

## **2016.a. KERGEJÕUSTIKU SISEHOOAJA JÄRELVAADE**

Saavutusspordi juht: Marko Aleksejev  
28.03.2016, Tallinn

### OSAVÕTT EESTI MEISTRIVÕISTLUSTEST

2016.a Eesti talvised MV - 265 sportlast 40 klubist.  
Võrdluseks 2014.aastal 280 sportlast 39 klubist.

2016.a. Eesti A- ja B- ning juunioride- ja noorsoo talvised MV kokku - 519 sportlast 45 klubist.  
Võrdluseks 2012. aastal 480 sportlast 43 klubist.

2016.a. Eesti talvised mitmevõistluse MV – 18 sportlast, 11 klubist  
Võrdluseks 2014. aastal 17 sportlast 10 klubist

2016.a Eesti J-, A- ja B klassi mitmevõistluse MV 96 sportlast 19 klubist  
Võrdluseks 2014. aastal 97 sportlast 20 klubist

2016.a lisandusid C-klassi Eesti MV osalejate arvuga 240 sportlast 31 klubist.

### OSALEMISED 2016.a. sisehooaja maa-, karika ja tiitlivõistlustel

#### **Sise-MM Portland USA (17.-20. märts, 2016)**

Ksenija Balta	Kaugushüpe	6.60	7. koht
Marek Niit	400m	47.39	18. koht

Ksenija Balta 7. koht tähistas ka Eesti naiskergejõustiklaste kõrgeimat kohta MM-il pärast 2010. aastat, mil Balta ise pälvis Doha sise-MM-il 4. koha, hüpates toona seejuures vaid 3 cm enam, kui tänavu Portlandis.

Lisaks Baltale ja Niidule said kutse Portlandi veel mitmevõistlejad Maicel Uibo (jaanuaris), Grit Šadeiko (veebruari lõpp) ning ohtrate sise-MM'ist loobumiste tõttu MM-i nädala alguses 14. märtsil ka Mikk Meerents. Maicel Uibo loobus seotuse tõttu USA üliõpilasmeistrivõistlustega. Grit Šadeiko kaalus osalemist, kuid kuna tema kutse tuli alles veebruari lõpus, siis otsustati järgida juba tehtud ettevalmistusplaane suviseks hooajaks ning loobuti samuti sise-MM'ist. Mikk Meerents loobus kuna oli kutse saamise hetkeks jõudnud alustada mahutreeninguid suviseks võistlusperioodi ettevalmistuseks.

Rahvusvahelise kergejõustikuliidu (IAAF) poolt 2015.a. suvel jõustunud tiitlivõistlustele kvalifitseerumisuuenduste tõttu, tuleb nii rahvuslikel alaliitudel, kui sportlastel uue olukorraga kohaneda ning hoida osalemisvalmidust ja/või olla valmis koondise suurenemiseks ka peale esialgsete kvalifitseerumistähtaegade möödumist.

#### **Euroopa heitealade KV, Arad ROM (12.-13. märts, 2016)**

### Mehed

Martin Kupper	ketas	62.20	2. koht
Martin Lehemets	vasar	60.08	19. koht

### U23 Mehed

Karl Koha	kuul	17.25	3. koht
-----------	------	-------	---------

### Naised

Liina Laasma	oda	57.37	6. koht
Kätlin Tõllasson	ketas	51.17	11. koht
Anu Teesaar	kuul	14.35	11. koht

### U23 naised

Anna Maria Orel	vasar	59.46	7. koht
Mari-Liis Tulev	oda	53.07 (PB)	4. koht

Võistlemisest Euroopa heitealade karikavõistlustel loobusid Kati Ojaloo, Kätlin Piirimäe, Kristo Galeta ning täitmata jäi ka koht meeste odaviskes.

