

**Ideid noorratturite võistluste
mitmekesistamiseks Urumarja
velotuuri näitel.**

EJL koolitusseminar

31 jaanuaril 2015 a Vändras

Raimo Ronimois, Pait Peri

Urumarja on tõsiste sportlaste võidusõit!

<https://www.youtube.com/watch?v=wjv9te77I2Y>

- 2015 aastal leiab aset 27 Urumarja velotuur.
- Peo korraldaja on Pärnu Kalevi spordikool ja Kaido Juurik, kes määrab võistluste formaadi.
- Osavõtjaid:

2025	2006	2007	2008	2009	2010	2011	2012	2013	2014
45	60	44	48	65	85	103	108	114	101

- Nendel aastatel on võistluse juhend-formaat jäänud samaks.

Formaat

1 päev: proloog Sindis

2 päev: hommikupoolikul triatlon Urumarjal
(viimastel aastatel Jõulumäel)
ja õhtupoolikul grupisõit Jõulumäel

3 päev: Grupisõit Sindi-Tori-Urumarja-
Sindi

Kokku 4 starti, 4 finišiprotokolli ja 6 distantsi
ajavõtt.

Urumarjal on emotsioonid laes!

- Noorsportlased saavad oma esimesed velotuuri kogemused ja püüavad realiseerida enda ja oma võistkonna taktikat.
- Treeneritel jagub toimetamist, sest selgitada ja õpetada on palju.
- Korraldajad püüavad südasuvisel ajal kõigest väest abilisi ja töökäsi leida.
- Lapsevanemad on elevil
- Kohtunikud teevad stopperi ja exceliga pikki päevi. Grupisõitudel on abiks fotoaparaat.
- Ajalehed kirjutavad ...



Pärnu Postimees kirjutab:



Teenekas rattaveteran Ants Jeret (vasakul) tunneb rõõmu Pärnu kalevlase Karlo Aia võidust. Foto: Tõnis Kukk

Kolm päeva kestnud kuni 14aastaste ratturite 16. Urumarja velotuuri võidukarika teenis Pärnu kalevlane **Karlo Aia**, parimaks võistkonnaks kuulutati **Tartu Velo** meeskond

SJK Viiking teatab oma kodulehel:

- 10.-12. juulil 2007 sõideti Pärnumaal 19 korda Urumarja Velotuur kuni 14 aastastele nortele, SJK Viikingil, kes osales koosseisus: **Kevin Soon, Mihkel Räm, Endrik Puntso** ja **Karl-Patrick Lauk**, oli kaitsta eelmisel aastal võidetud Ants Jereti rändkarikas parimale võistkonnale.
- Meeskondlikult suutisidki Viikingi noor-ratturid võita kõik neli etappi ja tuua teist aastat järjest võitjakarikas Saaremaale. Individuaalselt saavutas parima lõppkoha kolmandaks tulnud Kevin Soon, kellel etappidest õnnestus parimana triatlon, kus ta oli samuti 3.
- Grupisõitudes aitas Kevin koos Endrik Puntsoga suurepärase meeskonnatöö tulemusena kahe etapivõiduni Mihkel Räime, kes tuuri kokkuvõttes saavutas 4. koha. Oma selle hooaja parimaid sõite teinud Endrik Puntso oli 44 startinu hulgas kokkuvõttes 14. ning alles 10 aastane Karl-Patrick Lauk 26. , kusjuures kuni 12 aastaste arvestuses oli Patrick teine.

SJK Viiking teatab oma kodulehel:



SJK Viikingi noored võitsid teist aastat järjest meeskondlikult Urumarja Velotuuri. Mihkel Räimele kaks etapivõitu.

Meie Maa' 2011 – 23. Urumarja velotuur.



Meie maa: Saaremaa jalgrattaklubi Viiking rattur Karl Patrick Lauk võitis 12.-14. juulini Pärnumaal Sindis kuni 14-aastastele mõeldud Urumarja velotuuri. Tegemist on tuuri ajaloos esimese korraga, mil saarlane individuaalarvestuses üldvõidu ära noppinud

Urumarja tuuri liidrisärgis Karl Patrick Lauk on oma saavutustega viinud isa nii kaugele, et too on auto kapotilegi "Patu" (Karl Patricku hüüdnimi) kirja pannud.

Foto: Andres Lauk

Eduelamus loob soovi seda uuesti ja uuesti kogeda



PUHAS TÖÖ: Karl Patrick Lauk võttis velotuurilt kõik kolm tähtsamat võitu. Foto: Kaido Juurik

Saarte Hääl 2013: Möödunud teisipäeval alanud maanteeratturite Tartu 39. noortetuuri ja ühtlasi juunioride Eesti mitmepäevasõidu meistrivõistlused võitis Karl Patrick Lauk.

