

ORIENTEERUJA

27. august 1999

Nr. 6 (42)



Maailmameistrivõistlustel Šotimaal
kirjutati ajalooürikutesse:

**Tavarada: Külli – maailma
7. naisorienteeruja**

**Teade: Tarvo, Erik, Olle, Sixten –
maailma 9. meeskond**



Selles numbris:

• **Leho Haldna Presidendiveerus** lk 2
tõdeb, et suvi on läinud mööda kui unenägu.

• **Leida Sevruk on neljakordne veterani maailmameister! Mati Poomi** reisikiri viib lugejad Taanimaale ning kutsub vaatama maakera teiseltki poolt. Lk 2

• **Pöidlad pihku! – Kas Põlva saab juunioride 2003. a MM korraldusõiguse?** Otsuse 2003. aasta juunioride MM-võistluste toimumiskoha suhtes teeb IOF septembris. Lk 2.

• **MM - võistlused Šotimaal Invernessis:** kommentaarid võistlejailt ja Leho Haldnalt, pikem analüüs Tõnu Raidilt. Lk 4, 5, 6 ja 8

• **Lk. 7 Jürgen Rostrup:** Kuidas saab maailmameistriks. Lugejateni vahendanud Olle Kärner

• **Juunioride MM peeti Varnas,** kus joosta tuli trotsides palavust ja põrsaid. Arti Albert, Lk. 8

• **Lk. 9 Tõkelugu Psühholoogilised faktorid orienteerumisspordis. 3.osa: Kontsentratsioon.** Tõlkija: Sixten Sild

• **Kobras karika tulemused, lüh uudised jm põnevad ja vajalikku –**

kokku 12 leheküljel!

Fotodel: Ülal: Eesti koondis MM võistlustel (vasakult) Tarvo Avaste, Sixten Sild, Külli Kaljus, Kirti Rebane, Ruth Vaher ja Maret Vaher. Pildilt puuduvad Olle Kärner ja Erik Aibast.

All: Ainsa medali tõi korraldajamaale Yvette Baker – naiste lühiraja võitja.

Presidendi mõtteid

Presidendi mõtteid



LEHO HALDNA

Suvi läks kui unenägu

Suvi läks kui unenägu - reisides ja Sjoostes: nii võiks lühidalt kokku võtta paljude orienteerujate juulikuu tegemisi. Minu suvised reisisid viisid mind

kodustele mitmepäevajooksudele – Ilvesteatele Palu metsades ja 4EST-ile Saaremaale ning MM-võistlustele Šotimaale. Sain nende sündmuste juures olla erinevates ja huvitavates rollides-võistleja, EOL volinik ja võistkonna esindaja.

Ilvesteade sai tänava minu jaoks ootamatu alguse, kui klubikaaslase silmavigastus tõstis mind tänavuse Eesti teatemeistri OK Võru esindusmeeskonda. Nelja võistluspäeva jooksul jõudsin järjekordselt veendumusele, et meie noorema põlve tegijate põhihäda on nõrk tehniline ettevalmistus. Eriti tuleb see välja Ilvesteatel, kus on valdavalt lühikesed, pidevat kaardilugemist nõudvad etapid. Tunnistan, et jooksuvõime ei lubanud mul konkurentidest jagu saada, kuid soodne rajaplaneering ja -pikkus võimaldasid mul hoida OK Võru meeskonda esikohakonkurentsis. Ja võit tuligi koostöös Tarvo Avaste ja Sixten Sillaga, kusjuures Sixtenile oli see esimene kord Ilvesteadet võita.

4EST mitmepäevajooks Saaremaal Karujärvel oli minu arvates seni kõige paremini õnnestunud korraldusega 4EST. Tahaks kiita Saaremaa OK, kes vaatamata aastasele ettevalmistusajale said võistluse püsti-paneekuga hästi hakkama. Üldkorraldusel panid saarlased mandrimeestele ära, etteheiteid tuli volinikul kuulda Karujärve kampingumajutuse lärmaka ööelu kohta ja ka auhindade ning autasustamise venimise tõttu.

Saaremaalt väärib meenutamist veel õhtune pargiorienteerumine Kuressaare lossipargis. Tipporienteerujad näitasid siin rahvale seda, mida neil tavaorienteerumises ette ei tule: vallikraavis ujumist, kindlusemüüri ületamist. Show-elementid olid selles võistluses täiesti omal kohal ja ka TV-ülekanne sellest jooksust oleks vaatamängu seisukohalt olnud müüdav.

Enesekriitiliselt tuleb tunnustada, et peaaegu kõik, mis selle võistluse juures oli halvasti, oli EOL voliniku süü. Meeldetuletuseks: võistluse volinik ei ole rajainspektor, nuhk ega muidu paha inimene, vaid ühenduslülil võistlejate ja korraldajate vahel. Volinik peab veenduma, et korraldaja on võistluskorralduse üles ehitanud ja võistlus toimub kirjutatud ja kirjutamata reeglite kohaselt.

Saaremaal oli läbimõtlemita rajainspektori töö, mistõttu langes see koormus volinikule. Eliitklasside avapäeva radade ebaõnnestumise taga oli aga mitmeti tõlgendatav, n.ö. bingo KP. Kaardistaja ei olnud üles leidnud kõiki kivihunnikuid ja rajameister kasutas tõenäoliselt KP objektina ühte neist mittekaardistatutest. Tegelikult oli kogu see piirkond KP paigutamiseks ebasobiv.

Mõned meie võistlejad on muutunud nii väheterantseteks, et seisavad kohas, kus nende arvates peaks KP olema, viis kuni kakskümmend minutit, selle asemel, et läheneda loominguiliselt ja leida KP kõigest 15m kauguselt. Muide, sama KP oli ka H40 võistlejatel, kel oli kõigil meisterlikkust kõnealune KP leida ja tulemuste tühistamist ei soovinud keegi.

Tänavuse orienteerumisaasta tipp-sündmus, MM-võistlused olid seekord Šotimaal Invernensis. MM on kui riikide orienteerumistaseme ülevaatus, kus käib pidev omavaheline võrdlus. Šotimaa ei olnud meile mitte halb koht oma taseme näitamiseks. Tavaraja eeljooksudest said maksimumi arv - 8 - võistlejaga finaali vaid 5 riiki: Soome, Rootsi, Norra, Šveits ja Eesti. Lühiraja eelvõistlus tõi meile siiski pettumuse Maret Vaheri ebaõnnestunud jooksu ja Sixten Silla katkestamise näol. Mõlema jooksu finaalis oli seekord jõudu ja ka õnne parimate kohtade kaasarääkimisel Külli Kaljuse. Külli 7. koht tavarajal on iseseisva Eesti koondise parim individuaaltulemus MM-võistlustel. Heameelt tegi veel teatemeeskonna esimene korralik jooks MM-tasemel. 9. koht on ikka midagi muud kui varasemate aastate 15-17. kohad.

Tahaks tänada kõiki, kes panid oma raha ja aega sellesse, et Eestit väarikalt MM-võistlustel esindada. Saime kinnitust, et meil on olemas maailmas arvestatava tasemega koondis, mis on eelduseks, et lähiaastatel keegi võtab eestlastest jälle ka maailma tippvõistluste medaleid.

Leida Sevruk neljandat korda maailma parim!

Veteranide MM-võistlustel Taani- maal, Aarhusis osales poolteistsada Eesti orienteerijat. 35 osalenud maa seas edestasid meid osavõtjate arvult vaid traditsioonilised tugevad orienteerumismaad Rootsi, Norra ja Soome ning ka korraldajamaa Taani. Võistluste programmi kuulusid tavakohaselt harjutusrada, 2 kvalifikatsioonivõistlust ning A-, B- jne finaali, igaihes kuni 80 võistlejat. Viimased finaaliid olid koguni E tunnusega, mis tähendas, et suuremates vanuseklassides (H50 ja 55) proovis jõudu pea 400 võistlejat.

Eelvõistluste maastik oli Silkeborgi piirkonnas ja on Taani nõudlikemaid orienteerumismaastikke. Üldmuljelt väga tasase Taani kohta oli see valdavalt loodusliku lausmetsa ala tugevasti liigestatud, menutades nii reljeefilt kui läbitavuselt meie Lõuna-Eesti parimaid maastikke Obinitsas, Kaperal või Harglas. Ainult et männimetsa asemel oli kuuse- või segamets ja nõlvad kogu maastikul suuremad.

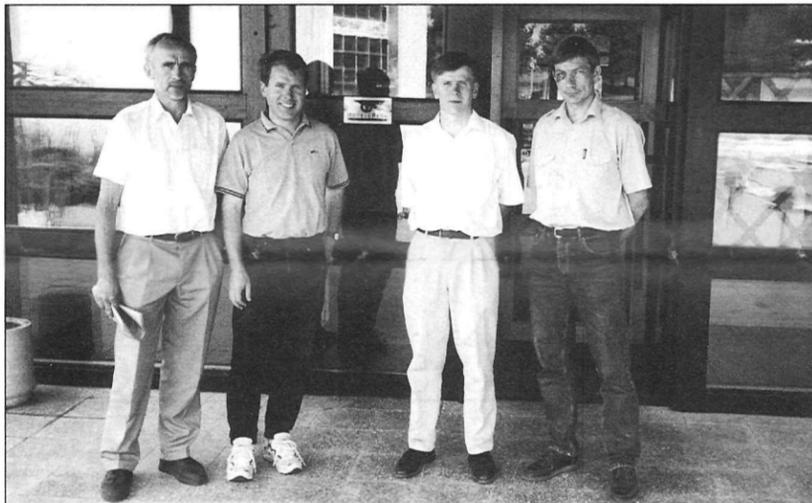
Kõik tundus päris kodune, ka finaali- maastik Lindumis, mis oli tasasem ja rajad mõnede koguni "neljapäevakuetappidega". Kvalifikatsioonipäeval tuli meie võistlejailt mitmeid häid sooritusi, sealhulgas ka võite (Mare Ojaste, Leida Sevruk) ja teisi-kolmandaid kohti (Marje Viirmann, Rein Unt, Toivo Saue). Finaalis oli konkurents muidugi teine ja tugevam ning eestlased enam esile ei pääsenud (D75 8. Valve Nõmme, D50 9. Tiiu Kaasik (211 võistleja seas), D35 11. Marje Viirmann, H50 19. Toivo Saue). Välja arvatud muidugi meie nüüd juba neljakordne maailmameister Leida Sevruk (varem 1995 Peterburgis, 1996 Hispaanias ja 1998 Tšehhimaal), kes oma D85 klassis oli küll ainus osavõtja, kuid läbis esimese eelvõistluse ja finaali määruste-päraselt ja oli taas oma klassi parim. Siinkohal tahaks kasutada juhust ja õnnitleda tohutult sportlikku, elurõõmsat, tarmukat, ettevõtlikku ja julget daami ka 15. augustil

õnnelikult sooritatud langevarjuhüppe eest! Surfaminegi on mõni aasta tagasi ära kogetud, kuid bendzhi-hüpe võiks siiski jääda proovimata! Orienteerumise kurioosumitest veel niipalju, et Taanis maandus ühele meie võistlejale peale nõlvalt hüpanud metskits ja nii, et mees oli kitse kõigi nelja jala kausis. Pidi olema hullupööra õnne, et ükski sõrgadest otse ei tabanud - vaid üks rebis püksid lõhki ja ainult kriimustas jalga.

Eesti orienteerujad on maailma mastaapsematel võistlustel olnud arvukamaid osavõtjaid ja kõrvale ei jäänud ka viimasest kaugemast veteranide MMist Ameerikas. Taanis oli avamisel meie delegatsioon Orientuuri ühtlastes kollastes särkides domineeriv ja pääses päevale ülevaates põhifotole. Järgmine taoline võistlus on jaanuari alguses Uus-Meremaal ja sinnagi läheb paarkümmend eestlast (tõsise soovi korral saab selle Orientuuri reisisa veel ühineda!). Taas sood-

saim võimalus on aga 2001.a., mil veteranide MMi korraldavad leedulased ja kohaks on valitud kaunis ja eksootiline Kura sääär. 2002 tuleb aga taas joosta "pead allapoole", sest võõrustajaks on Austraalia. Kui elujärg kannatab, tasub veteranide MMi kogeda igal huvilisel - võistluste atmosfäär on mõnus, joosta saab pingevabalt ja igaiüks saab koha oma oskustele vastavas finaalgripi. Ja alati saab neilt võistlusreisidelt suure annuse reisimuljeid.

MATI POOM



Nikolai Järveoja, Marcel Schiess, Leho Haldna ja Sixten Sild Põlvas hotell Pesa ees
Foto Nikolai Järveoja erakogust

Põlva võib saada MM linnaks!

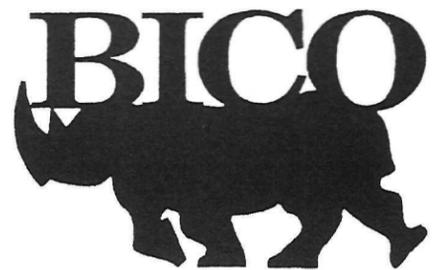
Juuni lõpus külastas Põlva IOFi esindaja Marcel Schiess, et tutvuda 2003. aasta juunioride MM-võistluste võimalike korraldajatega.

Koos Kolla Järveoja, Leho Haldna ja Sixten Sillaga vaadati üle võimalikud võistlusmaastikud ning tutvuti Põlva linnaga.

Lisaks Eestile soovivad juunioride tippvõistlusi 4 aasta pärast korraldada veel Läti ja Rumeenia. Kuna viimases riigis peeti antud võistlused alles paar aastat tagasi, konkureerivad korraldusõiguse eest tegelikult vaid Eesti ja Läti. Eestist siirduski Schiess edasi Läti, et tutvuda Tukumsi ümbruse orienteerumismaastikega.

Hilisema informatsiooni kohaselt eelistab Marcel Schiess 2003. aasta juunioride MM-võistluste toimumiskohana Põlva, mille eduks Läti Tukumsi ees on korralikud majutustingimused, kõikide teiste võistlusega seotud oluliste kohtade lähedus üksteisele ning siinsete korraldajate kogemus suurvõistluste läbiviimisel.

Otsuse 2003. aasta juunioride MM-võistluste toimumiskoha suhtes teeb IOF septembris.



Reisikindlustus
sõitudeks
mistahes maailma nurka

Orienteerujaile Eesti soodsaim
võistlusriskikindlustus

Ära riski – reisi ja võistle muret tundmata!

Vormistamine ja lisainfo Regati 1 - 312,
mitmetel võistlustel ja Tallinna neljapäevakutel

Mati Poom, 250 74686, t. 6398692

Mida öelda Eesti koondiste kohta ?

Eesti organiseeritud o-sportil on ümmargused tähtpäevad – tänavu möödub 40 aastat esimestest Eesti meistrivõistlustest ja tuleval aastal 40 aastat esimesest maavõistlusest.

Oleme arvet pidanud o-koondiste ja koondislaste esinemise kohta alates esimesest matšist. MK etapid vajavad veel üle kontrollimist, aga ka ilma nendeta on kirjas 194 võistlust. Rohkem kui kolmesaja koondislase seas on teenekamad Marje Viirmann - 71 korda (1977-1993), Uku Annus 66 (1965-83), Maire

Raid -65 (1960-82), Arvo Kivikas -59 (1968-84), ja Ira Saar -57 (1967-84). Oleme koondise esinemisest ka mitmel korral kirjutanud. Tänavu kevadel valmis Eesti Spordimuuseumile kokkuvõte "Eesti orienteerumiskoondiste esimene veerandsajand (koopia ka TÜ Raamatukogus ja Rahvusraamatukogus). Koondus on võistelnud märkimisväärse tulemuslikkusega. Ta väärrib laialdase mat tutvustamist kui vaid käsikirjaline ajalugu. Selleks on kavas tuleval aastal avaldada

loodetavasti laiemat publikut huvitav fotode ja kaartidega illustreeritud raamat O-koondise esinemisest 40 aasta jooksul. Oleme juba saanud olulist abi kroonika kirjutamisel, aga vajame seda veel. Palume endistel ja praegustel koondislustel mitte heituda, kui nende abi soovitakse mõne sündmuse kirjeldamisel. Eks pea kroonika olema võimalikult väheste vigadega.

VELLO VIIRSAJU
OLAVI KÄRNER



Ümmargune arv aastaid – 10 – on möödunud ka sellest võistlusest ja võidust. Fotol: (vasakult) Inno Ling, Leho Haldna, Are Leesik ja Sixten Sild – NSVL MV võitjad teatejooksus. Foto Sixten Silla erakogust

Kopranahad Armo Hiiele ja Anu Annusele

11. Kobras karikavõistlustele Karaskisse tuli üle 400 orienteeruja viiest riigist. Nendest lätsi paaritosina ringis. Kauge-malt tulijad olid tšehhid oma minibussiga. Kohapeal liikusid nad ringi jalgratastega. Tšehhide esmakordsed muljed orienteerumisturistidena Eestimaast ja võistlusest olid väga head. Meilt siirduti Saaremaale ja sealt edasi Tallinna. Järgmisel aastal lubasid nad tulla juba suurema seltskonnaga.

