda. Minu töökohas Orienteeruja lugejaid ei leia, sest 90% töötajast on muukeelsed ja eesti keel ja kirjandus suuremat osa neist ei huvita.

Mis levitamisse puutub, siis on mul selline mõte. Näiteks võiks jagada ajakirja tasuta mõnes koolis. Selles numbris oleks trükitud vastava kooli kaart koos rajaga ja joonega, kuidas rada on läbitud, lisaks veel kommentaarid läbimise juurde. Usun, et nii mõnigi õpilane uuriks seda ja saaks kergelt selgeks tingmärgid ja raja läbimise oskuse. Ning võtaks julguse seda kaardiga proovida. Kui algtõed on olemas, tuleb hiljem orienteerumisüritustel osalemise mõte kergemini pähe.

Mis teemadesse puutub, siis väga meeldivad harivad teemad. Hea näide on ajakiri nr.1, 2010. aastast. Ise tahan edaspidi tutvustada vanu kaarte ja kirjutada nende juurde mõne loo.

#### Milline on sinu arvates praegu Eesti orienteerumiselu olulisim probleem?

Meie klubi mätta otsast vaadatuna on kõige nutusem noorte puudumine klassides 14–18. Lihtsalt kahju, et nad nii heast (spordi)alast ilma jäävad. Õnneks nõõrirajal noori ikka käib ja vanemas eas tegijaid ka jätkub.

Üldisemas plaanis häirib kõige rohkem see, kui vabariigi valitsus ütleb väga lihtsa lause: anname Ruu kaevandusele rohelise tule (see on muidugi ajakirjanduses kasutatud sõnavara, aga mõte jääb samaks). See tähendab, et üks orienteerumismaastik ehk – spordirajatis – kaob osaliselt ära. Ei ole kuulnud, kas keegi on sellise otsuse vaidlustanud, peale kohalike muidugi.

Tahaksin kuulda, kuidas on orienteerumislidu president sellisele otsusele vastu seisnud. Sest see ei ole ainuke spordirajatis (orienteerumiseks kõlbulik kaardistatud maastik), mis on jäädavalt kadunud või kadumas. Kui keegi otsustajatest asjasse täpsemalt ei süvene, tuleb neid kadunud maastikke kindlasti veel juurde!

Isiklikult tundub mulle, et mingi viga on orienteerumise süsteemis, sest ei ole normaalne kui huvitaval (osaliselt) uuel maastikul toimival pika raja võistlusel osaleb põhiklassis 6 meest. See vajaks pikemat analüüsi ja võiks olla listi-foorumi teema.



2008 aprill perega





# TAOK rogainil võidutsesid vennad Eensaared

Põlvamaal Taevaskoja ümbruses peetud 11. TAOK rogaini kaitses aasta osavõturohkeima orienteerumisürituse tiitlit. Rogainil osales 380 võistkonda kokku ligi tuhande osavõtjaga. Seekordne võistlus ületas samas varasemaid rogaine esindatud maade arvult. Lisaks tavapärasele esindustele Lätist ja Soomest oli tänavu osalemas külalisi Venemaalt, Ukrainast, USAst, Kanadast ja Tšehhist.

Kaheksatunnise kontrollajaga valikorienteerumisvõistluse võitsid Uus-Meremaal toimuvateks rogaini maailmameistrivõistlusteks vormi lihvivad vennad Rain ja Silver Eensaar. Eensaared kogusid maksimumtulemuse 140 punkti, kulutades selleks 7,5 tundi ehk pool tundi kontrollajast vähem. Maksimaalse võimalik punktisumma kogusid ka Jürgen Einpaul ja Alar Abram, kuid neil kulus selleks aega Eensaartest ca 16 minutit kauem.

Segavõistkondadest võidutsesid Merike Vanjuk ja Karli Lambot 138 punktiga, olles üldarvestuses kolmandal kohal. Naisvõistkondadest olid edukaimad Kirti Rebane ja Maret Vaher 129 punktiga.



## PUHKUS vs LAISKUS

Ei teagi millal täpselt, aga mingil sügisel hetkel, kas sõprade kampaaniast „septembris me ei joo“ või mingist muust tähtede seisust, sai algatatud programm „oktoobris sporti ei tee!“. Mingi tõuke andis kindlasti paduvihmas uisutatud Berliini maraton ja kõikvõimalike hooaegade lõpetamine.