### **Balti A-klassi MV, Kuldiga, LAT (12.03.2016)**

Noormeeste arvestuses jäädigi Leedu järel 2 punktiga teiseks, neid jäid aga seekord meie Balti lõunanaabrite järel 3. positsioonile. Koondarvestuses pidi Eesti noortekoondis seekord tunnistama Läti ja Leedu eakaaslaste üleolekut. Kaks alavõitu tõi Eesti võistkonnale Vitali Rubenkov, kes sai Balti meistri medali kaela nii kolmik-, kui kaugushüppes. Jaakob Ristimets võitis noormeeste 60m tõkkejooksu. Neidude arvestuses tõid koondisele maksimumpunktid Margit Kalk teivashüppes ja Lishanna Ilves kaugushüppes.

### **Balti noorte talvine mitmevõistluse maavõistlus , Siauliai, LTU (8.-9. 01.2016)**

Sel maavõistlusel on Eesti A-klassi ja juunioride mitmevõistlejad tunnistanud ainult võite. Nii noormeste 7-võistluse, kui neidude 5-võistluse koondised koosnevad 4 sportlasest mõlemas vanuseklassis, kellest kolme parima tulemused lähevad arvesse. Seekord võitis Eesti noortekoondis kõigis vanuseklassides vastavavalt:

Meesjuuniorid: Eesti - 15715p; Leedu - 15052p; Läti - 13692p, meistrimedali sai kaela Kristo Simulask

A-kl noormehed: Eesti - 13844p; Leedu - 12936p; Läti - 12276p

Naisjuuniorid: Eesti - 10461p; Leedu - 10287p; Läti - 7937p

A-kl neidud: Eesti - 50647p; Leedu - 48873p; Läti - 44983p, meistrimedali võitis Marite Ennuste

2016.A. SISEHOOAJA SÄRAVAMAD TULEVIKULOOTUSED VANUSEKLASSIDES

U18 (Väljund U18 Euroopa MV Tbilisis GEO 14.-17. juuli 2016, A-klassi Balti üksikalade ja mitmevõistluse MV )

Margit Kalk	teivas	4.10	U18 EM normatiiv 3.70; U20 MM normatiiv 4.00
Lisa Lannusalu	kuul	14.95	U18 EM normatiiv 14.85
Katre Sofia Palm	kõrgus	1.76	U18 EM normatiiv 1.74
Vitali Rubenkov	kaugus	7.05	U18 EM normatiiv 7.00
Jakob Ristimets	60m/60m tj	7.06/8.01	U18 EM normatiiv 100m/110m tj 11.21/14.55
Lishanna Ilves	kaugus	5.89	U18 EM Normatiiv 5.90
Marite Ennuste	5-v	3946	U18 EM normatiiv 7-v 5375

U20 Euroopa 2016.a. U20 edetabelis (Väljund U20 MM Bydgoszcz, POL 19.-24. juuli 2016)

Hans-Christian Hausenberg	5.	5542	7-v		
Risto Lillemets	6.	5527	7-v		
Kert Piirimäe	12.	18.79	kuul		
Jander Heil	14.	18.65	kuul	8.	17.25 kuul 7,26kg
Sander Moldau	14.	5.11	teivas		
Kristo Simulask	17.	5380	7-v		
Johannes Treiel	17.	8.32	60m tj		
Kaarel Ernits	21.	2.11	kõrgus		
Martin Moldau	22.	8.33	60m tj		
Robin Nool	26.-...	5.00	teivas	28.	5242 7-v

U23 Euroopa 2016.a. täiskasvanute edetabelis (Väljund U23 Põhja- ja Baltimaade MV ja Amsterdami Euroopa MV 6.-10. juuli 2016, OM Rio 12.-20. August 2016)

Karl Robert Saluri	11.	5856	7-v		
Kätlin Piirimäe	21.	16.77	kuulitõuge		

Janek Õiglane	21.	5739	7-v	
Kristjan Rosenberg	23.	5723	7-v	
Anna Maria Orel	28.	64.83	vasaraheide	
Keiso Pedriks	-	7,93	60m tj	U23 ER kordamine