Kuigi Eesti koondise põhitegijad olid MM-il Šotimaal, jätkus meeste eliitklassis võitavate soovijaid küllaga. Selleks meelitas igapäevane eriauhind. Kolme päeva summas võitis kopranaha ARMO HIIE Ilvesest, kellele kuulus ka avapäeva võit. ANDREAS KRAASIL (Sauga Tammed) ebaõnnestus esimesel päeval täielikult, saades alles 16. koha. Teise päeva aga Kraas võitis INNO LINGI (Lehola) ees. Kokkuvõttes jäi Ling siiski kol-

mandaks. Leedulast SKIRMANTAS RAMOSKAT teine koht üldsummas rahuldaks, kuid rahul polnud ta sellega, et tal ei õnnestunud saada ühtegi päevavõitu. Viimasel päeval sai esikoha ANDREI NIKITIN (SRD).

ANU ANNUSELE Pekost kuulusid D21E klassis kõik päevavõidud ja üldesikoht ELO SAUE (Ilves) ees.

Meeste parimatega vesteldes jäädki rahule Kopra tavapärase hea korraldusega (jook pikkadel radadel metsas ja ka finišis, puhvetid, maitsev supp, dušš, nimelised WC-d tsinkplekiga kaunistatud, ilus võistluskeskus, meelde jääv autasustamiseremoonia jne.). Meeldivalt oldi üllatunud hästi planeeritud ja korrektselt paigaldatud kontrollpunktidega. Seekord jäädki rahule ka klasside rajajikkude ja võiduaegade-ga.

Võistluse toetajateks olid OK Põlva Kobrase pikaajalised lepingupartnerid: PÄRNU ÖLU

AS. GREENY AS, KAGU PETROOL AS, RAUDNAGEL OÜ, PÕLVA LINN. Auhindade või siis nende muretsemiseks andsid raha BOSTIK AS, PÕLVA TARBIBIATE ÜHISTU, COCA COLA, ORBIT, VAROLA OÜ, PALOMA PAPP AS, CISTA AS, KOBRAAS AS, VAN DER GRAAFF AS, ERASTVERE METSKOND, KÖLLESTE VALD.

Janu aitas leevendada VÄRSKA VESI AS, heinaniitmise juures oli PÕLVA TEEDEVALITSUS.

Täname kõiki osavõtjaid meeldivate kolmepäevaste elamuste eest ja ebaõnnestujatele soovin paremat tulemust järgmise aasta KOBRAAS KARIKAL Valgesool 4-6. augustil.

NIKOLAI JÄRVEOJA
OK Põlva Kobras president



Fotol: D21 medali-kolmik (vasakult) Elo Saue (2.), Anu Annus (1.) ja Merike Vanjuk (3.)

Euroopa MV orienteerumises aastal 2000

Šotimaal MM-võistluste ajal toimub Euroopa orienteerumislitide juhtide koosolek, kus otsustati järgmisel aastal korraldada kontinendi lahtised meistrivõistlused. Euroopa MV toimuvad Ukrainas, Truskavetsis 28.06.-04.07.2000 koos MK-sarja etapiga ja MK-reeglite kohaselt. Kavas on eeljooksuga tavarada, teade ja lühirada. Iga riik võib välja panna kaks 3-liikmelist teatevõistkonda nii naiste kui meeste arvestuses, kuid medalid antakse ainult iga riigi parimale võistkonnale.

Eelinfo põhjal on teada, et võistlus toimub Lvovist ca 80 km kaugusel kuurortlinna Truskavetsi lähiumbruses. Võistlusmaastikud on linna külje all, sisaldades nii suurte kõrgustevahedega Karpaatide eelmäestiku nõlva, kui ka tasa-seid maastikuosi.

LEHO HALDNA

2000. a MK-sarja osavõistlused

15.04	tavarada	Jaapan
16.04	teade	Jaapan
22.04	lühirada	Austraalia
23.04	tavarada	Austraalia
24.04	tavarada*	Austraalia

*viitstart eelmise päeva tulemuste põhjal

30.06	teade	Ukraina
01.07	tavaraja eeljooks	Ukraina
03.07	tavaraja finaali	Ukraina
04.07	lühirada	Ukraina

18.07	mitmepäevajooks 1.päev	Soome/Lahti/FIN5
19.07	mitmepäevajooks 2.päev	Soome/Lahti/FIN5
20.07	superlühirada	Soome/Lahti/FIN5
21.07	mitmepäevajooks 3.päev	Soome/Lahti/FIN5

11.10	lühirada	Portugal
12.10	tavarada	Portugal
14.10	teade	Portugal

Punktiarvestusest:

Arvesse lähevad Portugalis toimuvad etapid ja 4 tulemust varasemast 7 võimalikust. See tähendab, et ainult Euroopas võisteldes on võimalik 6 arvesseminevat tulemust kokku saada. IOF Nõukogu otsusega on Portugali MK-etapid kindlasti punktiarvestuses, sest tahetakse saada tõelist, haaravat MK-finaali. Sellega on

osaliselt hüljatud varasem põhimõte, et MK-sari selgitab maailma parima orienteeruja läbi kogu hooaja.

Teatevõistlustel lähevad arvesse kõik 3 tulemust, mis võtab esikohavõimaluse riikidel kellel ei ole raha kolme võistleja lähetamiseks Jaapanisse-Austraaliasse.

LEHO HALDNA

Lähiuudised

19.07.99, FIN-5

Külli Kaljus tegi taas Eesti o-ajalugu võites soomlaste suurima individuaalse mitmepäevajooksu FIN-5 naiste põhiklassi D21E.

Võistlusklassi auhinnaks sel aastal oli tšekk 5 tuhandele Soome margale.

*** **

Võit toodi koju ka Rootsi (ja kogu maailma) suurimalt mitmepäevajooksult O-Ringenilt, kus Eesti juunioridekoondise liige **Age Poom** oli **D20** (pikk rada) klassis kokkuvõttes üle kõigist oma konkurentidest.

Toimetusse laekunud andmeil on sellelt võistluselt saadud küll ka varem üks üldvõit (Kalle Luuk H35B klassis), kuid nii tugevas sarjas on see esimene kord.

Palju õnne!

27. aug. Triin Vask (29)

5. sept. Pille Taba (38)

5. sept. Martin Veermäe (27)

8. sept. Kalle Ojasoo (41)

11. sept. Saima Värton (41)

12. sept. Marje Viirmann (39)

23. sept. Arvo Järvet (51)

2000 – MM-i aasta

MM toimub meie idanaabi juures Krasnojarskis 28.02.-05.03.2000. Uudiseks on, et samuti toimub ka MK sari ja MM individuaalvõistlused on 7 ja 8 MK osavõistlus ning teade 4 osavõistlus. MK sari algab osavõistlustega Soomes (Sotkamo) 12.-16.01.2000, edasi 27.-30.01.2000 Austrias (Rohrbach) ja 31.01.-06.02.2000 Slovakkias (Donovaly, Banska-Bystrica). Slovakkias toimub ka samaaegselt juunioride MM. MK koondarvestuses läheb arvesse kaheksast võistlusest viis paremat tulemust ja neljast teatevõistlusest kolm paremat. Teatevõistlused on kolmeetapilised, vaid MM-I on meeste teade neljapäevane.

Meie suusaorienteerujad on suvise treeningu teinud enamus individuaalselt. Vuokattist

ühistreeningutelt soomlastega peaksid saabuma Ander Ojandu ja Vallo Vaher. Augusti kolmandal nädalal käisime proovimas Jõulumäe künkaid ja rullirada. Edasi püüame harjutada ühiselt 27.-01.10.1999.a. Vuokattis, 23.-24.10.1999.a. Võrus (Munamäe-Võru maastikujooks) ja lumetreningud algavad (kui meil varem lund ei ole) Soomes Äkäslompolo 23.11.1999.a. Põhja-Soomes oleku ajal võisteldakse 27.-28.11. ja 04.-05.12.1999.a. Ühistreeninguid korraldame koos kaardiharjutustega detsembril teisel poolel ja jaanuari algul vastavalt võimalustele ka kodus.

MATI OJANDU

Eesti koondis orienteerumise MM-võistlustel 1999 Šotimaal Ivernessis

Andmaks lehelugejaile - pöidlahoidjaile adekvaatset lühiinformatsiooni oma MM-sooritusest, vastasid kaheksa Eesti koondislast järgmistele küsimustele:

1. Nimi
2. MM-I osalesin ... (mitmendat?) korda.
3. Tavarada: kvalif/finaal; koht+kommentaar
4. Lühirada: kvalif/finaal; koht+kommentaar
5. Teade: vahetus+kommentaar
6. Minu sõitu MM-le toetasid:
7. Šotimaa on suurepärane, sest.../Reisi parimad/teravamad elamused olid.../Šotimaa erineb/ei erine Eestist ainult...tõttu.
8. Tampere 2001. /Tulevikuplaanid

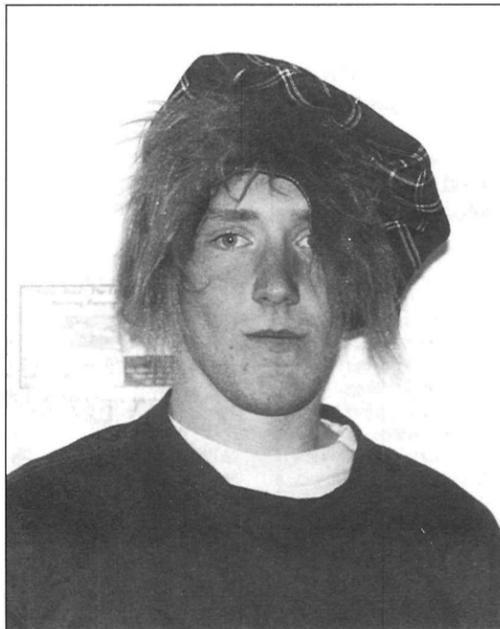
1. KÜLLI KALJUS

2. 4. korda
3. Tavarada: Eeljooks 6.koht Keskpärase jooks mitmete väiksemate vigadega. Finaali pääsemiseks piisas. Finaal 7.koht Raja alguses olin üsna ebakindel, mida edasi, seda paremaks läks. Suur abi oli Kirsi Boströmist, tänu kellele suutsin leida üles oma võistlusrüüti.
4. Lühirada
Eeljooks 5.koht. Tegin kaks suuremat viga, üks punkti võtmisel ja teine etapil.
Finaal 13.koht (maagiline number!). Viienda punktini olid vead tehtud ja medal maha mängitud, jäi veel ainult jalg välja väänata ja lõpuni joosta (alates viiendast punktist kaotas võitjale vaid 12 sekundit).
5. Teade
Selle hooaja kõige kehvem jooks, aga kõik punktid leidsin lõpuks siiski üles. Kaua läks, aga asja sai!
6. Minu toetajad: moraalselt toetasid sõbrad ja tuttavad. Rahalised toetused tulevad ehk hiljem.
7. Šotimaa erinevus Eestist: suuremad mäed, rohkem lambaid ja torupille, valem pool teed sõitvad autod. Soe ja külm vesi peab neil ka erinevates kraanides voolama. Reisi eredamad elamused: Odav triibuline toit mõttemeistri, lindude ja ümbermaailma reisi juurde. Väljaväänatud jalg ja nohune nina jäävad neile igastahes kõvasti alla.
8. Tampere 2001
Elame näeme, aga miskit jäi kripeldama küll.



1. OLLE KÄRNER

2. MM-I osalesin 1. korda.
3. Tavarada:
Kvalifikatsioon: 25 koht. Läksin jooksma eelkõige puhast jooksu. Arvasin, et siis on ehk võimalus finaali pääseda. Jooks ei tulnud küll eeskujulik, aga õnneks siiski piisavalt hea, et pääseda 60 parema sekka. Hindeks tavaline "4".
Finaal 44 koht. Viimased 4 nädalat olid peas kumisenud numbrid 16km ja üle 600 m tõusu. Mis ma siis ikka stardis teha sain. Kiiret polnud kuhugi. Finišisse oli vaja ju jõuda. Hakkasin vaikselt minema.
Plaan selge: enne teist joogipunkti (8 km), ühtegi kiiret sammu ei tee. Nii saigi tehtud. Edasi kasutasin seda, mis alles oli jäänud nii hästi ja kokkuhoidlikult, kui oskasin. Kuigi tunne oli petlikult hea päris tükk aega, vajus pilk ca 1.5km enne finišit lõplikult kanarbiku vahele. Mingi aeg hiljem kinnitas finišisse jõudmist hr. Raidi optimistlik 'teree'. Valmis. Kaks tundi kõva tööd. Viga ei teinud. Siis arvasin, et oli "5" väärt jooks. Nüüd arvan teisiti. Oleks saanud paremini.
4. Lühirada: Kvalifikatsioon 13. Esimese poole jooksin tugeva "4" väärtiselt. Teisel poolel sain Grant Bluetti kätte ja lasin ennast liigselt häirida, tehes järjekku mitme punktiga 15-40 sek viga. Jääb üle vaid unistada, mis tulemuse oleksin võinud saada oma rütmiga joostes. Hinne nigel "4".
Finaal 50.koht. Rahule võib jääda esimese kaheksa punktiga. Edasi hakkasin koperdama ja mõned-sajad meetrid enne lõppu keevitasin veel 'ilus' tulemuse tarvis ühe korraliku 1,5 min. 'toru'. Hindeks nõrk "3".
5. Teade: 3. vahetus. Stardieelne tunne "5". Maastik igati sobiv: lame, kiire, tehniline. *Saaks juba metsa. Taanlased vahetavad, Carsten läheb, No on hull, kus tormab. Täna ma jooksin hästi, vähemalt hirmus tahe on.*
Ainult enda eest võisteldes on alati hoopis loium tunne. *Oh! Erik tuleb, nii.. plaks ja 'jeehat'. Näe ees slovakk ku.., kimab nagu metsaline, oot-oot küll ma su kätte saan.* Jaaaa siis põrraki! esimese kolme punktiga kokku 3-4 minutit viga (peaaegu oleks slovaki kätte saanud). Neljandast lähen välja, näen tšehhi ku..., selle sain kätte. Edasi jooksin päris hästi. Raja algus "2" ja lõpp "5-", kokku tibatilluke "3".
6. Minu sõitu MM-le toetasid: mu klubi Orion ja sponsor Metsind.
7. Šotimaa on suurepärane, sest...Šotimaa on ilus maa. Reisi parimad/teravamad elamused olid...see kuidas me Erikuga Küllile ja Maretile ümbermaailmareisis ringiga pähe tegime ja rumeenlastega ühel korrusel elamine (nagu selgus, oli neil tiimis tegelikult kaks maailma potentsiaalset esikümne meest, aga milline jama - sedapuhku jälitas neid ebaõnn ja finaaliuks sulgus 'napilt-napilt' enne härraste finišeerimist).
/Šotimaa erineb/ei erine Eestist ainult:
Šotis peab vaatama enne paremale kui vasakule, muidu võib jama tulla.
8. Plaane on alati rohkem kui neid ellu viia jõuab. Tampere on ka üks plaanidest. Hoolimata sellest, et minu tase MMil on umbes sama, mis keskmise neljapäevakulise oma Eesti meistrivõistlustel, üritan edasi. Palju sõltub muidugi Eesti riigist: kas tuleb hakata rohkem klubi-jooksjaks või õnnestub vahel ka Eestit esindada.