Velotuuri võitjana edestas Karl Patrick Lauk lätlast Eriks Toms Gavarsit 1.12 ja tema meeskonnakaaslast Tomass Karlis Iljenkot 1.13-ga. Lisaks tuli noor saarlane mäekuningaks ja oli aktiivseim rattur.

“Patu tegi puhta töö ja mina olen rahul,” rääkis noormehe treenerist isa Andres Lauk. “Ootasin seda võitu, sest see oli tal sees olemas. Muidugi pidi võistlus kõik paika panema.”

Ja jälle...



Kas see, mis meid siia tõi, viib meid ka edasi?

- Euroopas on noorte rattafestivalidel kasutusel tasakaaluharjutused (tõsi küll MTB võistlusel), mis innustab noori treenima ja enda rattavalitsemist täiustama.
- <https://www.youtube.com/watch?v=-EoULTORcvg>
- On tõstatatud küsimus, kas me saaksime mõnele Eesti võistluse programmi lülitada tasakaaluharjutused.
- Kas saame seda teha Urumarja velotuuril maanteeratastega? (või väljaspool võistlusprogrammi?)

Saame seda, mida mõõdame – üks variantidest

- Osavusharjutusi on 5: ümber pudelite sõitmine, maast pudeli võtmine ja alusele asetamine, üle prussi sõitmine (prussi puutumata), esi- ja tagajooksu üle joone tõstmine ja slaalom. Igal harjutusel on 3 etappi, iga etapi läbimisel säästate enda jaoks 15 karistussekundit.
- Kõiki harjutusi alustatakse jalg maas, joone tagant ja kohtuniku märguande peale. Aega ei võeta, tähtis on läbimise puhtus. Kõikide harjutuste puhul peab kasutama maanteeõidu ratast.
- Saab ka harjutustest loobudes kõik karistussekundid tasku pista, aga siis pole tõenäoliselt esimeste hulka asja.

Saame seda, mida mõõdame – üks ettepanekutest

- **1. harjutus: Ümber pudelite sõit.**

Esiratas liigub ümber pudelite, tagumine seest poolt. Pudeleid tohib mõne rattaosaga puutuda, aga ümber ajada ei tohi, jalga maha panna ei tohi. Sõidujoone parandamiseks võib rattaga kohapeal hüpata. Esimese kahe etapi läbimisel peab tagaratas väljuma otse sõidusuunas olevate pudelite vahelt, viimasel võib tagaratas väljuda ka küljelt.

- [https://www.youtube.com/watch?v=u2M0963 ... e=youtu.be](https://www.youtube.com/watch?v=u2M0963...e=youtu.be)

- **2. harjutus: Üle takistuse sõit.**

Takistusteks on 3 erineva mõõduga prussi. Prussi puutuda ei tohi, mõlemad jooksud peavad ületama prussi kohalt. Etapp on läbitud, kui tagajooks on puutunud maad teiselpool prussi, prussi puutumata.

- [https://www.youtube.com/watch?v=lo1oN2B ... e=youtu.be](https://www.youtube.com/watch?v=lo1oN2B...e=youtu.be)

Saame seda, mida mõõdame – üks ettepanekutest

- **3. harjutus: Pudeli asetamine alusele.**

Rattaga sõites võtta maast pudel ja asetada ettenähtud alusele. Aluse suurus on etappidel erinev, samuti ka pudeli suurus/ kuju. Etapp on läbitud, kui pudel jääb alusele ilusti seisma.

[https://www.youtube.com/watch?v=ZuUZV60 ... e=youtu.be](https://www.youtube.com/watch?v=ZuUZV60...e=youtu.be)

- **4. harjutus: Esi- ja tagajooksu tõstmine üle joone.**

Erineva laiusega joonest tuleb külgsuunas üle saada. Võib tõsta esijooks ees, võib tõsta ka tagajooks ees ja samuti tohib külgsuunas hüpata. Ei tohi äärtes olevaid piirjooni ületada, jooni puudutada, jalga maha panna. Etapp on läbitud, kui tagajooks on etappe eraldava joone ületanud.

- [https://www.youtube.com/watch?v=W1B8Xvq ... e=youtu.be](https://www.youtube.com/watch?v=W1B8Xvq...e=youtu.be)

Saame seda, mida mõõdame – üks ettepanekutest

- **5. harjutus: Slaalom**

Ümber pudelite ja torbikute sõit eelnevalt näidatud trajektoori mööda. Pudeleid/ torbikuid puutada ei tohi ja eralduseks paigutatud kilelinti ületada ei tohi, loomulikult ei tohi ühegi kehaosaga maad puudutada. Etapp on läbitud, kui tagajooks on etappe eraldava joone ületanud.