Sõbrad tegid oma vastukäigu ja kinkisid mulle reisi Saksamaa suusamaratonile uksest ukseni teenusega, teades, et see on üks hea äraproovitud viis laisklejatele jalad alla saada. See üritus on õnneks nii kaugel, mõtlesin esimestel spordivabaduse nädalatel ja võtsin diivanil lesides kudumisvardad kindlamalt pihku. Trennis olla on ju tore, meenutasin teed rüübates, nagu juuksuriski, aga kes sinna minna viitsib. Päevad möödusid ja äkki avastasin, et oktoober saigi läbi. Spordist puhkamise kampaaniast sai täiesti märkamatu spordist vabanemine, sest siiani ei tekita õue minemisele mõtleminegi muud kui külmavärinaid. Parem visake mind juba kibuvitsapöösasse! Huvitav,

kuidas tavalised spordipeded teevad vahet keha vajadusi arvestaval treeningpausil ja mudalaiskusel? Kuidagi liiga lihtsalt käib see üleminek. Äkki ma ka lihtsalt puhkan? Manakeri see puhkamise asi ei veennud ja ta on lubanud tulla mulle isiklikult motiveerivat keretäit andma.

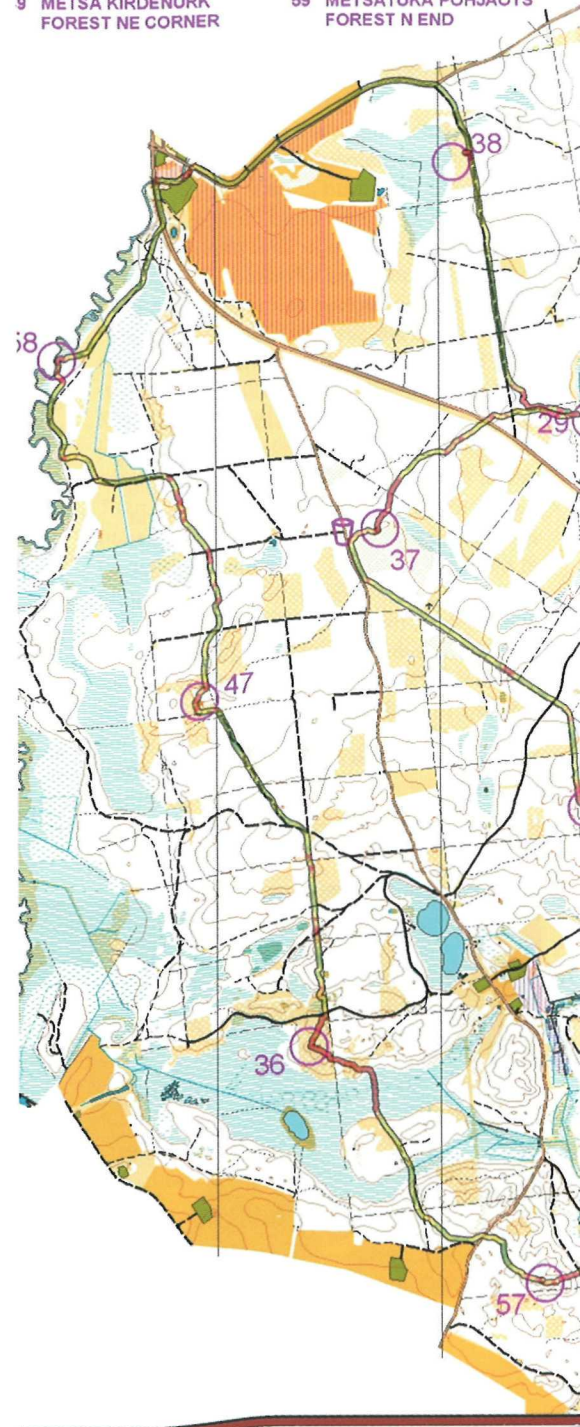
Lõunaingel võttis käsile tõsisema minu spordi juurde tagasimeelitamise aktsiooni ja orgunnis laupäevataie programmi aeroobikast, seinaronimisest ja pinksist siseorienteerumiseni. Pilgust aeroobika trenni saali piisas, et tagasikäik sisse panna. Siseorienteerudes ära ei eksinud, kuid mingit vau-effekti Si-pulka näpu ümber hoides ei tundnud. Siis saadeti mind sulgpallitreeneriks, et kes ise ei viitsi teha, see saab ju tavaliselt vähemasti targutamise hästi hakkama. Sain aru, kui raske on treeneriamet kui huviliste näod reeglite seletamise peale pikemast pikemaks vajusid, et kes selle tujurikkuja siia lasi, et mismõttes peab alt servima ja kes neid jooni maas ikka vaatab...

Tühja Lõunaingli aktsioon päriselt ei jooksnud, sest üks pikema vinnaga uudne spordilubadus sai siiski välja käidud, kuid see tuli ka talle endale ootamatult ja nagu head mõtted ikka, peo käigus. Nimelt lubasid inglid startida järgmisel suvel Sõmerpalu motokrossil punnvõrri klassis. Kas me oleme võrriiga sõitnud? Loomulikult mitte! Vähemalt mitte viimasel .../mingi suur arv/ aastal, mil olen eelistanud autoga austajaid võrriiga austajatele. Aga võibolla vajabki mu letargia millegi hoopis uuega lähenemist?!