1. SIXTEN SILD

2. Võistlejana 5-ndat, üldse 6-ndat korda
3. Tavarada
kvalifikatsioon: paar viga kaardijoonistajast erineva arusaama tõttu; 9.koht - rahuldav stardipositsioon finaalsiks. Finaal: suuremate vigadeta jooks, kuid mitu halba teevalikut pikkadel etappidel. Väga vähe abi teistest jooksjatest. Valitud liikumiskiirus oleks parimal juhul taganud koha teises kümnes. Raja lõpuosas füüsiliselt ja vaimselt väsinud. Järeldus: Sel päeval olin tippvormist kaugel. Ei oska hinnata kui palju mõju avaldas 4 päeva enne võistlust väljalõõnud hüppelligese vana vigastus. Finaaljooksu järgselt vigastatud jala seisukord oluliselt halvenes.
4. Lühirada. Otsustasin enne kvalifikatsiooni starti jooks katkestada, kuna vigastatud hüppelliges vajab arsti sõnul puhkust ja valuga jooksmine ei annaks mulle finaalis niikuinii mingit šanssi.
5. Teade
Pärast Tarvo ja Olle õnnestunud ja Eriku vähemõnnestunud etteasteid pääsesin rajale kümnendana, kohe pärast Poolat ja enne Tšehhit. Jalg oli hästi teibitud ja sellele mõtlesin vaid esimesel paaril kilomeetrit - jooksu takistavas kanarbikus tuli olla ettevaatlik, et mitte jalg väänata. Ebamääraste lagedate ja poolagedate ning ujivate reljeefivormidega maastikuosal sisseelamisraskused juba esimese ja kolmanda KP-ga. Siis hakkas töö laabuma ning poolakas ja tšehh jäid selja taha. Raja keskosas tegin uue 2-minutilise vea kaardi väärinterpretatsiooni tõttu väikeste kõrgustevahedega "uimaste" maastikuvormide piirkonnas (h5m!). Siin mõõdus tšehh. Lõpuosa jooksin enam-vähem veatult ja pingevabalt konkurentide nägemata. Lõppkoht 9. Kaotus etapi parimatele 5-6 min. Tehniliselt ebastabiilne sooritus, füüsiliselt valmisolek arvestades vigastust isegi väga hea.
6. Minu MM-sõitu toetasid: (eraisikud ja/või nendega seotud firmad):
Raivo Erik
Veiko Pak
Tauno Piirikivi
Aigar Pindmaa
Arbo Rae
Toomas Teekel
Veiko Ulp
Siim Vermo
OK Triangel + perekond Jönsson (Rootsi)
7. ... seal on kaunis loodus, palju avarust ja huvitavaid o-maastikke. Meeldivaks elamuseks oli banketil tantsitud Ceididh ehk kohalikel rahvatantsudel põhinevad seltskonnatantsud. Suurepärane maa seljakottidega matkasellidele, viskisõpradele ja igat sorti seelikuküttidele.

8 Võistlejana - ???

Vähemalt pealtvaatajana tahan küll kohal olla ja kutsun üles kõiki Eesti O-huvilisi sõitma oma silmaga kaema tehnilise revolutsiooni teostumist orienteerumises. Soomlastel on praeguseks valmis GPS-süsteemil põhinev võistlejate asukoha jälgimise tehnoloogia (selle kasutamise hind MM-il on ca 1 mljon USD!); lisaks plaanitakse näidata lühiraja finaali TV-otseülekanadena jne.



Eesti koondis orienteerumise MM-võistlustel 1999 Šotimaal Invernessis

1. TARVO AVASTE

2. 3 korda. Varem 1993 USAs ja 1997 Norras.

3. Tavarada: Kvalifikatsioon. Oma eeljooksus 18. koht. Tegin alguses mõned väikesed vead, jätkasin ettevaatlikumalt, tehniliselt keerulised punktid õnnestus läbida veatult. Nädal enne MMi olin paar päeva palavikus ja olin mures, kas suudan haigusest taastuda. Minek oli kvalifikatsioonis vaevamine, olin õnnelik, et finaali pääsesin.

Finaalis 35. koht. Teadsin, et tuleb pikk ja raske võistlus, hoidsin ennast raja esimesel kolmandikul veidi tagasi ja keskendusin veatule orienteerumisele. Raja keskel ebaõnnestus pikk etapp täielikult, tegin küll mõistliku teevaliku, ent ei suutnud seda veatult täide viia. Raja lõpuosas jõudsid tugevamad tagant grupiga järele, endalegi üllatuseks jõudsin selle kiire rongiga kaasa minna. Ka finishikiirus oli päris hea, mis näitas, et ma ei suutnud oma võimeid täielikult realiseerida. Mõningate mõõndustega jäan tavaraja tulemusena rahule.

4. Lühirada: Kvalifikatsioon. Oma eeljooksus 10. koht. Mittemidagiütle keskpärase sooritus, tegin ühe suure ja mitu väiksemat viga. Päris ära siiski ei lagunenu, kuid finaali pääsesin vist küll ainult seetõttu, et kaart oli ebatäpne ja teised tegid veel suuremaid vigu.

Finaalis 41. koht. Suutsin hästi keskenduda, minek tundus hea ja raja esimene pool sujuski hästi. Tulid küll mõned väiksemad apsud, kuid pidasin neid ebaolulisteks. Raja teises pooles tegin veidi rohkem vigu, eksisin vaatepunktiga ja eelviimase punktiga. Hoolimata kõigest tundus jooksusamm olevat nii kerge, et lootsin finišeerides kohta 25. parema seas.



Kuid vaheajad näitasid, et see tunne oli petlik - olematu jook-sukiirus oli viletsa tulemuse põhiline põhjus. Ilmselt polnud ma tavarajast piisavalt taastunud.

Lühirada oli selle MMi suurim pettumus ja läbipõlemine.

5. Teade: Peale eelmise sügise fiaskot MK-etapil Vitipalus ei tahnud ma esimest vahetust joosta. Kuna Sixten oli hädas jalavigastusega, siis ei saanud me langeva lehe taktikat kasutada. Mul polnud esimesest vahetusest keeldumiseks ühtegi mõistlikku argumenti ja nii tuli vaikselt nõus olla.

Raja alguseosa läbisin veatult, kuid ei suutnud hoida liidrite tempot. Lagedatel kanarikuväljadel kahlamine oli väga raske. Raja teisel kolmandikul hakkas jooks äkki minema ja ma jõudsin liidritegrupist mahapudenutele järele. Märkimisväärsetest vigadest suutsin hoiduda ka raja lõpuosas, vahetuse andsin üle üheteistkümnendana, kaheksandast kohast vaid kümnekond sekundit hiljem.

Selle MMi parim sooritus, suutsin ennast 95% realiseerida.

6. Tahan tänada Veiko Ulpi, kes minu MMi sõitu rahaliselt toetas ja oma tööandajat AS Aprotet, kes minu sporditegemist on juba aastaid etteheiteid tegemata välja kannatanud.

7. Reisielamuste asemel kirjutaksin MMist üldiselt. Sellel MMil üllatas mind kaartide ja korralduse vilets tase. Ma ei mäleta, et oleksin ühelgi varasemal MMil ega MK etapil nii ebatäpsetel kaartidel jooksnud. Kui tavaraja finaali ja teate kaart kannatavad veel kuidagi kriitikat (ebatäpseid piirkondi oli sealgi), siis mõlemas kvalifikatsioonis ja lühiraja finaalis, muutis kaart võistluse mitme punkti piirkonnas loteriiks. Tagantjärele võib ainult spekuloida, kas kogunud rootslane Hakan Eriksson oleks saanud lühirajal medali, kui kaart oleks eelviimase punkti rajoonis reaalselt tegelikkust paremini peegeldanud. Samuti oli üllatav et ingased ja šotlased peavad korralduse juures mitmeid olulisi asju ebaolulisteks. Näiteks pidid võistlejad tavaraja finaali stardis oma kotid ise soojenduse ajal vahetult enne starti 300 meetrit mäest alla tassima ja siis õhukeses võistlusdresses märke tagasi ronima. Jõukamate riikide võistkonnad, kel omal 4-5 abilist kaasas, olid sellest tülist vabad.

Ebaharilik oli ka see, et MMi maastikult võis võistluse ajal leida rahvavõistluse punkte, mis pidi algama päeva teises pooles.

8. Preagu olen MMist liiga väsinud, et hakata tulevikku suhtes otsuseid langetama. Otsustan oktoobri lõpus, millisel tasemel jätkata. Orienteerumisest päriselt loobuda ma esialgu ei kavatse.

1. ERIK AIBAST

2. Teist korda

3. Tavarada: Eeljooksu sujus 2/3, seejärel läksid mõtted tulemusele. Finaalipääsuks piisas siiski.

Finaal: 75. koht. Teadsin, et esimesse poolde asja pole ja seega oli motivatsioon 70%. See põhjustas mitmeid pisivigu. Võistlus kujunes pikaks treeninguks.

4. Lühirada: eeljooks: algus hea, kuid pikal etapil tuli 5-minutilise viga. Finaalipääsuks oli õnne.

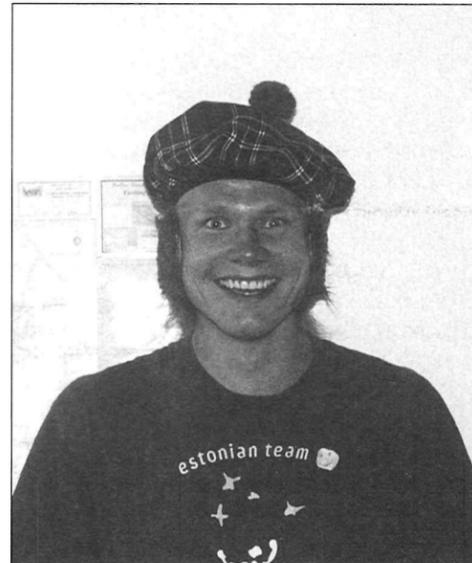
Finaal: keerasin vindi üle ja rabistades tuli vigu ning jooks ka ei sujunud.

5. Teade: Jooksin 2. vahetust. Heal positsioonil metsa, kuid poolal rajal ei suutnud kohaneda maastikutüübi vahetusega. 2x 3min viga. Võistkonna koht on maksimumi lähedane.

6. Minu toetajad: Ema - moraalselt ja kulinaarselt.

7. Šotlased järgivad traditsioone. Maa on võimsalt kõle, looduse meelevaldas.

8. Plaane ei ole. Asjaarmastajate kõrgtase on juba mõni aasta käes ja paigaltammunime ei anna enam inspiratsiooni. Edasiminekuks on vaja funktsioneerivat koondise tööd.



1. KIRTI REBANE

2. Esimest korda.

3. Tavarada: 51.

4. Lühirada: 36.

5. Teade: 1. vah. 15. koht

6. Minu sõitu MM-le toetasid: Harju Kultuurkapital, Sinebryhoff Eesti AS

7.

8. -



1. RUTH VAHER

2. Teist korda.

3. Tavarada: Kvalif. - 10 palli skaalas 7,5. Korralik oma jooks.

Finaal - 10-st 4. Raja algus oli talutav, aga lõpus tegin palju valesid otsuseid. Puudus võitlusvaim

4. Lühirada: Kvalif. - 10-st 6. Jõudsin finaali ning raja lõpuosa jooksin peale seda kui olin keskosas kolme punktiga liigselt aega raiasnud liidritega võrdselt, see andis lootust finaalpäevaks. Finaal- kaos!

5. Teade: II vahetus - kehv jooks 10-5. Tehnilised osad läksid hästi, kuid suunaetappidel ei õnnestunud enda liikumist kaardi ja kompassiga kokkusobitada.

6. Lisaks isiklikule pan-gaarvele toetasid minu sõitu MM-le: E.O.Map, OK Kobras, Kanepi vald

7. Meelde jäi kiviarkitektuur ning suurte magalarajoonide puudumine linnades, hämmastas vähene roheline - haljastus - kõik oli kaetud kiviga. Šotlaste ja inglaste konservatiivsus on hämmastav, kuid kultuuriprogramm oli peataval tihe: tegevus toimus nii päeval kui öösel. Aga liiklusest ei saanud reisi lõpuni midagi aru.

8. Mis halvasti see uuesti. Lootus on ebaõnnestujate lohotus...

1. MARET VAHER

2. Teist korda

3. Kvalifikatsioonis 16. Joosta üllatavalt kerge, kaardiga sain sõbraks hindede 3+.

Finaal: 25. koht, seda suuresti tänu stardipositsioonile, kuid meeldivalt palju tööd ja otsustusi jäi ikkagi enda teha. Arvasin, et rada tuleb tehnilisem.

4. 1.KP-ga ca 2min, siis 2. ja 3. puhtalt ning tundus juba, et sain kaarti sisse, aga ei. Mida finiši poole, seda ebakindla-

maks muutusin. Mõnus oli lõpuks joosta vaid finišiliini mööda. Finaali vaatasin ka selle äärest.

5. Teade: 3. vahetus. Väike nõrkus ja kurguvalu, paar - kolm 1 - 2 minutit viga, muidu üsna kindel jooks; hindeks 4 - . Võistkonna positsiooni õnnestus siiski pisut tõsta.

6. OK Kobras, Kanepi vald

7. Kaunid majad (eranditult kivist!) väga ilusate eesadadega, huvitav floora, meeletult mõnusad tantsud.

8. Miks mitte, kui huvi on.



Šotimaal elamusi saamas

Neid, kes Eestist omal kulul tahtsid võrrelda enda taset maailma parimatega Šotimaal, 1999 aasta MM-võistlustel, oli kokku 8 inimest. Karja juhiks oli kõike enda peale võttev Leho Haldna. Kaasas oli ka allakirjutanu, kes oma raha kulutamise eest sai meeldiva võimaluse isiklikud elamused kohustuslikus korras Orienteeruja lehele kirja panna. Nüüd siis asjast nii, nagu pildisepaks olnu ja allakirjutanu seda nägi.



Tõnu Raid oma meelistegevusel: sättimas end pildistama. Foto: Maret Vaher

Seltskond majutus Invernessi peatänaval asuva hostelli kahte naridega ja vähesel kubatuuriga tuppa, mistõttu kõrge hapnikuvajadusega metsajooksjad pidid aknaid pidevalt lahti hoidma. Ööd aga olid rahutud. Lisaks peaaegu pidevalt karjuvatele-kiljuvatele kajakatele löid lärmi lõbusad seltskonnad, sõpru taga huikavad üksikud napsised maailmarändurid ja ehitajad, kes lähikonnas midagi uuemaks ja paremaks tegemas olid. Ööbimistasu juurde kuulus ka meeldiv võimalus teha hom-

mikul süüa pidevalt uute nägude seltsis. Kehakinnituseks tarvitasime mitmesuguseid helbeid, kurki ja kapsalehti, kõrvetatud saiaviile ja piimaga teed-kohvi või lasime hea maitsta pehmel kraaniveel.

Võistlemise ja harjutuspaiagad olid Invernessist 20-40 km kaugusel. Harjutusmaastikud näitasid kohaliku omapära küllalt hästi, kuid võistlusmaastikele väga sarnased ei olnud. Võistluskaartide kohta võis meie rahvalt üsnagi erinevaid hinnanguid saada, kuid kuna allakirjutanutel õnnestus käia

vaid harjutuskaartidel, siis ei oska ta erapooletu vaateleja positsioonilt kogu asja hinnata. Ta võib vaid öelda, et tõepoolest, vigu tema nähtud kaartidel esines. Et aga raja läbimise kõrval on orienteeruja peaaegu aegade kohane võistlusolukorra, kaardi ja maastikuga, siis erilist rahulolematust võistlejate hulgas märgata ei õnnestunud. Kes lugejaist oma elus on kaardiga metsas käinud, siis on Norras, eriti Trondheimi ja Lillehammeri

vahelistel aladel, see kujutab piisavalt hästi ette miks võistlusmaastikud "norskidele" sobisid.

Kõik kangemad Skandinaavia ristilipumaad olid seadnud omale eesmärgiks võita paar-kolm medalit ja rootslased koguni veel lisaks naasta koju parima orienteerumishuvusena. Kuid nende soovid seekord ei täitunud. Eelmistel MM-del Saksas ja Norras oli rootslaste ridades üsna palju veterane ja samu nimesid kohtas nende võistkonnas seegi

kord, kuid meeste hulgas oli välja toodud lisaks peatselt 40-seks saavale Jörgen "King" Mårtenssonile ka 6 ja 8 aastat tagasi startinud Håkan Eriksson (38) ja Michael Wehlin (37). Rootsi naiste ridu kaunistas kohalolekuga Katarina Borg (35). Allakirjutanu arvates oligi rootslaste ebaõnnestumise üks peamisi põhjusi nooremate võistlejate rajale mitte usaldamine. Jörgen ütles eravestluses Sixtenile, et rootsi tippude treeningumahud on vähenenud ning seepärast ei suuda svenssonid enam naabritega sammu pidada. Kaks pronksist teatemedalit jäi seekord nende saagiks. Jörgenil endal oli mingi värskel jalavigastus, mistõttu ta startida ei saanudki. Seetõttu jäi tal ka saamata 10-s MM-medal ja Mr. Orienteerumine oli pisut löödud asjade sellisest käigust.

Soomlased olid üsna medalijanused, võitluslikult meelestatud ja meeste hulgas oli uute nägude innukus silmatorkav. Alles hiljaaegu juuniorieast välja kasvanud Jari Lakanen ja Juha Peltola kõige kirkamat medalit ei saanud ja nende "kullapalavik" kestab edasi. Intervjuudes Soome lehtedele jäi kõlama noorte meeste

tahe startida järgmine kord Tampere ainult kuldmedali võitmiseks. Soomlannad, kes Saksas teatekullasid, jäid seekord kirkaimast medalist 14 sekundi kaugusele. See 14 sekund mõjus naiskonnale kõva lüüasaamisena, viimase vahetuse jooksul Johanna Asklöf ei suutnud pisaraid varjata. Meeste teatehõbe saadi selge vahega, seda nii ette kui tahapoole jäänute suhtes, kuigi ka mehed sihtisid kõrgeimat kohta austamispuudiumil.