Täiskasvanud Euroopa 2016.a. siseedetabelis

Mikk Meerents	19.	5808 P	7-v	Kutse Portlandi sise-MM'ile
Martin Sisas	25.	5702	7-v	

OM kandidaatide kohad Euroopa 2016.a. siseedetabelis

Ksenija Balta	6.	6.76	kaugus	20.	7.29	60m ER
Martin Kupper	8.	62.20	ketas			
Maicel Uiibo	12.	5854	7-v			Kutse Portlandi sise MM'ile
Marek Niit	13.	46.81	400m			
Jaak-Heinrich Jagor	-	48.13	400m			
Roman Fosti	-	8.28,06	3000m			
Grit Šadeiko	-	1.76	kõrgus			Kutse Portlandi sise MM'ile

## EESTI TALVISED MEISTRIVÕISTLUSED 2016

Alljärgnevalt on esitatud Eesti MV esikolmiku tulemuste võrdlus aastatel 2012, 2015 ja 2016.

Aastad 2012.a. ja 2016.a. on võrdlusesse toodud eesmärgiga näha ühe olümpiatsükli jooksul toimunud muutusi EMV alade tasemes. 2015.a. EMV alade esikolmiku tulemused on lisatud eesmärgiga tuua võrdlusesse aasta lõikes toimuvaid alade taseme muutused. Viimast tuleks suhteliselt lühikese ajavahemiku võrdlusperioodi tõttu tinglikult nimetada „juhuslikuks taseme kõikumiseks“. Kõrvutades „juhuslikku taseme kõikumist“ olümpiatsükli jooksul toimunud taseme kõikumisega näeme, kas selle tsükli jooksul toimunud kõikumine on märgatav või sarnane „juhusliku taseme kõikumisega“.

	2012	2015	2016	2016 esikolmik nimeliselt
N 60m	7,57 (96,3)	7,44 (98)	7,29	Ksenija Balta
	7,80 (96,3)	7,68 (97,9)	7,52	Maarja Kalev
	7,81 (97,2)	7,71 (98,4)	7,59	Õilme Võro
	96,6%	98,1	100%	
M 60m	6,85 (99,4)	6,81	6,87 (99,1)	Kaspar Mesila
	6,99 (98)	6,85	6,88 (99,6)	Richard Pulst
	7,02 (98,3)	6,92 (99,7)	6,90	Henrik Kutberg
	98,6%	99,9%	99,6%	
N 200m	25,41 (95,3)	24,22	24,35 (99,5)	Õilme Võro
	25,42 (97)	24,67	25,18 (97,8)	Annika Sakkarias
	26,04 (95,8)	24,95	25,75 (96,9)	Kaili Kriisa
	96%	100%	98,1%	
M 200m	22,23 (99)	22,01	22,03	Jakob Goroško
	22,51 (98,1)	22,09	22,17 (99,6)	Markus Ellisaar
	22,77 (97,4)	22,21 (99,9)	22,18	Norman Ploom
	98,2%	99,97%	99,87%	

N 400m	53,79	55,08 (97,7)	56,86 (94,6)	Annika Sakkarias
	58,24 (96,8)	56,4	58,03 (97,2)	Helin Meier
	58,28 (98,2)	57,22	58,06 (98,6)	Liis Roose
	98,3%	99,2%	96,8%	
M 400m	47,23	48,89 (96,6)	48,46 (97,5)	J.-H. Jagor
	50,31 (97,6)	49,10	49,18 (99,8)	Johannes Erm
	50,51 (97,4)	49,92 (98,5)	49,19	Erik Jagor
	98,3%	98,4%	99,1%	
N 60mtj.	8,63 (95,9)	8,28	8,61 (96,2)	Kristella Jurkatamm
	8,82 (97,7)	8,69 (99,2)	8,62	Kreete Verlin
	8,90 (98,2)	8,74	8,80 (99,3)	Merilyn Uudmäe
	97,3%	99,7%	98,5%	
M 60mtj.	7,88	8,12 (97)	7,93 (99,4)	Keiso Pedriks
	8,05	8,16 (98,7)	8,11 (99,3)	Andres Raja
	8,08	8,20 (98,5)	8,11 (99,6)	Mikk Meerents
	100%	98,1%	99,4%	
<b>Kiirjooks</b>	<b>97,9%</b>	<b>99,2%</b>	<b>98,9%</b>	