Ärge mind päris maha kandke, ootan pehme diivaniga võistlemaid affatlevaid ettepanekuid. Seniks, head talveund!

Ingel Epp

- |   |  |    |  |
|---|--|----|--|
| 0 | ORVAND RE-ENTRANT                      | 40 | ORVANDI KESKOSA RE-ENTRANT MIDDLE PART         |
| 1 | ORVAND RE-ENTRANT                      | 41 | NINA JALAM SPUR FOOT                           |
| 2 | SIHI OTS RIDE END                      | 42 | NINA SPUR                                      |
| 3 | SOO LÖUNAKÜLG MARSH S SIDE             | 43 | KRAAVI KÄÄNAK DITCH BEND                       |
| 4 | KRAAVI KÄÄNAK DITCH BEND               | 44 | SELJANDIKU IDAOTS RIDGE E END                  |
| 5 | RAIESMIKU LÖUNAOTS CLEARING S END      | 45 | KÜNKA TIPP HILL TOP                            |
| 6 | KARJÄÄRI PÕHJAKÜLG QUARRY N SIDE       | 46 | KÜNKA TIPP HILL TOP                            |
| 7 | NINA JALAM SPUR FOOT                   | 47 | KARJÄÄRI LOODENURK QUARRY NW CORNER            |
| 8 | SOO NURK MARSH BEND                    | 48 | POOLLAGEDA PÕHJAOTS SEMI-OPEN LAND N END       |
| 9 | NINA SPUR                              | 49 | IDAPUOLNE ORVAND ÜLAL EASTERN RE-ENTRANT UPPER |
| 0 | LAME KÜNGAS FLAT HILL                  | 50 | NINA SPUR                                      |
| 1 | ORVANDI KESKOSA RE-ENTRANT MIDDLE PART | 51 | KIVI 2 M BOULDER 2 M                           |
| 2 | ORVAND ALL RE-ENTRANT LOWER PART       | 52 | NINA JALAM SPUR FOOT                           |
| 3 | TIIK POND                              | 53 | METSATUKA PÕHJAOTS FOREST N END                |
| 4 | ALLIKAS SPRING                         | 54 | NINA SPUR                                      |
| 5 | NINA JÄRSAKU PEAL SPUR ON A CLIFF      | 55 | ORVAND RE-ENTRANT                              |
| 6 | KÜNKA TIPP HILL TOP                    | 56 | NINA SPUR                                      |
| 7 | LAGESOO PÕHJAOTS OPEN MARSH N END      | 57 | ORVAND RE-ENTRANT                              |
| 8 | METSATUKK PÕHJAOTS FOREST N END        | 58 | JÕE KÄÄNAK RIVER BEND                          |
| 9 | METSA KIRDENURK FOREST NE CORNER       | 59 | METSATUKA PÕHJAOTS FOREST N END                |