Norralased said üle hulga aja mõlemad teatevõidud ja kuldmedalid meeste tavaraja ja sprindirajal. Tavaraja ilusaim medal läks ettearvatult praegusel hetkel maailma parimaks peetava Björnar Valstadi omandusse.

Belgias ja Prantsusmaal juunioride maailma-meistriks tulnud, täna seks alles teist aastat meeste seas jooksev Jörgen Rostrup

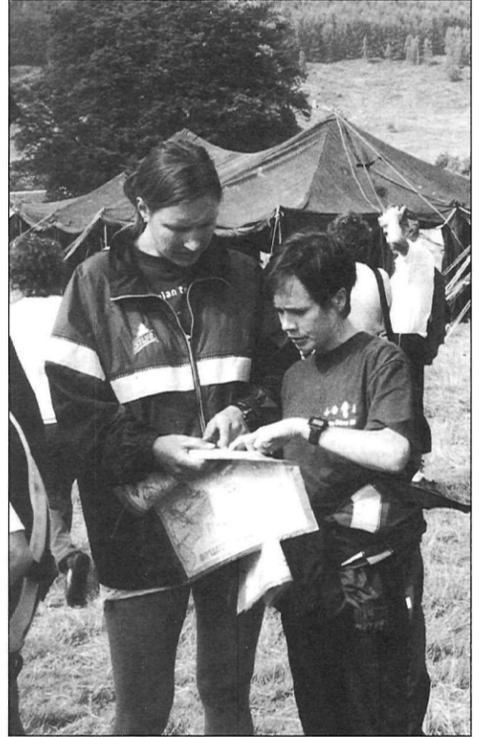
pääses startima vaid lühemal rajal. Selle võimaluse kasutas sümpaatne, saleda kõrgushüppaja kujuga noor mees kohe täielikult ära ja lasi kulla oma kaela riputada. Teatejooksu kuldmedaleid läksid norrakad võitma juba kodus kinnitatud võistkondadega, kuhu noort Jörgenit ei pandud. Nad on momendil nii tugevad, et võisid värskel ilmameistri rahulikult pealtvaatajaks jätta. Kõik, mis kodus välja mõeldi, viidi ilusti ka ellu. Ettenägemisoskus on trollidema o-treeneritel hästi välja arenenud.

IOF-pomode arust oli võistluste ilusaimaks alaks naiste lühirada, kus kuld läks Inglismaale (esimene o-kuld neile!). Võitjaks sai omaaegne Ede Ümariku kõva vastane Yvette Baker, hõbe läks Austriasse, 1997 aasta MM-i kuld-sprinterile Lucie Böhmile ja pronksi viis Saksamaale Frauke Schmitt Gran. Milline haruldane medalite jagunemine! Enam ei ole mingit skandinaavide masendavat ülekaalu! Järjekordne samm olümpiale pääsemise suunas!

Pisut ka neist, kes mulgikapal ja Võru vorstil headeks on

tavaraja viimasel, nelja KP-ga kilomeetrit oli temast 4 sekiga kiirem vaid hilisem sprindivõitja ja Londoni ülikoolis geofüüsikuna doktoritööd lõpetav Yvette Baker. Kuid ega Külli elugi ainult meelakumiline pole, viimasel teateetapil tegi ta väänatud jala, kerge nohu ja kurguvalu ga võideldes paraja piruka, mis meie naised lõpuks 15-ks poetas. Aga ikkagi on just tema see, kellel jätkub

ruumi stabiilsuse ja rutiini kasvatamiseks. Tampere MM-il uuel aastatuhandel on vaid tal reaalne esimesena Eestile teine orienteerumise suvealade medal võita. Klassikalisel rajal tegi hea



Ruth ja Külli: Metsas käib ja linnas käib, igal pool käib töö kaardiga. Foto: Maret Vaher

mehest. Kui kaks järgmist aastat hoolega kulutada tossusid Tampere ümbruse võsastel maastikel ja raha suurvõistlustel osalemiseks, peaks nähtud vaev niigi tubli Olavipoja veelgi paremaks tegema.



Ruth, Maret, Kirti ja Külli Tomatini viskimeistrite toodangut mekkimas.

Foto: Tõnu Raid

Eraldi tuleks rääkida leedukatest. Mida Soome ajakirjanikud meile teha soovitasid, seda tegid leedulased sihikindlalt ära. Teatejooksu esimesel etapil olid nende naised esimesed ja mehed kolmandad, mehed kukkusid võistluse käigus korraks isegi ühekandaks, kuid suutsid siiski eespool olijatega sammu pidada ja viimase etapi lõpusirgel oli Edgaras Voveris ilmselgelt saavutatuga väga rahul. Samuti ei olnud naiste kuues koht mingil moel ohustatud. Mõlemad võistkonnad kuuendad, hülgetulemus, mida tunnustada

tuleb ja mis meil siiani saamata on jäänud.

Järgmine MM on aastal 2001 ja peetakse Soomes, Tampere lähisel. Allakirjutanu loodab kõigest hingest, et selleks ajaks leidub Eestis 12 võsajooksjat, kes maailma paremikuiga vahekordi selgitada tahavad. Vähe sellest, ta unistab, et võistlejad saaksid keskenduda oma üritamistele. Allakirjutanu mõttelend lööb lausa tagant üles, ta soovib, et leiduks huvilisi, kes omal kulul Soome sõites meid võistlejaid kohapeal isegi teenindada tahavad. Ja et lõpusirgeil lisaks Taavi Tatsile veel väga paljud, lausa väga-väga paljud sinimustvalget lehvitas.

TÕNU RAID



Rajale tuiskab sportlik nähtus nimega Olle Kärner.

Foto: Tõnu Raid

Jørgen Rostrup – 20-aastaselt maailmameistriks

Jørgeni treeningutest kirjutati talvel Norra o-ajakirjas. Lugesin seda artiklit ja arvasin, et ka "Orienteeruja" lugejatel oleks huvitav teada, kui kõvasti harjutab kahekoradne juunioride maailmameister. Tõlgi abiga sai lugu kokku pandud. Nüüdseks on noormees jõudnud tulla ka täiskasvanute maailmameistriks. Seega on jutt võibolla pisut vananenud, kuid loodetavasti siiski huvitav.

Jørgen Rostrup, (sünd. 5.11.1978) on pärit Lõuna-Norrast Arendalilt. Praegu elab ta Oslos, kus õpib Oslo Spordiülikoolis. Tema väikse ülikooli-korteri seintele on

kleebitud hulganisti Šotimaa kaarte: Jørgen keskendub täielikult Šotis toimuva MMi lühhirajaks. Ka läheks ta parema meelega Suunto Gamesile Soome, kui jookseks Põhjamaade MV Trondheimis, sest aastal 2001 on MM Tampere. Ta näeb ainult suuri ja kõige suuremaid eesmärke.

Tahe

Jørgen peab oma edu suuri maks aluseks tahet. Kui ta midagi on eesmärgiks võtnud, siis ta enne alla ei anna, kui on soovitu saavutanud. See on üks peamisi põhjuseid, miks ta palju saavutab. Aga loomulikult teeb ta ka väga kõvasti

trenni. Ise arvab, et seetõttu on ta üle ka oma eakaaslastest Norras, et teised treenivad tunduvalt vähem.

Trenn

Rostrup vihkab madalal kiirusel treenimist. Ta ütleb, et nii on igav joosta. Samuti ei meeldi talle joosta pikalt: ka see on tüüvä. Aeglaselt jookseb Jørgen vaid oma klubi treenides, siis kui peab teistega koos jooksmas. "Pikkade treeningute asemel treenin kõvasti ja kiiresti", ütleb Jørgen. Väga tähtis osa tema treeningutes on jõuharjutustel (muuhulgas treenib ta ka hüppevõimet). Kiiruse treeningud jookseb Rostrup tihti metsas kaardiga. Seda nimetab ta *relevant* treeninguks e. trenn vastavalt sellele, mida ta vajab. Sügiseti jookseb Jørgen palju teid pidi, kuna arvab, et ta pole kuigi hea jooksja siledal maal ja sügis on just õige aeg selle 'vea' parandamiseks.

Ehk ta arvab, et kuna tema töö on jooksmine, siis ta peab ka harjutama jooksmist, mitte suusatamist ega rattaga sõitmist vms. Muide, Jørgen vihkab suusatamist: nt talvehooajal 1998-1999 suusatas ta kolm korda.

Jørgenil on oma veendumus ka o-tehnika harjutamise kohta: "Et saada paremaks orienteerujaks, peab treenima kaardiga. Kaarditrennis jooksen alati võistlustempoga. Aeglase tempoga joostes tekiavad harjumused, mida pole vaja. Ma ei taha raisata energiat selle peale, mida mul vaja pole". 1997 aastal moodustas o-tehnika tema treeningutest ¼ ja tema arvates on seda vähe. Seepärast tõstis ta 1998 aastal o-tehnika osakaalu treeningutes kolmandikuni.

Oma treeningud võtab Jørgen kokku kolme sõnaga: *kõvasti, efektiivselt, üksi*.

Jørgeni areng treeningutes on olnud eeskujulikult ühtlane:

13 a.	250 h
14 a.	312 h
15 a.	380 h
16 a.	465 h
17 a.	560 h
18 a.	580 h
19 a.	690 h

Ise teen

Rostrupil ei ole treenerit. "Mul pole vaja treenerit, olen iseenda treener. On olnud



palju inimesi, kes püüavad sekkuda minu plaanidesse ja õpetada, kui palju peab treenima. Mul pole seda vaja, tahan oma plaane ise välja arendada. Ainult mina tean, kuidas saan oma keha ja vaimu parasjagu treenida". Jørgen ei kurda Norra treenerite taseme üle, aga arvab, et on leidnud endale õige treeningu-distsipliini ja teab, mida teha.

Oslosse kolimist mõjutas peale kooli veel üks tähtis tegur. Nimelt arvas Rostrup, et Lõuna-Norra maastikutüüp on tal nüüd küllaldaselt selge ja midagi uut see enam ei paku. Uue maastikutüübi õppimiseks peab minema mujale elama.

Kõik pole korras isegi Norras

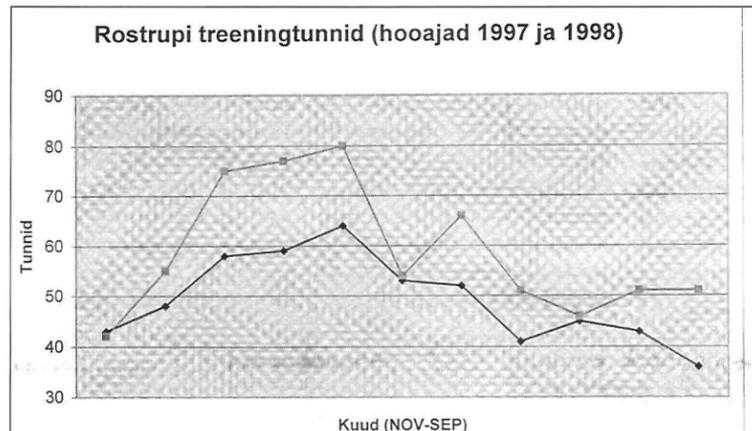
Kaks aastat tagasi põhjustas noormees koos oma kahe hea sõbra Hans-Gunnar Omdali ja Jostein Moega Norra o-ringkondades hulganisti kõneainet. Nimelt keeldusid nad liitumast Norra koondise ja selle pakutavate laagritega. Põhjenduseks oli see, et o-liidu pakutavad laagrid ei ole paremad, kui klubi või enda organiseeritud ja

seega pole neil mõtet. Poisid käisid 1997. aasta talvel omal initsiatiivil Belgias võistlemas eesmärgiga treenida seal toimuvaks juunioride MMiks. 1998. aastal vahetus rahvuskoondise treener ja Jørgen tuli koondise juurde tagasi. "Isegi siis ei olnud asi küllalt hea. Reklaamiti küll kõvasti, kuid tulemus oli kehv". Ka sel talvel on Jørgen kahe koondise laagri asemel valinud oma klubi laagrid.

Selleks hooajaks on Rostrup üritanud veel tõsta treeningute aktiivsust ja efektiivsust. Aega kulub trennidele palju, mistõttu kooli, mille nominaalne õppeaeg on kolm aastat, ei kavatsen ta lõpetada kiiremini kui viie aastaga.

Ajakirjast "Orienteering"
ANDERS M. HASLE
ja **OLLE KÄRNER**

Foto värskest lühhiraja
maailmameistrist tegi
TÕNU RAID



Rostrupil on oma treeningu-filosoofia: *ma jooksin – ma pean treenima jooksmist – sellepärast ma jooksin*.

MM Invernessis 1. - 8.08 1999

TAVARADA

Mehed

1	Valstad Bjornar	Norway	01:37.25
2	Bjorseth Carl Henrik	Norway	01:40.20
3	Berger Alain	Switzerland	01:40.26
4	Birkin Jimmy	Sweden	01:42.30
5	Ivarsson Johan	Sweden	01:42.51
6	Thoresen Petter	Norway	01:42.58
29	Sild Sixten	Estonia	01:52.10
35	Avaste Tarvo	Estonia	01:55.37
44	Karner Olle	Estonia	02:01.45
57	Aibast Erik	Estonia	02:27.03

Naised

1	Bostrom Kirsi	Finland	01:17.56
2	Staff Hanne	Norway	01:18.30

3	Asklof Johanna	Finland	01:18.33
4	Baker Yvette	Great Britain	01:19.10
5	Sandstad Hanne	Norway	01:19.37
6	Kolkkala Reeta-Mari	Finland	01:19.46
7	Kaljus Külli	Estonia	01:19.58
25	Vaher Maret	Estonia	01:27.05
47	Vaher Ruth	Estonia	01:35.59
51	Rebane Kirti	Estonia	01:40.54

LÜHIRADA

Mehed

1	Rostrup Jorgen	Norway	25.48
2	Peltola Juha	Finland	26.11
3	Salmi Janne	Finland	26.14
4	Lakanen Jani	Finland	26.15
5	Eriksson Håkan	Sweden	26.24
6	Ivarsson Johan	Sweden	26.44

41	Avaste Tarvo	Estonia	31.02
47	Aibast Erik	Estonia	32.03
50	Karner Olle	Estonia	32.52

Naised

1	Baker Yvette	Great Britain	25.55
2	Bohm Lucie	Austria	26.57
3	Schmitt Gran Frauke	Germany	27.48
4	Jansson Marlena	Sweden	27.50
4	Nymalm Sanna	Finland	27.50
6	Sandstad Hanne	Norway	27.55
13	Kaljus Külli	Estonia	29.17
36	Rebane Kirti	Estonia	32.26
57	Vaher Ruth	Estonia	37.16

TEADE

Mehed

mis saadi võistluse viimaselt alalt - teatejooksudelt.

*Ilm

Ilm Šoti Mägismaal oli MMi ajal soojem ja päiksepaistelisem kui kunagi varem. Kohalik 40aastane taksojuht väitis N3spordi reporterile, et tema ei mäleta sellist ilma Šotimaal. See on täiesti ebanormaalne! Kuid kaunid ja soojad ilmad valmistisid peavalu norralaste

treenerile: B.Valstad ei kannata joosta kuuma ilmaga, seetõttu ebaõnnestus tal ka eelmine MM Norras. 1997. aastal. Norrakate õnneks oli normaalraja päeval siiski vaid 18°C sooja ning pilvealune ilm ja Bjornar võitis.

*Jørgen Mårtensoni karjäär on lõppenud

J.M. teatas, et tema orienteerujakarjäär on läbi.

Mårtensoni jalg oli vigastatud ning sellel MM-il ei teinud ta ühtegi starti. J.M. esimene MM-i start oli 1978. aastal ja sellest ajast alates on ta võistelnud kõigil MM-i normaalraja distantsidel.

Uudisenuvad pärinevad N3 Tõlkinud **Ruth Vaher**

*Defitsiitsed banaanid

Invernessi poed on harjunud, et suvel külastab neid tavalisest rohkem ostjaid, kuid 6000 orienteerujat MMi nädalal valmistasiid neile tõelise üllatuse. Metsajooksjad nõudsid suurtes kogustes banaane ja teisi puuvilju. Kuulduste järgi olevat osa võistkondi käinud banaane ostmas koguni 50 km kaugusel. Kommentaar Eesti koondislaselt: eestlastel selli-

seid probleeme ei olnud. Meid varustas toiduga hea "tribüü" pood Tesco. Kasulik reisivihje: Kui olete Inglismaal, siis ikka Tesco.