N 800m	2.14,94 (99,3)	2.14,03	2.15,84 (98,5)	Helin Meier
	2.15,99 (99,3)	2.14,89	2.16,31 (99)	Helen Starkopf
	2.16,61	2.17,17 (99,6)	2.17,25 (99,5)	D. O'Konnel Bronin
	99,5%	99,9%	99%	
M 800m	1.54,66 (96)	1.50,12	1.54,58 (96,1)	Raimond Valler
	1.54,89	1.54,94	1.55,60 (99,4)	Denis Šaulkauskas
	1.55,29	1.56, 42 (99)	1.56,53 (98,9)	Mathias Rimm
	98,7%	99,7%	98,1%	
M 1500	3.48,64	3.49,98 (99,6)	3.57,99 (97,4)	Allar Lamp
	3.57,78 (98)	3.50,53 (99,8)	4.01,13 (95,6)	Argo Jõesoo
	3.58,03	4.08,51 (95,8)	4.04,06 (97,5)	Olavi Allase
	99,3%	98,4%	96,8%	
N 1500	4.28,98	4.34,13 (91,5)	4.48,57 (93,2)	Elery Zadonski
	4.40,66 (98,7)	4.36,92	4.48,88 (95,8)	Birgit Pihelgas
	4.43,50 (98,4)	4.38,92	4.49,89 (96,2)	Egle-Helene Ervin
	99%	97,2%	95,1%	
N 3000m	-	9.37,82	10.16,70	Egle-Helene Ervin
	-	9.39,80	10.20,80	Astrid-Mai Barsegjan
	-	9.53,93	10.24,11	Olga Andrejava
M 3000m	8.12,67	8.18,30 (98,9)	8.26,15 (95,4)	Allar Lamp
	8.35,18 (96,8)	8.18,72	8.28,06 (98,2)	Roman Fosti
	8.40,85 (98,4)	8.32,38	8.36,67 (99,2)	Argo Jõesoo
	98,4%	99,6%	97,6%	

<b>Kestvusjooks</b>	<b>99%</b>	<b>99%</b>	<b>97,32</b>	
N kõrgus	1,93	1.79 (92%)	1.82 (93,8%)	Anna Iljuštšenko
	1,76 (98,3%)	1.79	1.79	Teele Palumaa
	1,76	1.76	1.76	Grit Šadeiko
	99,4%	97,3%	97,9%	
M kõrgus	2,13 (97,3)	2.19	2.16 (98,6)	Karl Lumi
	2,13 (98,6)	2.16	2.13 (98,6)	Mikk Meerents
	2,10 (98,6)	2.13	2.10 (98,6)	Kaarel Ernits
	98,2%	100%	98,6%	
N teivas	4,22	3.85 (91,2)	4.20 (99,5)	Reena Koll
	3,80 (93,8)	3.70 (91,4)	4.05	Margit Kalk
	3,70	3.60 (97,3)	3.40 (91,9)	Mariliis Muuga
	97,9%	94,2%	97,1%	
M teivas	5,00 (94,3%)	5.30	5.00 (94,3)	Robin Nool
	4,80 (93,2)	5,15	4,90 (95,1)	Janek Õiglane
	4,80 (97,6)	4,90	4,90	Kristjan Rosenberg
	95%	100%	96,5%	
N kolmik	13,15	12,38 (94,1)	13,13 (99,8)	Merilyn Uudmäe
	12,37 (95,3)	12,08 (93,1)	12,98	Tähti Alver
	12,08 (98,5)	12,02 (98)	12,26	D. O'Konnell Bronin
	97,9%	95,1%	99,9%	
M kolmik	16,23	15,53 (95,7)	15,75 (97)	Jaanus Uudmäe



