



Rava SwimRun

KOLMAPÄEVAL 13. AUGUSTIL 2025

KELL 19.00

START/FINIŠ RAVA JÄRVE ÄÄRES

LÜHIKE DISTANTS

T/P13 (s.2012 ja hiljem) võib ka kätistega

T/P16 (2011-2009)

N (2008-1991)

NV (1990 ja varem s.)

Distants kokku: **200m UJUMINE + 2,2km JOOKS,**
mis jaguneb ringideks: 50m U + 900m J + 50m U +
200m J + 50m U + 900m J + 50m U + 200m J (ehk
pärast 1. ja 3. ujumist jooksed paremale; pärast 2. ja
4. ujumist jooksed vasakule).

PIKK DISTANTS

M (2008-1981)

MV (1980 ja varem s.)

SÕPRADE VÕISTKONNAD

Distants kokku: **300m UJUMINE + 3,3km JOOKS,**
mis jaguneb ringideks: 50m U + 900m J + 50m U +
200m J + 50m U + 900m J + 50m U + 200m J + 50m U
+ 900m J + 50m U + 200m J (ehk pärast 1., 3. ja 5.
ujumist jooksed paremale; pärast 2., 4. ja 6. ujumist
jooksed vasakule).

Reeglid:

Ujumisriided (ujumispüksid, trikoo või
triathlonikombe) ja jalanõud on kohustuslikud.
Kogu varustus (ujumisprillid, ujumismüts, jalanõud
jne) tuleb kogu võistluse vältel endaga kaasas kanda.

Sõprade võistkond koosneb minimaalselt kahest
inimesest, kes liiguvad kogu distantsi vältel koos.

Registreerimine kohapeal Rava järve ääres.

Lühike distants osaleja 3 EUR

Sõprade ja Pikk distants osaleja 5 EUR

Info tel.50 40 455