*Spetsiaalsed kompassid ei aidanud rootslasi

Silva valmistas Rootsi koondisele MM-iks kaheksa spetsiaalset Šotimaal orienteerumiseks mõeldud kompassi.

Kompassinõel neis oli paigaldatud arvestades magnetvälja Invernessi ümbruses. Rootsi koondise sooviks oli saada MM-ilt kaks kulda ning lisaks medal igalt distantsilt ja ka parima rahvuse tiitel. Paraku jäi ainult spetsiaalsetest kompassidest loodetud edu saavutamiseks väheseks.

Kommentaar: Rootsi saagiks MM-ilt jäi kaks pronksmedalit,

MM hinnanguid

Koht: Šotimaa, Inverness. Turistide nõõrimisest elatav linn, kus iga teine maja on *Bed & Breakfast*. Üle mõistuse kallid majutus. Maksime ühe narikoha eest kuueinimese, 9 m² toas ca 300 krooni/öö. Pidevalt rõhutati veel, et tegemist on eriti soodsa hinnaga. Šotimaa loodus on muidugi kaunis, kuid teed kitsad ja autoturiste liialt palju.

Korraldus: Maailma orienteerumine kaotas selle võistluse pidamisega Šotimaal oma aren-

gus 2 aastat. Kõik asjad, mis tippvõistluse juures on olulised olid muidugi olemas, kuid tase oli sama, mis palju aastaid tagasi. Kõvasti nalja sai avamisel, kus planeeritud langevarjushow jäi lihtsalt ära ja IOF lipu asemel tõmmati kogemata masti SILVA lipp. Kogu avamine koosnes võistkondade edasi-tagasi kõndimisest ja paarist lühikesest tervituskõnest. Tavaraja finaalis ei olnud raadiosidet KP-dega. Interneti kaudu oli võistluse jooksev ülevaade seetõttu parem kui

kohapeal olles. Ajakirjanike töötingimused on ka tavalisel põhjamaade rahvavõistlusel paremad kui sellel MM-l.

Selline on aga suur orienteerumispoliitika, sest tegu on IOF presidendi kodukandiga.

Kui viis aastat tagasi, kui hääletati 1999.a. MM-võistluse toimumiskohta, andsin EOL-i hääle Taani kandidatuurile. Šotimaa veenis mind, et tegin õigesti.

Maastikud: mäenõlvadest mõhnastikeni. Tavarada toimus suurtel nõlvadel, lühirada tasandikul ja teade täiesti koduse reljeefipildiga mõhnastikus. Nähtavus hea, kuid joostavus sandivõitu, sest pinnas oli ebatasane ja oksarisuga kaetud. Palju oli rammusat sõnajalga, kuhu korraldajad olid võistlejate oodatavatele liikumisteedele vikatiga teerajad sisse teinud. Pool teatavõistluse kaardist oli kollane, mis tähistas erineva kõrgusega kanarbikku.

Kaardid: erineva tasemega, kuid üldiselt kehva kvaliteediga. Kuulusin rahvusvahelisse töörühma, kes käis võistluse lõppedes kaardi ja maastikuga tutvumas.

Minu arvamus on, et nende kaartide tase jäi võistlejate omale tugevalt alla. Võistlejad liikusid muidugi kiiresti ja paljud kaardivead jäid neil märkamata, mistõttu väga kõva nurinat kaartide kohta ei olnud. Paljud kaardivead olid parandatud oskusliku rajaplaneeringuga a' la pane KP kõige

kõrgema mäe otsa, siis saavad selle kõik ilma veata kätte.

Meie võistkond

Mulle meeldis see koosseis. Tegu oli proffidega, kes teadsid ise, mida teha tuleb. Kahe nädala jooksul võib väikes kollektiivis tekkida erinevaid sisepingeid. Meil keegi kellelegi närvidel ei käinud ja keegi kellegagi käima ei hakanud. Ühise toiduvalmistamise muutis huvitavamaks kaks leibkonda. Ruthi leibkond moodustus MM-eelse treeninglaagri läbiteinutest ja Maret oma (Küllil ikka ka! - *toim*) hilisematest saabujatest. Ilmselt hakkas õdede vahel kõõgis pihta toiduvalmistamisvõistlus, sest mõlema laudkonna mehed kurtsid liialt maitsva toidu üle.

Võistlejad

Tarvo Avaste (kohad 35. ja 41.) - meie parim mees MM-il. Kõige ühtlasemad jooksud kõigil päevadel. Tavarajal ja teates võttis peaaegu enda võimaluste maksimumi.

Sixten Sild (29., katkestas) - meie vigastuse nahka läinud mees. 3 päeva enne MM-starti tuli Sixteni hüppeliigesesse vesi. Ilmselt oli tegu mingi vana asjaga, sest konkreetselt trauma tekkimise hetke ei olnud. Paistetanud ja valutava jalaga ei ole maailmatasemel midagi teha. Lühiraja eeljooksu katkestas, sest muidu poleks jalg teatavõistlust enam teha lubanud.

Erik Aibast (57.,47.) - meie emotsionaalsem meesorienteeruja. Ei saanud jooksu ja orienteerumist kooskõlla. Teeb paljud etapid liidritega võrdselt ja siis tuleb pauk - mitmeminutilise viga. Soov head tulemust teha oli suurem kui ettevalmistus lubas.

Olle Kärner (44.,50.) - meie noor, kuid kaine kaalutleja. Muide, lõpetanud Nõo reaalkooli nagu Sixten ja Tarvogi. Oma esimesel MM-l jooksis riski võlvalt ja suutis paljusid üllatada oma stabiilsete tulemustega. Oli meeste seas üks nooremaid osavõtjaid üldse. Potentsiaali tõusuks on, kas ka aega? Lühiraja maailmameister on Ollest aasta noorem...

Küllil Kaljus (7.,13.) - meie parimate tulemuste tegija. Külli tegi oma esimese korraliku MM-võistluse. Jooksuvõimed lubaks tulla maailmameistriks. Puudu on eneseusust ja keskendumisvõimest. 4 päeva pidas vaimu vastu, kuid teates oli Küllil täielik must auk.

Maret Vaher (25.,eeljooks 16.) - meie eeljooksu ebaõnnestuja. Väga hea jooks tavarajal ja teates. Lühiraja eeljooksus ei kohanenud kaardiga ja tuli häving. Õige taktikaga oleks pidanud igal juhul finaalis olema. Maretil on üldse tänava lühirajal probleeme, sest ei pääsenud ta ka Eesti MV lühiraja A-finaali.

Ruth Vaher (47.,57.) - meie eeljooksude meister. Ruth tegi oma jooksud eelvõistlustel. Finaalid läksid aia taha. Teateks kosus üles ja tundub, et Ruthi ettevalmistusele on sobiv ca 50-60 minutiline distants.

Kirti Rebane (51.,36.) - meie aktivist ja õnneseen. Kirti on aktiivne tegutsija võistlusvälisel ajal. Ei tea, kas sama iseloomujoon säilib ka võistlusrajal. Oma esimesel MM-alal pääses 1 sekundiga finaali. Korralik koht tuli lühirajalt. Teatavõistluse avavahetuses laskis parematega liialt suure vahe sisse.

Teised

Tõnu Raid - meie andunuim orienteerumistreener- ja turist. Tõnule juba kolmas MM järjest oma rahakoti peal kohale tulla ja olla toeks oma õpilastele. Seekord registreeris end ajakirjanikuna, mispeale lehetoimetaja Maret nõudis Tõnult kohe kahe ajalehekülje pikkust MM-lugu.

Leho Haldna - nende arvamusautor. Tegutsesin autojuhi, võistkonna esindaja, alaliidu presidendi, üri liikme, IOF komitee liikme ja IOF volinike *workshop*'i liikme rollides. Ega kõigi asjadega hakkama ei saanudki. Võistkond vajab treenerit, kes pidevalt võistlejatega tegeleks. Igal juhul püüdsin võistlejate eeskuju jälgides anda endast parima



Leho Haldna: tegutses autojuhi, võistkonna esindaja, alaliidu presidendi, zhürü liikme, IOF komitee liikme ja IOF volinike *workshop*'i liikme rollides

Foto: Tõnu Raid

Notsudega palavus ehk jungade lugu

Sel aastal toimusid juunioride maailmameistrivõistlused Bulgaarias. Musta mere rannal Varnas 5. - 11. juulil. Rannal nii sõna otseses kui kaudses mõttes. Eesti koondislased: Doris Sabre, Anu Annus, Piia Paasma, Age Poom, Priit Poopuu, Kristjan Gans, Marek Nõmm ja Arti Albert ning treener Paul Poopuu reisisid sedapuhku läbi Helsingi Vantaa lennuvälja, mis on kuulutatud sel aastal parimaks maailmas. Meie kuuetunnine ooteaeg

lennuväljal kujunes lõbusaks: no-oli-mida-naerda. Otselend Helsingi-Varna kulges vipe-rusteta. Ja nüüd oli see siis käes. Sellist niiskust ja palavust poleks oodanud, ütles keegi... Tegelikult oldi ju ka kodus sell-est teadlikud, et ees ootab tappev palavus ning viimased kuumad ilmad kodus lubasid teha ka eelnevalt kuumaga treeninguid. Varnas toimetati meid hotelli ning aklimatiseerumine võis alata. Tegime kahel järjestikusel päeval kerged jooksuharjutused ning

mõne lühikese supluse meres. Päevased temperatuurid küündisid mõnedel andmetel 42 celsiuskraadini. Esimene tutvumine kaartidega oli toimunud loomulikult kodus, maastikule saime esimest korda 6. juulil, näidisraja päeval. Üritasime endale selgeks teha kõik, millest kodusel loengul räägitud oli. Sixteni soovitus - käia üle kõik koopa, ovraagid ja augud, oli asja eest, sest hiljem võistlusolukorras kordusid need objektid väga sageli. Maastik ise oli väga kiire, madal tammemets mõningate okkaliste põõsaste ning ovraagid, ovraagid ja ovraagid. Kuid sigadest ei olnud kodus juttu, ning mõnele linnalapsele ajas jutt metsseasarnastest kodusigadest hirmu peale. Tegelikuses osutusid notsud sõbralikeks ning võistlusi mittehäirivateks teguriteks.

Koondislaste enesetunne Kenne tavarada oli igati hea ning võistluste eelõhtul toimunud koosviibimisel oli võistlusmoraal kõrge. Nii asuti 7. juuli hommikul tavaraja starti.

D20 rada oli 7.7km ja H20 rada 11.7km 21 KP ja 480 m tõusu. Tulemustest rääkides tuleb aga kummardada tüdrukute ees, kes suutsid tagada endale koht finišiprotokollil esimese kolmandiku lõpus. Poiste võistlus kujunes aga kannatuste rajaks. Üldine üllatus oli see, et meie koondise kõvemadki jooksjad totaalselt hävisid ja seda just füüsiliselt. Mareki tervis kustus viimasel

kahel kilomeetril niivõrd, et mees pidi oma kojutoomiseks võtma appi puhkuse ja "lindude toitumise". Teised kannatasid külma- või kuumavärinate all. Kuid ärakukkujaid oli veelgi, soomlaste tuntuim Jonne Lakanen viidi tilgutite all minema, diagnoos - kuumarabandus, ning parim rootslane ja norrakas jagasid alles 15. kohta. Kuid võitlejad olid tugevad ja osavad, ning meie koondis peab lihtsalt edasi treenima.

D20 arvestuses läks kuld Šveitsi Regula Hullingerile, H20 pjedestaalil pidutses venelane Segrei Hramov.

Selle aasta programm puhkepäeva ette ei näinud ning järgmisel päeval toimus lühiraja kvalifikatsioon. Meie koondislased said A-finaali Anu, Age, Doris ja eelmisest päevast kosunud Marek. Teiste tulemus jäi seekord rohkem tehnilise praagi taha. Arenguruumi on veel palju - palju. Kristjani jalg aga võttis pärast jooksu sellise kuju, et ka Soome koondise arst, kelle praksis on 30 aastat, vangutas nõutult pead. See jäi Kristjanile ka viimaseks jooksuks sel korral.

Lühiraja finaalis meile hiigeltulemusi ei joostud. Normaalse jooksudega said hakkama tüdrukud ja Priit B-finaalis. Võidurõõmu said aga maitsta taas šveitslased, sest teistkordselt krooniti maailmameistriks Regula Hullinger. Pidu oli ka soomlaste leeris, sest tavarajal katkestanud Jonne

Lakanen võttis lõpuks o m a . M õ l e m a d viimatimainitud osalesid MM-l juba neljandat ja ühtlasi ka viimast korda. S i i n k o h a l mõtteainet meie tuleviku lootustele ja ootustele.

Üldine võitlusmoraal oli langenud ja pähe kippusid

kojusõidumõtted. Ees aga seis veel teade, milles tahtsime anda endast viimast, et oleks koju viia vähemalt üks hea emotsioon selle aasta MM-lt (võistluste poolelt). Nii suruti hambad risti ja mindi vastu teatapäevale. Teates jooksis ainukesena hästi Anu, meie tüdrukute esimest vahetust. Normaalselt sai hakkama ka Piia, kes jooksis kahe Leedu tüdruku järel ankrumahetust. Poisid aga tahtsid vist üle, midagi ei klappinud juba tuntud avavahetuse jooksjal Marekil ning sarnane hävimine jätkus lõpuni välja. Nii jäidki meie tahtmised tahtmisteks. Seega võib Eesti juunioridekoondise sellesuvisedaste MM-lt lugeda ebaõnnestunuks ning edaspidi rühkida kõvemini trenni. Õnneks ei ole kuulda olnud kellegi loobumissusest



Vaatepunkt teates - vaata palju tahad
Foto: Arti Albert

orienteerumise suhtes, nagu mõni trekirattur (nimesid nimetamata, lugege uudiseid). Edasised toimetused saavad sellisest kaosest ainult indu juurde. Ju ei olnud talvised 50-60 tunnised kuud piisavalt sisustatud treeningutega, vaid ca 2h päevas on vähe...

Ag tegelikult me nii Anõrdinud ka ei ole, sest nagu ütles võistluste korralduskomitee esinaine: tundke elust rõõmu, sest te olete noored! Jõudu teistelegi orienteerujatele, kes kuhugi pürgivad.

ARTI ALBERT
OK Põlva Kobras



...aga tegelikult oleme meie kõige paremad!
Vasakult: Piia, Doris, Paul, Priit, Age, Kristjan, Anu ja Marek.
Foto: Arti Albert

Psühholoogilised faktorid orienteerumisspordis 3. osa

Kontsentratsioon

O-võistluse ajal on kontsenteerumine A ja O. Enamus vigu ja eksimusi, mis võistluse ajal tehakse, on põhjustatud kontsenteerumiskustest. Rajameister püüab tempovahetusega varieerida osaliselt kiirust, osaliselt ajutegevuse aktiivsust. Kui tuleb läbida mitu kontrollpunkti, mis on üksteisele väga lähedal, siis on suhteliselt lihtne olla kontsenteerunud selle ülesande täitmisele. Kuid niipea, kui tuleb tegemist lihtsa orienteerumisega ja suure kiirusega, tahavad mõtted hajuda, sest võistlejal on liiga vähe mõtlemisainet. Kui paljud meist on hakanud ülesandele täitmisele, et läbida aja ja ruumi totaalselt oma teadvusest välja. Seega on kontsentratsioon suurenenud tähelepanu mingile väiksemale alale. Kõik me oleme mõnikord seda tunnet tundnud näiteks põnevat raamatut lugedes. Lugeja elab raamatusse täielikult sisse, on võibolla isegi üks selle tegelasi ja unustab hetkeks kõik muu, lülitades selle oma teadvusest välja. Veidi aja pärast ärkad lummusest ja saad taas teadlikuks iseenesest ja ümbritsevast. Enamasti on inimesel tagantjärele väga vähe aimu sellest, kui kaua kontsenteerunud olekus viibiti.

Selline tähelepanelik olek luuakse muuhulgas seeläbi, et võistlus on midagi sellist, mille järgi igatsetakse, mida peetakse toredaks, põnevaks ja väljakutsuvaks ning millega suudetakse hakkama saada. Kui tunne on vastupidine, st võistlus on midagi, mis eriti ei meeldi, siis oled hirmul vigade ees, närvis ees ootava teadmatusel pärast, ei julge täie jõuga joosta, siis on suur risk, et mõtted fokuseeruvad valedel asjadel. Nähakse teisi võistlejaid, mõeldakse sellele, mida tehakse pärast võistlust, see maastik ei sobi mulle jms mõtteid, ei mõelda ülesandele - võistleja ei ole praeguses hetkes.

Aga see just ongi kontsenteerumine - praeguses hetkes, olevikus olemine. **Inimene saab mõjutada ainult olevikku, mitte minevikku ega tulevikku.**

Saavutusele keskendunud või kontsenteerunud

Võidakse öelda, et saavutusele keskendunud olemine on peaaegu sama, mis olla kontsenteerunud. Vahe on selles, et saavutusele keskendunud on olek enne ülesande püstitamist, kontsentratsioon aga olek ülesande täitmise ajal.