	16,12	14,98 (92,9)	15,18 (94,2)	Igor Sjunin
	15,66	14,90 (95,1)	14,90 (95,1)	Sten Veelak
	100%	94,6%	95,4%	
N kaugus	6,05 (98,4)	6.04 (98,2)	6.15	Aet Laurik
	6,02 (99,7)	5.99 (99,2)	6.04	Merilyn Uudmäe
	5,95	5.81 (97,6)	5.89 (99)	Lishanna Ilves
	99,4%	98,3%	99,7%	
M kaugus	7,73 (98,2)	7.87	7.56 (96,1)	Henrik Kutberg
	7,67	7.46 (97,3)	7.16 (93,4)	Kristjan Rosenberg
	7,54	7.44 (98,7)	7.14 (94,7)	Sören Jõõras
	99,4%	98,7%	94,7%	
<b>Hüpped</b>	<b>98,4%</b>	<b>97,3%</b>	<b>97,5</b>	
N kuul	14,63 (87,2)	16,31 (97,3)	16,77	Kätlin Piirimäe
	13,53 (86,1)	15,33 (97,5)	15,72	Anu Teesaar
	12,93 (94,2)	13,72	13,29 (96,9)	Liis Kranich
	89,2	98,3%	99%	
M kuul	17,98 (98,6)	18,24	17,75 (97,4)	Kristo Galeta
	17,36 (97,6)	17,78	17,38 (97,8)	Karl Koha
	16,51 (98,9)	16,69	16,52 (98,9)	Raido Kalbach
	98,3%	100%	98%	
<b>Heited</b>	<b>93,8%</b>	<b>99,2%</b>	<b>98,5%</b>	

Eelnevast võrdlusest näeme, et kiirjooksu tase Eesti sise-MV'del on olümpiatsükli jooksul pigem tõusnud. Kestvusjooksu tasemes näeme samal ajal langusemärke. Nimetatud languse tagamaid ei

pea aga kaugelt otsima, nimelt meie viimase kümneni parimad Nurme ja Patjuk ei osalenud 2016.a. talvistel EMV-del, samuti puudusid Kivistik, Noot ja Tšernov. Kõik nimetatud on siiski endiselt kõrgeimate eesmärkidega treenimas.

Ka hüppealadel on märgatav langustrend. Mõnevõrra leevendab siin pilti teadmine, et meie hüppajate edurivi eesotsas Eleriin Haasa ja Ksenija Baltaga tänavustel EMV hüppesektorit ei küllastanud ning Anna Iljuštšenko tegi alles oma esimese võistluse peale emapuhkust.

Kuulitõuke tasemes 2012.a. ja 2015-2016.a. võrdluses näha on selge tõusutrend.

Sarnase võrdluse kordamisel Eesti suviste MV kõrvutades saame ülevaate sellest, mil määral erinevad taseme muutused talviste Eesti MV ja suviste Eesti MV vahel, juhtides seejuures tähelepanu asjaolule, et suvistel Eesti MV osaletakse ka pikkades heidetes.

#### 2016.a. kergejõustiku sisehooaja järelvaate režümee

Sarnaselt Eesi meistrivõistluste tulemuste analüüsi laiendamise vajalikusele kaasates suvehooaja tulemused, saab ka noortekoondiste ning olümpiasportlaste analüüsist tõsisemid järeldusi hakata tegema peale suvehooaega, mil saab täis järjekordne 4-aastane olümpatsükkel. Seetõttu jääb käesolev Eesti kergejõustiku sisehooaja kokkuvõtte pigem mõningate võrdlusmomentidega 2016.a. aasta sisehooajal toimunu ülevaateks.