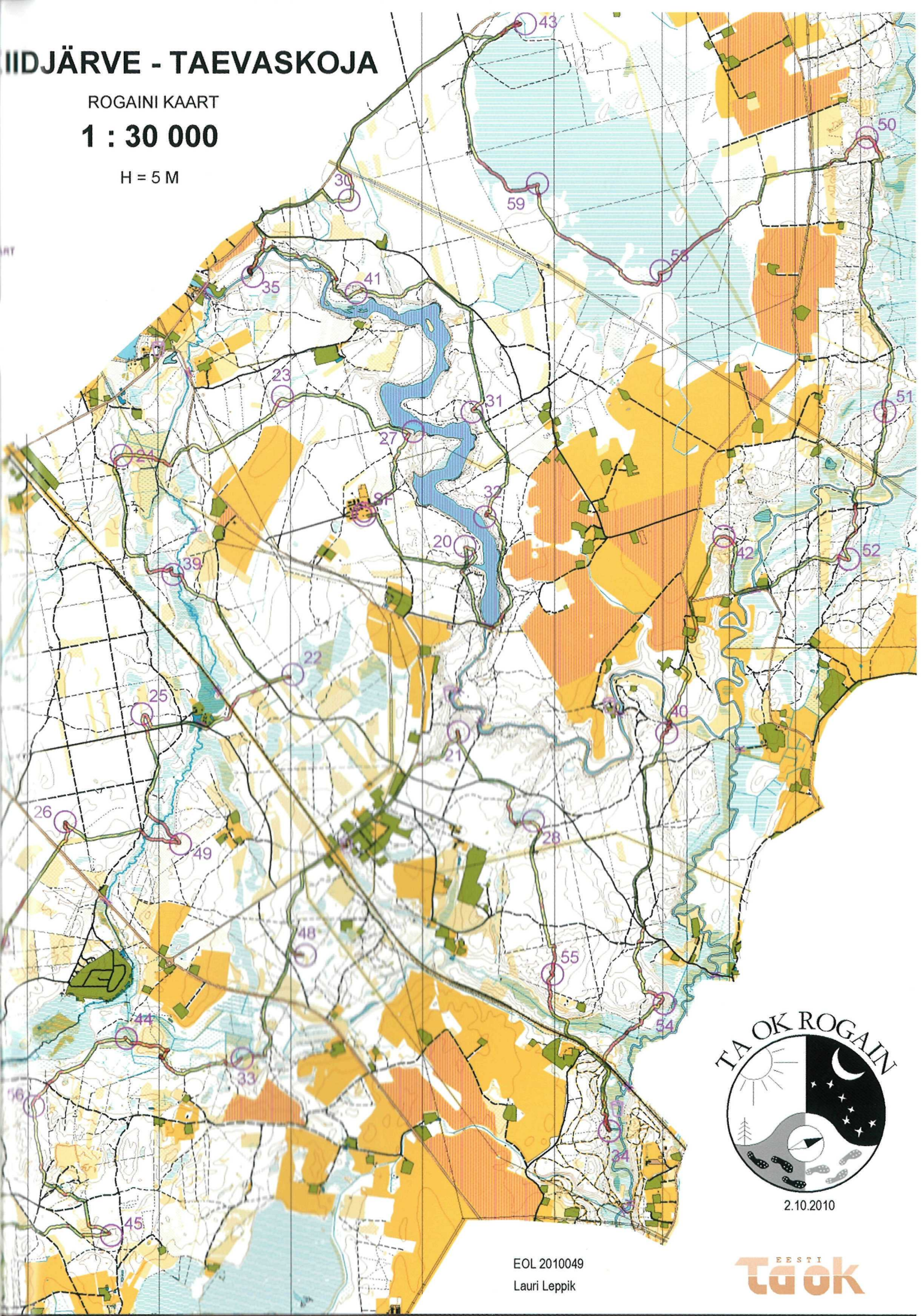


# IIDJÄRVE - TAEVASKOJA

ROGAINI KAART

1 : 30 000

H = 5 M



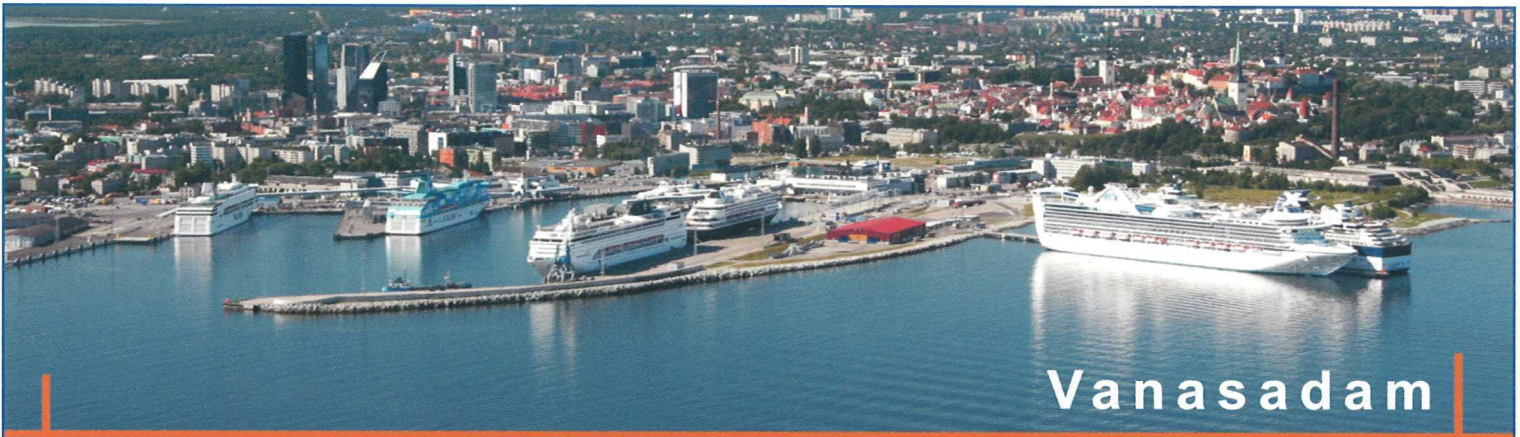
2.10.2010

EOL 2010049

Lauri Leppik

EBSTI  
**Taok**





Vanasadam



Muuga sadam

# TALLINNA SADAM

laevade lemmik



Paldiski lõunasadam



Paljassaare sadam



Saaremaa sadam