Inimene on saavutusele keskendunud, kui ta üha enam

kontsenteerub ülesande täitmisele ja lülitub välja kõigest muust peale eelseisva tegevuse. Tegevuse ajal on inimene kontsenteerunud, kui kõrvalised asjad tema tegevust ei häiri. Sealjuures on inimene väga selektiivne ja registreerib vaid tema saavutuse seisukohalt olulisi asju. Võistleja kuuleb oma treeneri häält tuhande muu karjuva inimese seas, nii nagu treener oleks üks.

Osa inimesi muutuvad vihaseks, kui nad ütlevad kontsenteeruda. Häirete mõju uuringud on näidanud, et kolm häiret lühikese aja jooksul põhjustavad vajaduse alustada kontsenteerumist otsast peale. Seepärast ei ole sugugi imelik inimese reageerimine sagedastele häiretele. On võimalik ehitada üles süsteem ja õppida kontsenteeruma nii, et ollakse häirete suhtes vähemtundlik ja et kontsenteerumiseks kulub aeg väheneb. Kui



Väiksenä mängev tihhi, et ollakse keegi teine. Fotol Timo Sild (4-a) 1992. a Ilvesteatel. Foto: Sixten Sild

aeg väheneb, on ju lihtsam leida vajalik rahuhetk.

Kui aga respektieritakse inimest, kes tegeleb kontsenteerumisega, siis võib see aidata kaasa paremale kontsentratsioonile ja lihtsamale suhtlemisele ümbritsevaga.

Suhtumine

Inimene mõtleb piltides.

Seda on oluline teada, kui analüüsida erinevaid suhtumisi. Suhtumine on lihtsustatult seisukoht mingi asja, isiku, juhtumise, treeningu, võistluse vms suhtes. Suhtumine kujuneb nii, et inimesel tekib pilt mingist asjast, situatsioonist või isikust ja ta hakkab elama selle pildi järgi. Inimene reageerib üha enam teatud eelplaneeritud moel, kui ta puutub kokku situatsiooniga, mis sarnaneb

tema teadvuses oleva pildiga. Kui öelda iseenesele, et olen väärtusetu, nõrk, luuser, et ei oska joosta kuppelmaastikul, et see kontrollpunkt on raske, sellega ei tohi viga teha - mis on tulemuseks?

Kui aju tahab mõelda piltides, mis on positiivsed, siis toimub energiline töö. Aju peab nüüd töötama vastutuules, joonistades kõigepealt positiivse pildi "ma leian kontrollpunkti" ning seejärel selle maha kriipsutama või kustutama. Mis jääb järgi? Pilt, mille sisuks on - (miinus) teha õieti = teha valesti!

Peab julgema teha seda, mida tahad teha

Kas see, mida me tahame saavutada on vea tegemine ja punkti mitteleidmine? Ei, lähtepunkt peab olema positiivne ja ofensiivne. Jaapani keeles ei ole olemas sõna "mitte" ja nüüd on see kustutatud ka orienteeruja sõnaraamatust. Püüa selle asemel rünnata, püüa teha seda, mida tahad teha, mida tahad korda saata. Peab julgema teha seda, mida tahad teha.

Karupoeg Puhhis kirjeldatakse kahte äärmust - eesl Iahit ja Tiigrit. Iah on pessimist ja näeb ainult probleeme, samal ajal kui Tiiger on ofensiivne, optimistlik, positiivne ja näeb ainult võimalusi. Otsusta ise! Kes sa tahad olla? Ajule on palju lihtsam mõelda positiivses realistlikus vormis.

Tähtis on saada positiivne pilt sellest, mida tahad näha toimumas. Tuleb otsida pilte, mis vastavad sinu arusaamisele, sinu tunde selle situatsiooni suhtes. Kui situatsioon on tundmatu, tuleb luua pilt ja katsetada seda tegelikkuses. Kui mingi pilt on olemas, võib seda muuta eelnevat mõjutades.

* Ma jooksen kergelt, ma jooksen kiiremini.

* Seda olen ma varem teinud, seda ma oskan.

* Ma olen tugev ülesmäge jooksumine, ma olen tugevam kui minu konkurendid.

* Mulle meeldib joosta raskel maastikul, ma valdan seda maastikutüüpi.

* Ma olen närvis ja rahunen, ma muutun rahulikumaks.

* Ilm on külm ja vihma valab, nüüd olen ma lõõnud juba pooli konkurente.

Kursiivis sõnad on need, mille kallal aju töötab.

See, milline suhtumine inimesel asja suhtes on, otsustab täielikult, kui palju energiat ta suudab just nüüd vabastada. **Ei ole võimalik mõjutada ilma, raja pikkust, startida ega, maastiku mägisust - ehk teiste sõnadega väliseid faktoreid. Kuid on võimalik olla olukorraga rahul ja muuta oma suhtumist välisesse faktoritesse.** Lase neil olla oma sõbraks võistluse ajal. Nad on minu tulemuse jaoks positiivsed.

Pluss- ja miinuspsüühika

Erinevus pluss- ja miinuspsüühika vahel seisneb piltides, mida saadetakse ajusse. Plusspsüühika saadab selgeid, realistlikke pilte ja tekitab positiivse suhtumise. Miinuspsüühika tekitab ebaselgeid ja ebarealistlikke pilte ja vastavalt kujuneb ka suhtumine.

Visioon ja eesmärk

Kui ollakse laps, öeldakse oma tuleviku kohta näiteks "tahan saada vedurijuhiks", "tahan saada hokiprofiks", "tahan pääseda riigi koondisse", "tahan saada omale Porchet". Visioon on unistus või soov millestki, milleks tahetakse saada, olla või mida omada. See võib käia mingite asjade kohta, mis tekitab põnevust, draamatikat ja elamusi. See võib olla elu üldises mõttes, mida tahan korda saata oma eluajal, mida tahan jätta endast maha.

Visioon või unistus vabastab igas inimeses liikumapaneva jõu ja lusti teha tööd ja treenida

Visioon võib olla ka unistus spordi alal. Kõigil edukatel sportlastel on või on olnud visioon, mis on aidanud neid nende kires ja kiindumuses treenida tippu jõudmiseks. Visioon või unistus vabastab igas inimeses liikumapaneva jõu ja lusti teha tööd ja treenida. Visioon tekitab ka loominguilise leidmaks uusi võimalusi eesmärgi saavutamiseks. Laste mängudes on visioonid tähtsad nii mängu läbiviimiseks kui ka rõõmu jaoks mängus. Väiksenä mängev tihhi, et ollakse keegi teine. Täna lapsed mängivad tihhi, et nad on Jaan Kirsipuu rattasadulas või Erki Nool staadionil.

Visioon või unistus vabastab igas inimeses liikumapaneva jõu ja lusti teha tööd ja treenida

Võib öelda, et visioon tähendab eesmärgi nägemist. Eesmärk on näha iseennast



O-võistluse ajal on kontsenteerumine A ja O. Fotol Erik Aibast Balti MV-tel 1999. Foto: Maret Vaher

situatsioonis, kus sa täidad oma ülesannet, sooritat selle ja saavutad eesmärgi. Visioon töötab piltides. Tehes pilti selgemaks ja seda üha korrates, õpitakse see selgeks. Kui pilt on õieti sisse õpitud, leiab aju selle kergesti ja kordamine muutub üha lihtsamaks. Selles arengujärgus võib saavutada premmuskulaarse sisseõpituse. Praktikas tähendab see, et lihased õpivad tegema tööd, mida nad veel ei ole sooritanud! Kui kasutada oma visiooni ja eesmärki õigel moel, võib kokku hoida palju tunde oma treeningus.

Visioon loob eesmärgi, eesmärk loob alaeesmärgi, alaeesmärk loob treeningu sisu. Selleks, et ühendada omavahel kolmik visioon-eesmärk-treening, võib teha järgmise võrdluse golfimänguga.

Golfis on mitme aasta vältel tehtud töö väga konkreetse visiooniga "54", et näidata kui tähtis eelpoolkirjeldatud filosoofiline visioonides mõtlemine on. Golfirajal on 18 auku ja iga auku kohta on teada normaalne keskmine löökide arv, mida nimetatakse "par". Kui lüüa iga auku korral üks löök vähem kui "par", ehk "birdie", siis on mängija saavutanud visiooni, teinud selle tege-

likkuseks. Golfiraja "par" on tavaliselt 72 lööki. "Birdie" puhul iga auku juures läbitakse kogu rada 54 löögiga, 72 miinus 18. Visioon "54" tekitab motivatsiooni, kontsentratsiooni, kreaativsust, energiat treenimiseks ja mis samuti tähtis - rõõmu tasapisi ja kindlalt saavutada võimatu. "54"-ga tahab treener luua eeldused teha võimatu võimalikuks.

Visioonid või unelmad on olulised kõigile inimestele kõigil tööaladel. Tänu visioonidele hakkavad inimesed mõtlema teistmoodi, leidma teistsuguseid lahendusi. Fosbury flopp ja Janne Boklövi V-stiil leitud tänu tahtmisele hüpata kõrgemale kõrgushüppes ja kaugemale suusahüpetes. Visioon ja eesmärk on väga sarnased. Vahe on selles, et visioon võib teostuda kunagi tulevikus, kuid eesmärk tuleb saavutada kindlal ajahetkel.

Tõlkinud SIXTEN SILD



Kontsentratsioon tähendab, et oled tähelepanelik ja ülesandele fokuseeritud. Fotol: EMV teatejooksu avavahetus 1999. Foto: Harry Veide

XI Kobras Karikas

Karaski 06.-08.08.1999.a.

H8

1. Janis Kalnins	Läti	17.02 [1]	17.55 [2]	12.33 [1]	47.30
2. Aleksandr Dved	SRD	24.12 [4]	17.01 [1]	16.39 [3]	57.52
3. Kenny Kivikas	Ilves	23.14 [3]	20.20 [3]	15.14 [2]	58.48
4. Martin Ling	Lehola	22.14 [2]	20.49 [4]	16.53 [4]	59.56
5. Ingmar Daub		34.57 [7]	27.14 [5]	18.14 [5]	1:20.25
6. Jüri Joonas	Võru	27.04 [5]	33.16 [7]	20.12 [6]	1:20.32
7. Valter Tänav	RAE	31.21 [6]	28.58 [6]	20.55 [7]	1:21.14
8. Deniss Dved	SRD	40.01 [8]	42.09 [8]	42.40 [9]	2:04.50
Kasper Mast	HOK			22.16 [8]	

H9

1. Lauri Sild	Võru	13.35 [1]	14.13 [1]	11.00 [1]	38.48
2. Karl Keerberg	SOK	15.25 [2]	20.48 [2]	11.58 [2]	48.11
3. Erki Pellja	JOKA	29.55 [3]	48.01 [3]	16.45 [3]	1:34.41

H10

1. Karl Samoson	Tallinn	12.19 [4]	16.27 [2]	12.19 [4]	41.05
2. Uku Rooni	Orvand	9.41 [1]	22.31 [9]	9.30 [1]	41.42
3. Marko Anton	Lehola	15.34 [7]	15.02 [1]	11.20 [2]	41.56
4. Arturs Paulins	Grundzal	11.08 [2]	20.01 [5]	11.46 [3]	42.55
5. Kristo Heimann	Ilves	13.09 [5]	18.53 [4]	13.59 [6]	46.01
6. Sven Oras	Ilves	12.12 [3]	17.26 [3]	17.00 [12]	46.38
7. Hanno Soe	Otepää	13.14 [6]	21.41 [8]	15.16 [8]	50.11
8. Siim Anton	Otepää	22.45 [10]	20.14 [6]	12.50 [5]	55.49
9. Erik Olesk		21.53 [9]	20.23 [7]	15.22 [9]	57.38
10. Kalle Kruusmaa	Rakv	17.00 [8]	25.23 [12]	16.25 [11]	58.48
11. Mikk Kadak	Lehola	27.25 [11]	24.24 [11]	16.14 [10]	1:08.03
12. Anton Mihailov	SRD	32.14 [12]	24.02 [10]	15.03 [7]	1:11.19

H11

1. Martins Purins	Mona	18.00 [1]	24.52 [3]	22.05 [2]	1:04.57
2. Kaarel Nummert	Kape	24.14 [3]	21.53 [1]	28.42 [4]	1:14.49
3. Karl Ranna	Ilves	32.45 [5]	31.06 [4]	22.43 [3]	1:26.34
4. Daniel Lerch	HOK	28.09 [4]	40.21 [5]	42.54 [5]	1:51.24
Kalvis Mihailovs	Avots	21.25 [2]	tühist.	20.06 [1]	
Villu Uus	Heer		tühist.	24.00 [2]	50.32 [6]

H12

1. Indrek Kustavus	Lehola	18.56 [3]	22.09 [4]	25.46 [3]	1:06.51
2. Timo Sild	Võru	18.39 [2]	19.45 [1]	29.21 [6]	1:07.45
3. Rauno Jõgeva	Peko	22.56 [5]	21.33 [2]	26.02 [4]	1:10.31
4. Hannes Kerem	MARU	1:23.18 []	22.41 []	25.33 []	1:11.32
5. Kaarel Kure	Kobras	19.13 [4]	29.57 [7]	23.56 [1]	1:13.06
6. Tõnis Uiboupin	Võru	17.02 [1]	33.32 [8]	27.14 [5]	1:17.48
7. Mati Sarap	Ilves	25.24 [7]	23.56 [6]	32.19 [9]	1:21.39
8. Anar Klade	Lehola	33.09 [9]	21.47 [3]	30.07 [7]	1:25.03
9. Timo Ilves	Kape	26.10 [8]	33.50 [9]	32.03 [8]	1:32.03
10. Villem Reitalu	HOK	39.38 [11]	41.13 [10]	41.04 [10]	2:01.55
Meelis Aasma	HOK	53.43 [12]	katkest.	51.29 [11]	
Enar Nõmmiste	Kape	36.38 [10]	ei st.	ei st.	
Märt Koser	Kobras	tühist.	ei st.	ei st.	

H14A

1. Eriks Lebedoks	Meridian	28.12 [5]	32.06 [2]	36.21 [1]	1:36.39
2. Jaan Tarmak	TON	29.42 [8]	31.41 [1]	41.26 [4]	1:42.49
3. M. Puusepp	Võru	25.22 [1]	35.18 [3]	43.25 [6]	1:44.05
4. Mihkel Järveoja	Kobras	31.57 [13]	37.25 [4]	37.36 [2]	1:46.58
5. Sander Vaher	Kobras	25.27 [2]	37.37 [5]	44.31 [7]	1:47.35
6. Tarmo Anton	Lehola	30.38 [10]	48.29 [12]	39.40 [9]	2:08.47
7. Priit Paasma	Lehola	30.03 [9]	39.45 [7]	59.24 [13]	2:09.12
8. Martin Malva	Rakv	34.49 [14]	45.20 [11]	50.10 [10]	2:10.19
9. Arnas Bedre	Oriens	37.05 [16]	40.12 [8]	59.29 [14]	2:16.46
10. Andres Herm	Võru	31.48 [12]	43.15 [9]	1:03.33 [15]	2:18.36
11. Andres Aljas	Kose	48.31 [18]	45.18 [10]	56.45 [12]	2:30.34
12. Veiko Kütt		35.14 [15]	49.26 [14]	1:07.27 [16]	2:32.07
13. Kristian Moor	TON	51.14 [19]	1:03.03 [17]	1:17.12 [17]	3:11.29
Helmet Sklave	Orvand	28.01 [4]	51.46 [16]		
Timo Kaljur	Orvand	31.35 [11]	51.18 [15]		
Timo Simonlatser	Rakv	41.32 [17]	49.12 [13]	ei st.	
Lauri Malsroos	Tammed27.36 [3]		tühist.	39.04 [3]	
Ats Uiboupin	Võru	28.19 [6]		51.22 [11]	
Toomas Tomson	Kobras	29.41 [7]		tühist.	48.15 [8]
Vahur Teppan	Ilves		38.11 [6]	43.04 [5]	

H14B

1. Madis Kure	Kobras	33.18 [2]	35.11 [2]	36.59 [2]	1:45.28
2. Alar Assor	Kobras	29.58 [1]	34.40 [1]	41.46 [4]	1:46.24
3. Hardi Kaseleht	Ilves	42.11 [4]	40.44 [4]	38.04 [3]	2:00.59
4. Olavi Ottas	Kobras	39.29 [3]	36.56 [6]	34.35 [1]	2:11.00
Ange Laine	Lehola	52.10 [6]	36.52 [3]	tühist.	
Jonas Nerrep	JOKA	1:06.57 [8]	47.41 [5]	tühist.	
Paavo Kroon	Ilves	50.11 [5]	katkest.	1:12.10 [6]	
Priit Kuljus	Kobras	54.51 [7]	tühist.	58.45 [5]	

