

PANKRANNIKU RANNAMATK 2023 juhend

PANKRANNIKU RANNAMATK 2023 on Eestis ainulaadse Eesti *coastal running* võistluse PANKRANNIKU RANNAJOOKSu kõrvalsündmus. PANKRANNIKU RANNAJOOKS taaselustab 2012. aastal alustatud huvitava ja erakordse võistluse PANKRANNIKU EKSTREEM traditsioone ning laienadab seiklusürituse ka jalgsi ja süstamatkajatele. PANKRANNIKU RANNAMATK 2023 viib osalejad väljakutseid täis rajale - Saka Mõisa juurest Toila sadamani mööda mereäärset rannajoont. RANNAJOOKS on võistkondlik, kuid matkata võib ka üksi. Kuna rada võib olla füüsiliselt nõudlik ja mõningate ohtudega (nt lahtised kivid jalge all), on soovituslik tulla sõpruskonnaga või liikuda teiste matkajatega või matkajuhiga lähestikku. Matkajatele ajavõttu ei toimu.

Toimumisaeg: laupäeval, 15. juulil 2023.

Võistluskeskuse asukoht: Toila Sadam, Toila vald, Ida-Virumaa.

Rada ja korraldus: Alutaguse Matkaklubi, Hardi Raiend
Toetajad: Toila valla Spordi- ja Kultuurikeskus, Toila vald

Start ja finiš

Kogunemine Toila Sadamas. Ettevalmistuste järel sõidetakse kõik koos bussiga alguspunkti Saka Mõisa. Instrueerimine toimub bussis.

PANKRANNIKU RANNAMATK 2023 start Saka Mõisa territooriumilt:

59°26'17.2"N 27°10'42.2"E

Google Maps: 59.438111, 27.178377

Lõpp on Toila sadama territooriumil ja märgistatud nähtavalt.

Rada

Distanti pikkus on jalgsimatkajatele ligikaudu 24 kilomeetrit. Rajal on kiviklibu, märga liiva, pehmet savi, langenud puid jm looduslikke takistusi, mis nõuavad suurt ettevaatlikkust. Rajal olevad nooled on jooksjatele ning matkajad võivad, kui ei pea neid järgima. Rada kulgeb suures osas Ontika maastikukaitsealal ja igasugune tegevus, mis tekitaks loodusele kahju, on kogu trassi ulatuses keelatud!

Osalejad

Osaleja vastutab enda tervisliku seisundi eest matka ajal. Soovituslik on omada õnnetusjuhtumi kindlustust. Vanusepiirang alates 14. aastast ja vähemalt ühe lapsevanemaga. Rajale lubatud osalejate arv on piiratud.

Turvalisus

Osalejatel PEAB olema kaasas töökorras ja laetud akuga mobiiltelefon, mis on turvaliselt ja veekindlalt pakitud. Tungivalt soovituslik on kanda erksavärvilist (kollane või oranž neon) vesti, spordisärki või tuulejopet. Pealamp on kohustuslik. NB: punase valguse režiim on hädakutsung!

Matkajatele soovitavalt vähemalt 8 tunniks piisav kogus vett. Joogi- ja toidupunkte rajal ei ole, oma joogipudel ja snäkk tuleb kaasa võtta!

Lõkete süütamine ja muu tegevus, mis tekitaks loodusele kahju, on kogu trassi ulatuses keelatud! Prügi rajale jätmise keelatud! Kõik pakendid, mis on stardis, peavad finišini jõudma.

Katkestamise puhul PEAB kindlasti teavitama korraldajaid (telefoninumbrid peab eelnevalt salvestama kaasasolevasse telefoni).

Raja ohutust kontrollib korraldaja vahetult enne võistlust.

AJAPLAAN:

13:00 - avatakse võistluskeskus Toila Sadamas

14:20 - avatakse SÜSTAMATKAJATE valveta stardiala aluste randa toomiseks

14:45 - JALGSIMATKAJATE buss stardikohta väljub Toila sadamast

15:30 - JALGSIMATKAJATE start

18:15 - JOOKSJATE buss stardikohta väljub Toila sadamast

19:00 - JOOKSJATE start

23:00 - JOOKSJATE autasustamine

23:59 - suletakse finiš!!!

01:00 - suletakse võistluskeskus

Osavõtutasud

Kõik saabumisega ja osalemisega seotud kulud kannavad osavõtjad.

Osavõtutasu: **15€ osaleja kohta**

Registreerimine ja tasumine: <https://fienta.com/et/pankranniku-rannamatk-2023>

Registreerimine kuni 13.07.2023.

Isikliku transpordi parkimise lahendamiseks palume registreerimisel kindlasti märkida auto number!

Kohapeal registreerimine sularahas ja vaid vabade kohtade olemasolul. Küsida saab Hardi Raiend: +372 5116477

Osavõtutasu sees: raja kontroll ja ettevalmistus, transport stardipaika, turvateenistus, saun, toitlustamine lõpus.

Üldist

Kõik juhendis määratlemata küsimused lahendab peakorraldaja.

Infot PANKRANNIKU RANNAJOOKS 2023 kohta saab tel +372 5116477 - Hardi Raiend; e-mail - raiendhardi@gmail.com

PANKRANNIKU RANNAJOOKS ja RANNAMATKA 2023 toetab PRIA.