- [https://www.youtube.com/watch?v=IL-UUZ- ... e=youtu.be](https://www.youtube.com/watch?v=IL-UUZ-...e=youtu.be)

Karistused on ajalised ja liidetakse. Kui läbitakse harjutuse esimene etapp ja tehakse viga teisel, siis kolmandale enam ei pääse. Seega, kui võistleja ajab esimeses ülesandes teisel etapil pudeli ümber, siis on tema karistuseks 30 sekundit.

(Võib määrata eksimuse hinnaks ka 10 sekundit. Korraldaja peaks seda otsustama.)

Tänased U23 koondislased meenutavad:

Norman Vahtra: Mina arvan, et triatlon sobib sellele tuurile, kuid mind häiris see, et triatlon rikkus minu kokkuvõtte-loomused, kuigi rattadistantsil olin üks parimaid.

Minu ettepanek oleks suurendada jalgrattadistantsi tähtsust, seda läbi boonusekundite või jooksu- ja ujumisdistantsi lühendamise läbi.

Ekke-Kaur Vosman: Urumarja velotuur on asi omal kohal, see on võistlus kus noored saavad esimesed reaalsed teadmised mis on velotuur ja kuidas seal asjad käivad.

Triatloniga variant meeldis minule väga, vigursõit ja ratta oskuslik valdamine on noortele kindlasti väga oluline, kuid minu meelest mitte tuuri osana.

Täna sed U23 koondislased meenutavad:

Mihkel Kalja: Sõitsin Urumarja tuuri päris mitu aastat tagasi, kuid meeles on mõned asjad - triatlon ühe etapina ei meeldinud kindlasti kohe üldse. Sain ideaalselt hakkama ujumise ja jooksmisega, kuid esimesel tuuril elus rikkus see tegelikult tuuri kokkuvõtte minu jaoks ära. Triatloni osakaal kokkuvõttes oli liiga suur. Mõni etapp jäi ka üli-lühikeseks, 30km grupisõitu oli isegi 13-14 aastase jaoks natukene liiga vähe. Arvan, et kõik on võimelised sõitma vähemalt 50-60km.

Takistusraja sõit oleks paras meelelahutus 2. etapina päevas, see on lõbus ja proovile panev ning ei võta suurt aega ega paku koormust, ehk ideaalne pärast hommikust grupisõitu või eraldistarti.

Tänased U23 koondislased meenutavad:

Mihkel Räim: Noorte rattavalitsemine on kindlasti päevakorras, kuid arvan, et see ei peaks olema sellise velotuuri kavas. Sealne traditsioon on triatlon ning minu meelest see võiks ka nii jääda. Võiks proovida sellist asja sel aastal võistlusväliselt, samas see võtab jälle aega ning aeg, nagu me teame, on meil kõgil limiteeritud.

Meenutades minevikku ja mõeldes, et peaksin vigursõitu tegema triatloni asemel, oleksin üsna pahane. Täna pole ma number üks rattavalitseja maailmas ja mitte ka Eestis. Samas, kes teab, kui oleks omal ajal selline asi olnud triatloni asemele, oleksin ehk täna osavam.

Minu hääl oleks sellegipoolest triatloni kasuks. Ehk oleks nn vigursõit ühendada pigem sügiskrossidega või talikrossiga kuidagimoodi. Lõpliku otsuse teeb siiski korraldaja.

Tänased U23 koondislased meenutavad:

Oskar Nisu: Mina ei muudaks midagi. Minu arvates oli see triatlon selle Urumarja juures äge . Olen nõus, et rattavalitsemise harjutused on kasulikud, aga mina isiklikult laseks treeneritel sellised harjutused treeningutes sisse võtta. Võistlustel mu arust ei oleks see hea, sest sealt saadud ajaline kaotus keerab tuuri kokkvõtte peapeale ja vahefinišite ja lõpufinišite võitmine ei anna nii palju sekundeid tagasi, kui nendelt harjutustelt karistussekundeid võib saada. Minule see vana formaat noorena meeldis.

Veel ideid

- Õhtune programm ja ühistegevused (kohtumine mõne rattaproffiga; toitumisspetsialistiga; rattasõidu eetika, taktika ja strateegia töötoad; mõni äge meeskonnamäng.) (Naiivne oleks arvata, et võistlejad õhtuti taastuvad ja valmistuvad mentaalselt hommikuseks stardiks 😊)
- Osavussõidu võistlus lisaprogrammina + lisaauhinnad + osavussõidu show.

Kokkuvõte

- Urumarja velotuuril osalemine on nagu maal vanaema juures käimine – oled alati oodatud 😊
- Laste võistlus ei pea olema „kangutamine“ vaid ikka lusti ja lõbu peab seal olema.
- Ujumine ja jooksmine võivad ka lõbusad asjad olla.
- Saad seda, mida, mõõdad! Osavussõit vs triatlon või mõlemad?

Tänu kaasmõtlemise eest!