H16

1. K Jaudzems	Meridian	32.32 [1]	38.38 [2]	44.23 [1]	1:55.33
2. J Sprogis	Meridian	35.03 [3]	33.22 [1]	53.16 [3]	2:01.41
3. Tõnis Vaiksaar	Lehola	35.34 [4]	42.23 [6]	53.17 [4]	2:11.14
4. Jürgen Einpaul	RAE	40.00 [6]	40.24 [4]	52.23 [2]	2:12.47
5. Mihkel Puusepp	Võru	41.20 [7]	40.54 [5]	57.41 [6]	2:19.55
6. Peeter Pihl	Tammed39.23 [5]		44.55 [10]	59.22 [7]	2:23.40
7. Erik Leiger	HOK	53.33 [16]	42.57 [8]	55.29 [5]	2:31.59
8. Meelis Kadak	Lehola	43.34 [10]	47.06 [11]	1:01.55 [8]	2:32.35
9. Reigo Vatsk	Tammed41.52 [8]		52.31 [14]	1:04.47 [9]	2:39.10
10. Viljar Kuljus	Võru	46.42 [12]	42.58 [9]	1:14.49 [13]	2:44.29
11. Tanel Terasmaa	Lehola	52.18 [15]	54.32 [15]	1:12.16 [12]	2:59.06
12. Taivo Timmusk	HOK	49.21 [14]	42.38 [7]	1:35.32 [21]	3:07.31
13. Jaak Teppan	Ilves	57.27 [18]	1:03.27 [18]	1:08.53 [11]	3:09.47
14. Priit Annusver	Lehola	58.24 [19]	50.58 [13]	1:26.15 [17]	3:15.37
15. Tanel Taal	Võru	47.31 [13]	57.09 [16]	1:30.59 [20]	3:15.39
16. Tanel Bauman	Rakv	1:01.33 [20]	1:10.19 [20]	1:16.44 [15]	3:28.36
17. Mikk Adler Otepää		1:12.06 [22]	1:06.43 [19]	1:15.39 [14]	3:34.28
18. Taavi Kuha		1:11.46 [21]	1:33.39 [21]	1:23.57 [16]	4:09.22
Heiti Irväl	Rakv	43.09 [9]	57.56 [17]	katkest.	
Erik Prank	Kape	55.40 [17]	47.11 [12]	katkest.	
Argo Härm	HOK	1:20.31 [23]	katkest.	1:28.20 [19]	
Anti Sklave	Orvand	33.00 [2]	38.42 [3]		
Ago Albert	Kobras	43.54 [11]		1:05.22 [10]	

H18

1. Tarmo Siimsaare	Võru	36.18 [1]	48.14 [1]	55.17 [2]	2:19.49
2. Tarvo Klaasimäe	Rakv	40.20 [3]	48.24 [2]	53.35 [1]	2:22.19
3. Oliver Ojasoo	Kobras	40.20 [3]	50.01 [3]	56.12 [3]	2:26.33
4. Kristjan Gans	TAOK	40.31 [5]	53.50 [6]	1:01.22 [6]	2:35.43
5. Kristjan Karabelnik	Heer	46.30 [8]	50.26 [4]	59.58 [4]	2:36.54
6. Tarmo Needo	Kobras	45.59 [7]	51.05 [5]	1:11.56 [8]	2:49.00
7. Tõnis Jürimäe	Ilves	44.21 [6]	57.51 [8]	1:09.20 [7]	2:51.32
Erkki Liiv	Tammed1:06.12 [12]		tühist.	1:23.46 [9]	
Jürgen Kallo	TAOK	1:09.23 [13]	katkest.	1:36.12 [10]	
Alar Laanjõe	Kobras	1:04.06 [11]	katkest.	1:01.19 [5]	
Risto Raie	Rakv	1:01.33 [10]	tühist.	ei st.	
Martti-J Miljan	TAOK	39.02 [2]	ei st.	ei st.	
Siim Kadak	Lehola	54.01 [9]	ei st.	ei st.	
Tarmo Tomson	Kobras		55.08 [7]		

H20

1. Keit Kivisild	Rakv	35.13 [1]	1:08.15 [1]	1:06.20 [1]	2:49.48
2. Toomas Marrandi	JOKA	41.07 [2]	1:15.42 [3]	1:08.26 [2]	3:05.15
3. Tauno Murakas	Rakv	43.08 [4]	1:16.17 [4]	1:16.40 [4]	3:16.05
4. Tiit Tähnas	JOKA	42.28 [3]	1:14.21 [2]	1:25.00 [5]	3:21.49
5. Riho Vöigemast	JOKA	45.09 [5]	1:35.16 [5]	1:12.39 [3]	3:33.04
6. Kalvo Krisk	Heer	47.40 [6]	1:37.24 [6]	1:34.02 [6]	3:59.06

H21E

1. Armo Hiie	Ilves	52.15 [1]	1:11.49 [2]	1:23.38 [4]	3:27.42
2. S. Ramoska	Medeina	54.43 [3]	1:12.26 [3]	1:22.33 [3]	3:29.42
3. Inno Ling	Lehola	53.32 [2]	1:13.00 [4]	1:25.59 [7]	3:32.31
4. Andrei Nikitin	SRD	56.38 [4]	1:15.44 [5]	1:21.12 [1]	3:33.34
5. Andreas Kraas	Tammed1:06.09 [16]		1:11.09 [1]	1:25.38 [6]	3:42.56
6. Alar Abram	Rakv	57.34 [5]	1:17.01 [7]	1:30.34 [9]	3:45.09
7. Toomas Mast	HOK	59.08 [9]	1:17.22 [8]	1:32.21 [13]	3:48.51
8. Raivo Pellja	JOKA	59.05 [8]	1:22.59 [12]	1:31.48 [12]	3:53.52
9. Meelis Atonen	Lehola	1:08.15 [18]	1:18.21 [9]	1:29.13 [8]	3:55.49
10. T Tamosiunas	Oriens	1:00.42 [11]	1:23.13 [13]	1:34.24 [14]	3:58.19
11. Roman Svéd	SRD	1:04.13 [15]	1:30.40 [15]	1:25.08 [5]	4:00.01
12. Erki Kriks	Rakv	57.36 [6]	1:36.55 [17]	1:35.35 [15]	4:10.06
13. Aivar Sarap	Ilves	1:03.22 [13]	1:29.29 [14]	1:43.09 [17]	4:16.00
14. Madis Tiik	SOK	1:12.36 [21]	1:32.19 [16]	1:47.14 [19]	4:32.09
15. Mart Ostra	MARU	1:38.10 [22]	1:38.07 [18]	1:44.32 [18]	5:00.49
Mati Tiit	Ilves	1:00.23 [10]	tühist.	1:30.45 [10]	
Raivo Reiman	MARU	1:03.53 [14]	tühist.	1:21.41 [2]	
Vallo Vaher	JOKA	1:10.54 [19]	katkest.	1:38.13 [16]	
Kuno Rooba	Rakv	1:11.00 [20]	katkest.	1:31.02 [11]	
Maido Kaljur	Orvand	58.18 [7]	1:19.18 [10]		
Karl Lambot	Orion	1:02.19 [12]	1:22.03 [11]	ei st.	
Paavo Rõigas	Peko	1:06.16 [17]	tühist.	ei st.	
Raul Kudre	Peko		1:16.01 [6]		
Rainer Rammul	Võru		1:54.22 [19]	1:57.14 [20]	

H21A

1. Vytautas Grasy	Perkunas	34.47 [1]	1:07.10 [1]	59.04 [1]	2:41.01
2. Eero Kivikas	Ilves	38.12 [2]	1:11.11 [3]	1:04.02 [3]	2:53.25
3. Veiko Ulp	Ilves	40.31 [5]	1:12.44 [4]	1:07.29 [5]	3:00.44
4. Erik Keerberg	SOK	42.28 [10]	1:09.55 [2]	1:09.27 [7]	3:01.50
5. Tõnis Kruusmaa	Rakv	41.02 [7]	1:19.34 [10]	1:05.29 [4]	3:06.05
6. M. Zimmermann	Kape	39.40 [3]	1:21.39 [11]	1:03.32 [9]	3:11.51
7. Jarkko Ainsoo	LUS	40.49 [6]	1:17.26 [8]	1:14.55 [12]	3:13.10
8. Sven Rea	MARU	46.29 [13]	1:16.43 [7]	1:10.00 [8]	3:13.12
9. M. Klementsov	Koop	41.13 [8]	1:32.19 [15]	1:08.16 [6]	3:21.48
10. Risto Gurjev	LUS	43.11 [11]	1:38.49 [16]	1:13.25 [11]	3:35.25
11. Margus Sarap	Ilves	59.52 [17]	1:24.13 [13]	1:19.47 [13]	3:43.52
12. Lauri Lahtmäe	Kape	50.24 [14]	1:24.38 [14]	1:30.34 [15]	3:45.36
13. Peeter Lind	Kape	52.04 [16]	1:51.28 [17]	1:36.34 [16]	4:20.06
Jaani Olvet	Rakv	39.57 [4]	1:22.07 [12]	katkest.	
Ott Rakkaselt	HOK	42.26 [9]	ei st.	1:13.06 [10]	
Margus Marrandi	JOKA	44.17 [12]			
Rein Zaitsev	Peko	51.04 [15]	ei st.	ei st.	
Raivo Erik	MARU	ei st.	1:13.46 [6]	1:20.01 [14]	
Raul Reiman	MARU		1:13.21 [5]	ei st.	
Veiko Pak	RAE		1:17.56 [9]	1:02.16 [2]	

H21B

1. Radovan Mach	Tsehhi	29.56 [1]	31.43 [2]	42.59 [3]	1:44.38
2. Tarmo Klaar	Ilves	33.36 [2]	34.10 [3]	46.41 [6]	1:54.27
3. Remo Anton	Otepää	42.02 [12]	31.16 [1]	42.33 [2]	1:55.51
4. Marek Holik	Tsehhi	38.26 [7]	41.05 [11]	41.41 [1]	2:01.12
5. Maris Stabins	Grundzal	38.58 [9]	36.23 [6]	46.03 [5]	

Eesti meistrivõistlused pikal rajal

4.septembril 1999 Leemetis

Start kell 14.00

Võistlusklassid: HD 16; 18; 20; 21; 35; 40; 45; 50; H 55

Võistlusklassides H 20; H 21; H 35 ja D 21 ühisstart.

Kaart 1:10 000, h 2 m. Seis kevad-suvi 1999.

Maastik: Hea läbitavusega valdavalt männimets. Rannaluited. Kõrguste vahe 15 m.

Tähistus võistluskeskusesse Kärkla-Kõpu maanteelt Luidjalt.

Parkimine võistluskeskuses 10 krooni.

Pesemine võistluskeskuses.

Saun võistluskeskuses, pilett 10 krooni.

Majutamine: Telklaager (telgi koht 20 krooni), põrandamajutus Kõrgessaare Tervisemajas (20 kr/öö).

Registreerimine on lõppenud (Registreerimine klubi poolt kinnitatud registreerimislehel kuni 23.august 1999 Helen MAST, Allika 11-1 KÄRDLA 92412, faks 246 31244 või e-mail helenm@hinet.ee. Registreerimisega samaaegselt tasuda osavõtumaks Hiiumaa Orienteerujate Klubi a/a 1120048611 Hansapangas kood 767.

Osavõtumaksud HD 16;18: 25.- HD 20; 35; 40; 45; 50; H 55: 50.-; H 21: 75.-; D 21:60.-)

Muud: Parvlaevad väljuvad Rohukülalt reedel kell 10.30; 12.30; 14.30; 16.30; 19.00; 20.30; 23.00; laupäeval kell 06.30; 10.30; 14.30;

Parvlaevad väljuvad Heltermaalt laupäeval kell 16.30; 19.00; pühapäeval 08.30; 12.30; 14.30; 16.30; 18.30; 21.00

Sõidukikohtade broneerimine 15 päeva ette tel. 246 31630 või 247 33 666

Laupäeval, 4.sept. on Heltermaa sadamas kell 10.30 Rohukülalt väljuval praamil vastas buss, mis toimetab võistlejad võistluskeskusesse.

Võistluskeskus on EMV-I Hindreku talus (endine Öngu spordibaas), **tähistus Emmaste-Kõpu maanteelt**, HKV võistluskeskus Leemetis, tähistus samalt teelt.

Täiendav info: Helen Mastil tel. 246 31 629 või 252 99 432

Hiiumaa Orienteerujate Klubi

TA OK maraton

Aeg ja koht: 18. septembril 1999. a. Keila-Joal. Võistluskeskus asub jõe läänepoolse kaldal, silla läheduses. Tähistus Tallinn-Klooga mnt ristmikel Väana - Keila-Joa teega (Tallina poolt tulles) ja Keila - Keila-Joa teega (Keila ja Klooga poolt tulles).

Start: Kell 12.00

Võistlusklassid ja radade pikkused: Raja pikkus on orienteeruvalt 13 km.

Arvestus toimub võistlusklassides HD16, HD18, HD21, HD35, ..., HD70

Kaart: Kevad 1999; mõõtkava 1:10000, h = 2,5 m; autor: Andres Käär

Maastik: Kuiv mereäärne männik, mõlemal pool Keila jõe, keskmiselt liigestatud, valdavalt mikroreljeefiga, palju teid ja radu.

Rajad: Andres Käär.

Võistlemise kord: Kõik osavõtjad startivad ühisstartist samale rajale. Võistlus toimub hajutusega, kaheringilise nn. "ühe mehe teatena" ja kolmanda, hajutuseta, finiširingiga. Joogipunkt asetseb ringide vahetuskohas võistluskeskuses.

Registreerimine: Kuni 10. septembrini Mari Roots, Harku 15, 11611 Tallinn, meili teel aadressil m.roots@tallinnlv.ee või Tallinna neljapäevakul 9. septembril kella 17.00 - 19.00. Piiratud arvul on võimalus registreerida vabadele kaartidele võistluspäeval kuni kella 11.30-ni.

Ümberregistreerimine: Võistluspäeval kuni kella 11.00-ni.

Osavõtumaks: 40 krooni, 25 krooni õppijatel ja pensionäridel vastavalt 80 krooni ja 50 krooni võistluspäeval

Osavõtumaks tasuda 13. septembrini 1999. a. TA OK arvele nr 1120066509 Hansapangas (kood 767). Neljapäevakul ja kohapeal registreerudes saab tasuda ka sularahas.

Autasustamine: Üldauhindadega autasustatakse kolme paremat meest ja naist võistlusklassist sõltumata. Auhind on ette nähtud ka iga veterani ja noorteklassi võitjale. Kui aga vanema veteraniklassi parim on edestanud temast noorema(te) veteraniklassi(de) võitjat (võitjaid), saab ta ka tema (nende) auhinna. Analoogselt, kui noorema noorteklassi parim edestab vanema noorteklassi parimat, siis saab ta mõlemad auhinnad endale.

Klasside H18 ja D18 võitjale paneb rahalise eriauhinnad ? 500 kr välja arvutifirma Baltic Computer Systems. Kui aga nimetatud klassi võitja kaotus võistluste üldvõitjale on väiksem kui 10% võitja ajast, siis on auhinna suuruseks 1000 kr.

Lisainfo: Peep Eomois, 250 68 100, peep.eomois@hansa.ee

Korraldaja: TA OK

Peakohtunik: Ilmar Kirjanen, 6565 442, ilmar@ic.envir.ee

Peasekretär: Mari Roots, 6404 326, m.roots@tallinnlv.ee

XXXVIII Hiiumaa karikavõistlused orienteerumises

5.septembril 1999

Start kell 10.00 tavarada

Võistlusklassid: HD 10 NR, 14, 16, 21, 35, 45, H 55

Kaart, maastik: Leemeti-Öngu 1999.a. 1:10000 h 2 m

Valdavalt hea läbitavusega männi- ja segamets. Rannaluited. Kõrguse vahe 15 m.

Võistluskeskus: tähistus Kärkla-Kõpu maanteelt Luidjalt. Parkimine võistluskeskuses 10.- krooni. Pesemine võistluskeskuses.

Registreerimine on lõppenud (Võistlejate eelregistreerimine kirjalikult kuni 23.augustini k.a. aadressil Allika 11-1, Kärkla 92412, faks 246 31244 või e-mail: helenm@hinet.ee. Võistlejad loetakse registreerunuks peale stardimaksu tasumist. Sardimaksu HD 10: 10 kr, HD 14,16: 25 kr; HD 21-45, H 55: 40 kr)

Autasustamine: Kõigis vanuseklassides autasustatakse esikoha võitjaid Hiiumaa karika koopia ja meenega. Võitjate nimed jäädvustatakse suurele Hiiumaa karikale. 2.-3.kohale tulnuid autasustatakse meene ja aukirjaga, HD 10 klassis autasustatakse kõiki osavõtjaid meene ja aukirjaga.

Majutus: Põrandamajutus Kõrgessaare Tervisemajas 20.- krooni öö või võistluskeskuses telklaagris (20.-krooni telkimiskoht).

Toitlustamine: võistluskeskuses ja Kõrgessaare Tervisemajas.

Täiendav informatsioon klubi koduleheküljel: http://www.dako.edu.ee/HOK või Helen Mast tel. 8 252 99432

Korraldaja: Hiiumaa Orienteerujate Klubi

EOL kalender 2000.a.

(koos suuremate rahvusvaheliste võistlustega)

Kaldirjas on Eesti orienteerujaid huvitada võivad suuremad suusavõistlused

JAANUAR

31.12.-7.1 Veteranide MM O-jooksus Palmerston-North, UUS-MEREMAA
12.-16. Suusa-O MK 1. ja Põhjamaade MV SOOME
22-23 Eesti Noorte MV murdmaasuusatamises 1.etapp Otepää

30 Viru Maraton

27.01.-6.02 Suusa-O MK 2 AUSTRIA/SLOVAKKIA
31.01.-6.02 Suusa-O juunioride MM SLOVAKKIA

VEEBRUAR

13 TARTU MARATON Otepää-Elva
27.01.-6 Suusa-O MK 2. AUSTRIA/SLOVAKKIA
31.01.-6 Suusa-O juunioride MM SLOVAKKIA
21-27 Suusa-O veteranide MM BULGAARIA
19-20 Eesti Noorte talimängud Otepää-Elva
26-27 Valdade ja väikelinnade talimängud suusatamises Aegviidu
27 Tallinna Maraton Aegviidu

MÄRTS

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

APRILL

12.-18 Rahvusvah. Koolispordiliidu MV (83-86 sünd HD klassid) Ashdod, IISRAEL
15 MK 1.etapp tavarada JAAPAN
16 MK 2.etapp teade JAAPAN
21-23 METSSIGA 2000; 3-päeva jooks Saaremaa, SOK
22 MK 3.etapp, lühirada AUSTRALIA
23 MK 4.etapp, tavarada AUSTRALIA
24 MK 4.etapp, viitstart tavaraja põhjal AUSTRALIA

MAI

27.-28 Balti MV Lätis 27.-28

JUUNI

Eesti MV lühirada, HD 21 teade Valgesoo KOBRA
30 MK 5.etapp, teade UKRAINA

JUULI

30.06.-4.07 Euroopa MV UKRAINA
1 MK 6.etapp, tavarada (kvalifikatsioonid) UKRAINA
3 MK 6.etapp, tavarada (finaalid) UKRAINA
4 MK 7.etapp, lühirada, UKRAINA
9.-15 Juunioride MM TŠEHHI
10.-12 Belgium 3-Days 2000 Arlon, BELGIA
12.-15 4 EST; 4 päeva jooks Jussi/Aegviidu, ORION
18 MK 8.etapp lühirada SOOME
19 MK 8.etapp lühendatud tavarada SOOME
20 MK 9.etapp lühendatud lühirada SOOME
21 MK 8.etapp tavarada (viitstart 18.-19.07 põhjal) SOOME
23-28 O-RINGEN 5 päeva jooks Hallsbergs, ROOTSI

AUGUST

IOF 20.Kongress Leibniz, AUSTRIA
Eesti MV tavarada, noorte ja veteranide teade Ootsipalu, VORU

SEPTEMBER

Eesti MV pikk rada Võiste, WEST
24 Eesti Koolispordiliidu MV Tõrva, EKSL

OKTOOBER

30.09.-1 SUUNTO GAMES, 2-päevajooks Karksi-Nuia, LEHOLA
11 MK 10.etapp lühirada PORTUGAL
12 MK 11.etapp tavarada (MK finaali) PORTUGAL
14 MK 12.etapp teade (MK finaali) PORTUGAL

NOVEMBER DETSEMBER

Kommenteerib EOLi direktor Ormar Lutsberg: Mõned võistlused on kindlalt juba paigas, mõned on enam-vähem kindlalt, seega **see on alles projekt**. Suusavõistlused on selles projektis sees selleks, et kuni EOLi 2000. a kalendri lõpliku kokkusaamiseni oleks võimalus ennustada erinevate suuskadel liikuvate inimeste trajektoore talvisel Eestimaal.

Talviste ja suviste võistluste korraldajad! Oma võistluse sissesaamiseks antud kalenderplaani tuleb vastav taotlus saata EOLi hiljemalt 31.oktoobriks 1999.a. Info EOL kontorist tel/fax 6398681

(järg) XI Kobras Karikas
Karaski 06.-08.08.1999.a.

D40

1. Saima Värton Kobras 46.08 [3] 59.48 [1] 1:00.11 [1] 2:46.07
2. Ene Sulg Orvand 42.13 [1] 1:02.47 [3] 1:07.06 [4] 2:52.06
3. Siiri Poopuu JOKA 44.37 [2] 1:03.38 [4] 1:05.37 [3] 2:53.52
4. Anne Keerberg SOK 48.24 [5] 1:02.08 [2] 1:07.48 [5] 2:58.20
5. Gundega Strazdina, Azimuts 46.50 [4] 1:10.48 [6] 1:04.51 [2] 3:02.29
6. Marika Kirsspuu TAOK 54.19 [6] 1:10.38 [5] 1:16.50 [7] 3:21.47
7. Aino Koser Ilves 1:11.16 [8] 1:29.02 [7] 1:11.05 [6] 3:51.23
Ülle Kadak Lehola 55.48 [7] ei st.

D45

1. Gunta Lebedoka Meridian 37.59 [5] 38.42 [2] 44.21 [1] 2:01.02
2. Niina Kamit SRD 32.39 [1] 37.50 [1] 52.31 [4] 2:03.00
3. Liivi Parik Otepää 38.17 [6] 41.30 [5] 48.16 [3] 2:08.03
4. Väike Tomann Ilves 36.32 [4] 39.56 [4] 54.44 [6] 2:11.12
5. Maire Limberg Rakv 35.39 [3] 39.53 [3] 56.43 [7] 2:12.15
6. Anu Saue HOK 38.50 [7] 51.57 [9] 48.09 [2] 2:18.56
7. Riina Kivikas Ilves 44.42 [10] 59.42 [10] 53.11 [5] 2:37.35
8. Kersti Ploom 42.19 [8] 51.25 [8] 1:09.11 [8] 2:42.55

9. Asta Zimmermann, Heer 43.33 [9] 48.10 [7] 1:12.54 [10] 2:44.37
10. Epp Kroon Ilves 1:03.51 [12] 1:11.26 [11] 1:17.21 [11] 3:32.38
11. Eha Kriks Rakv 45.25 [11] 1:41.11 [12] 1:11.41 [9] 3:38.17
Anne Arold Heer 34.47 [2] 43.41 [6] katkest.
Dagmar Kodres Heer katkest.

D50

1. Tiitu Kaasik Ilves 35.55 [1] 48.11 [1] 56.11 [2] 2:20.17
2. Maie Tõrra Kobras 1:12.12 [2] 54.32 [2] 54.18 [1] 3:01.02

D55

1. Ira Saar Ilves 41.46 [1] 38.19 [1] 52.36 [1] 2:12.41

D60

1. Maire Raid Tammed 45.00 [2] 37.43 [1] 57.05 [2] 2:19.48
2. Helga Adrat TON 46.38 [4] 41.28 [3] 52.42 [1] 2:20.48
3. Ilse Uus Orion 41.56 [1] 39.50 [2] 1:00.24 [4] 2:22.10
4. Imbi Kaasik 9.48.52 [] 49.58 [] 58.37 [] 2:37.27
5. Ülle Mõistlik Orion 54.28 [7] 48.19 [4] 1:24.16 [5] 3:07.03
Maie Abram Ilves 45.56 [3] 57.23 [6] tühist.
Urvi Sarv Orion 52.54 [6] 1:06.02 [7] katkest.
Elisabet Bucht Orion 1:09.57 [8] 1:06.37 [8] katkest.

Päevakud Päevakud Päeva

Põlvamaa

OK Põlva Kobras ja Põlva linna karikavõistlused orienteerumises 1999.a:

07.09 Palojärve 9726
14.09 Mammaste 9608
28.09 Taevaskoja 9827
Start avatud 24.augustist 28.septembrini kell 16 - 18.

Hiiumaa

HOKi Neljapäevakud 1999.a:
02.09 Nõmba
09.09 Malvaste
16.09 Malvaste
23.09 Antoni mägi
30.09 Antoni mägi

Saaremaa

Saaremaa OKi O-päevakud
03.09
10.09
17.09
24.09 Paiküla

Täpustav info Saaremaa neljapäevakute kohta ilmub kohalikus lehes teisipäeviti.

Raplamaa

07.09 Rapla Ühisgümnaasium
Start avatud 17.30 - 19.00
Stardimaks 10 kr, noortel 3 kr.

Pärnumaa

02.09 Niidupargi põhikool
09.09 Kilingi - Nõmme
16.09 Sindi - Lodja
Start avatud kell 17-19. Neljapäevakute transpordi kohta ilmub info Pärnu Postimehes.

Ida - Virumaa

RSK Jõhvikas neljapäevakud:
09.09 Kurtna S
16.09 Kose
23.09 Sinivoore
30.09 Jõhvi park
Hooaja jooksul võib leida kogu info ka Jõhvikas koduleheküljelt (kaasaarvatud võimalikud muudatused): <http://www.tpu.ee/~ekukk>

Järvamaa

31.08 Voose
Start avatud 17.30 - 19.00

Tartumaa

02.09 Uniküla 99..
09.09 Vapramäe 9815
16.09 Aardla 99..
23.09 Ihaste 99..
Start: 17-19; alates 26.08: 17-18.30. Täpne info neljapäevakute toimumise kohta ilmub info Postimehe rubriigis "KES, KUS".

Tallinn

02.09 Harku II
09.09 Valingu-Rahula
Start: aprillist septembrini 17-19.30, septembris 17-19.30, septembris 20.00, septembris 20.00.
Stardimaks 25 kr, sooduskaardiga (noored ja pensionärid) 10 kr.
Kohalesõidu infot saab eelmiste neljapäevakute teadetehvilt, infotelefonilt 6 720 395, ning Internetist aadressil: <http://www.poniard.ee/ton>

Võrumaa

01.09 Obinitsa
08.09 Kütiorg
15.09 Loosi
22.09 Trummipalo
29.09 Kubja
Kolmapäevakute start on avatud: Kuni 8. septembrini: kell 17-18; alates 15. septembrist: kell 16 - 16.30.

Eribuss "Nooruse"-esiselt platsilt väljub vastavalt 16.30 ja 15.30
Võistlusklassid HD10, 12, 14, 16, 18, 21, 35, 45
Osavõtumaks täiskasvanuil 10 kr ja õpilastel 5 kr.
Kontakttelefonid: (252) 86 756, (250) 68 377 ja (250) 33 447

Valgamaa

Päevakud on selleks aastaks lõppenud.

Registreerimine lõpeb:

Suunto Games	31.08 (19.09)
TA OK maraton	10.09
Põlva mk MV	10.09
Rapla mk MV	15.09

EOLi kalenderplaan 1999.a

August			
L 28.08	Eesti MV	tavarada	OK Orion, Jussi
P 29.08	Eesti MV	teade noored/vet.	OK Orion, Jussi
September			
L 04.09	Eesti MV	pikk rada	HOK, Hiiumaa
P 05.09	38.Hiiumaa KV	tavarada	HOK, Hiiumaa
L 11.09	Sügiseteade	segateade	OK MARU, Vitipalu (Nr. 9847)
L 18.09	TAOK maraton	pikk rada	TAOK, Keila-Joa
L 18.09	Põlvamaa MV	tavarada	OK Peko, Värsk
P 19.09	Põlvamaa MV	teade	OK Peko, Värsk
L 25.09	Viljandi mk MV	tavarada	OK Lehola, Viljandi
Oktoober			
L 02.10	Suunto Games (IOF edetab.)	tavarada	JOKA, Mustla-Nõmme
P 03.10	Suunto Games	lüh.tavarada	JOKA, Mustla-Nõmme
L 09.10	Jõhvikas maraton	pikk rada	RSK Jõhvikas, Kurtna Järvistu

ORIENTEERUMISKAUBA OÜ

SELLE KEVADE UUDIS -
NÜÜD KA EESTIS
VJ - SPORDI NAASTARID

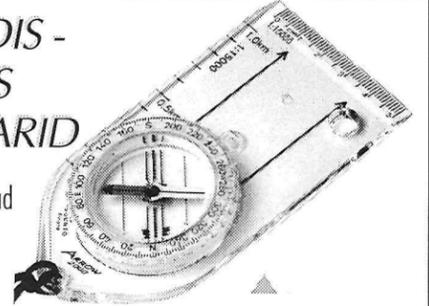
INTEGRATOR - mudel võistlejale. Eripealsed tagavad jalale kindlustunde igasugusel maastikul.

FALCON - laiemale liistule valmistatud mudel.

VJ-Spordi naastarite pealsed on valmistatud kvaliteetsest sünteetilisest materjalist, mis ei veni ja säilitab kerguse ka vesisel maastikul.

Info aadressil:

Orienteerumiskauba OÜ
13513 Tallinn
Oismäe tee 98-62
Tel.: 6 579 671
GSM: 25 046 904



SUUNTO

Suunto kompassid kõigile orienteerumishuvilistele - algajatest tipporienteerujateni.

PÕLVA MAAKONNA MV

Värsk, 18-19 septembril
(tava, teade)

Võistlusklassid: HD12, 14, 16, 18, 21, D35H40
Stardimaksud: täiskasvanud 50.-, noored 20.- (Põlva MK võistlejale poole hinnaga)
Registreerimine: kuni 10.sept.99
aadressil OK "PEKO" Värsk 64001 Põlva MK või e-mail raul@verska.edu.ee
Osavõtumaks tasuda OK Peko arvele Hansapangas 1120074669

Info: 25038962 R.Kudre

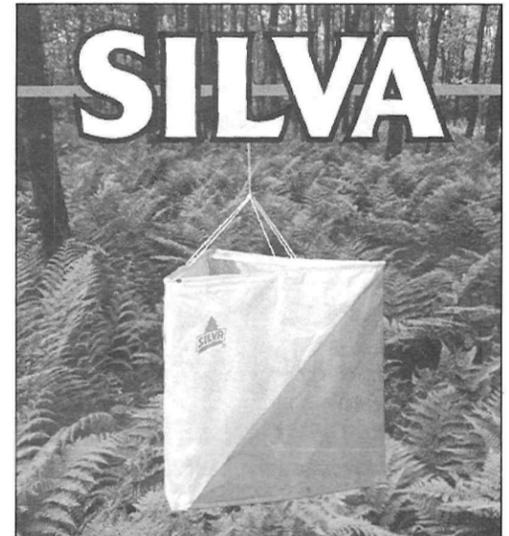
Võistuse korraldaja OK Peko

RAPLA MAAKONNA MV

Vardi, 19.september

Start: 12.00
Tähistus Tallinn-Pärnu mnt. 53. km.-l
Võistlusklassid HD12, 16, 21, D35, H40, H50
Stardimaksud HD12, 16 - 10 kr, täiskasvanud 25 kr.
Eelregistreerimine kuni 15.sept. tel. 248 99312, 250 84234 Ants Lindre või e-mail Rein.Rooni@jv.energia.ee
Kaart nr.8947 - viimane võistlus 1989.a. Vardi kaardiga!
Võitjatele auhinnad

Võistuse korraldaja OK Orvand



Heast varustusest hea enesekindlus!

KOMPASSID, NOGID, NAASTARID, TAITSID, SÄÄRISED, VÕISTLUSRIHED, SPORDI- JA SELJAKOTID, HALOGEENVARUSTUS, TELGID, MAGAMISKOTID

NB! Silva 1999. a superuudis - SPECTRA kompassid!
66 OMC Spectra - tippkompass ka suusaorienteerujatele

Tule ja tutvu!
Oled oodatud Silva välimüüki Eesti meistrivõistlustel Kõrvemaal ja Hiiumaal

SILVA orienteerumisvarustus odavaima maailmahinnaga

Silva OÜ Skvaier, c/o Mati Poom, Regati 1-312, tel. 6398692, 8-250 74686

TÄHELEPANU!

Järgmise Orienteeruja-lehe kaastööde saatmise viimane kuupäev on 10. september!

Orienteeruja toimetis

ORIENTEERUJA

Toimetaja:

MARET VAHER

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

Toimetuse kolleegium:

MATI POOM, TONU RAID,
SIXTEN SILD



EESTI ORIENTEERUMISLIIT

Regati 1 11911 Tallinn Estonia
tel/faks +372 6398681