

Niisiis... ma lähen Eesti Maastiku Maratonile!!!



ESTONIAN ACE ADVENTURE / LA SPORTIVA · WEDNESDAY, OCTOBER 2, 2019

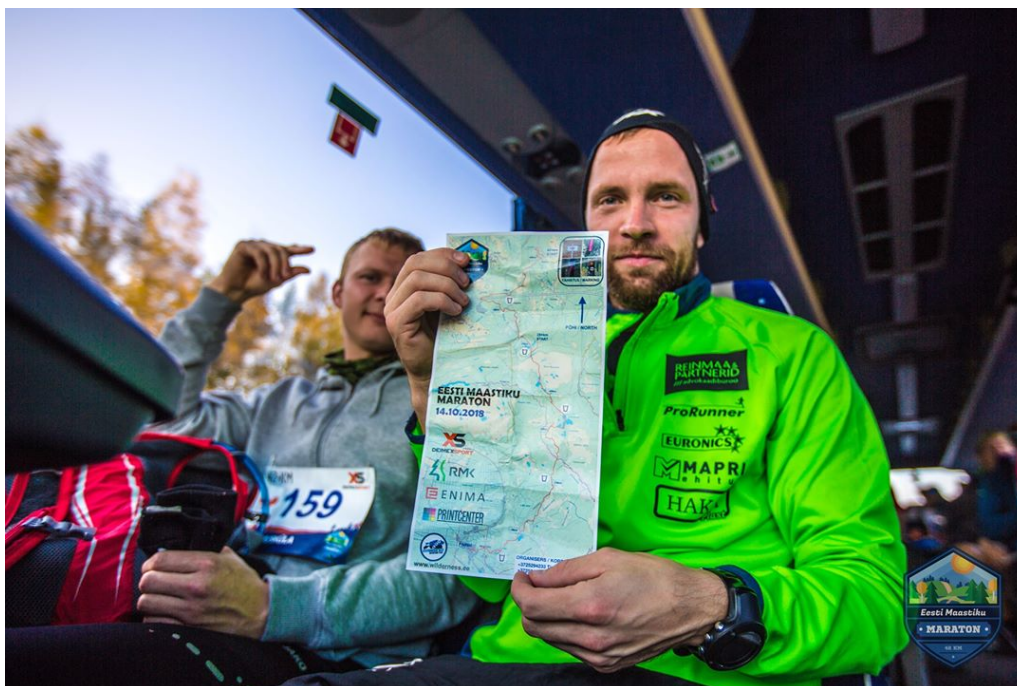


Pühapäeva hommikul vohmin pudru sisse, panen ilmale vastavad jooksuriided selga ja saabun piisava varuga enne eribussi väljumisaega väljumispaika Tallinnas Ülemiste keskuse parklas või Aegviidu kooli juures. Oma võistlusnumbri ja stardist finišisse saadetava koti tähistamise sildi saan kätte Aegviidus infolauast või Tallinnas bussi sisenedes. Bussi sisenedes püüan ärevusest üle olla ja jälgin bussil olevat silti, et sõit läheks ikka õigesse stardipaika - 42+km maratonil Kõnnule ja 25+km matkajooksul Järvi järvedele.



Bussisõit starti kestab ca 45 min. See "+" kilomeetrite taga tähendab seda, et lõplik rajapikkus sõltub ilmastikuoludest. Rada on kõrge veeseisu puhul olnud kuni 1,5km pikem...

Bussis on mõnus meeleolu. Chill. Saan uurida rajakaarti ja planeerida kaasa võetavaid spordisööke. Kontrollin, et kaasas oleks oma joogianum. Minul selleks väikse seljakotiga joogipaun ja kokku käiv pehme tops. Keskkonnasäästlikult ikka... ühekordsed topsid on mõttetu koormus loodusele!



Rajakaart annab ülevaate ümbrusest ja joogipunktidest, kuid on ka abiks enda asukoha määramisel hädaabisituatsioonis. Orienteerumisoskus raja läbimiseks vajalik ei ole!

Stardipaigas ei ole muud ülesannet, kui mõelda välja viimane riidekombinatsioon, panna numbriga tähistatult pakiautosse oma finiši kott ja suhelda teiste jooksusõpradega.



Jälgi ilmateadet ja arvesta, et pika jooksu ajal võib ilm muutuda või väsida ja tahad kõndida... siis on tagavara riidekiht abiks!

Kes on jänesed, kes on rebased, kes on hundid ja kes on karud? Need on mängulises mõttes erinevad jooksjatuübid sel päeval. Start on lainetena paari-kolme minuti tagant, et kitsastel radadel ei tekiks ummistust ja saaks vaadata ka mujale, kui eesjooksja tagumikule. Kuna ajavõtt on netoajas siis ei pea isegi startima täpselt siis, kui teised Sinu valitud stardigrupis.

Võtan vabalt ja lähen siis kui rajal on piisavalt ruumi! "Jänesed" lähevad kõige ees, need on kiirjooksjad. Nende järel "rebased" ja "hundid" ning kõige lõpus rahulikult "karud".



Peakorraldaja Timmo Tammemäe saadab 2018.a. jooksul teele "karud"

Rada on tähistatud punaste nooltega, roosade siidilintidega ja kohati püsitähistusena RMK matkaraja tähistusega - valge sõõr punase joonega.



Rajatähistus puul

- nüüd väike lõik ainult maratonijooksjatele -

Esimesed poolteist maratoni kilomeetrit kulgevad natuke laiematel radadel, kuid siis läbitakse Pärlioja ürgorg ja edasi muutub rada kitsaks ja keerutavaks. Viis kilomeetrit pärast starti jõutakse kuulsa Viru rabani. Rabas liigutakse laudteel ja seega tähistust jälgida vaja ei ole (välja arvatud vasakpööre kohe raba alguses). Viru raba on oma hea ligipääsetavuse tõttu väga populaarne sihtkoht. Kuigi hoiatussildid on laudtee otstes väljas tuleb arvestada, et jooksul mitte osalevate raba nautijatega tuleb laudteele koos ära mahtuda - jooksjatel ei ole eesõigust! Raba keskel algavad laukad ja kõrgema veeseisu puhul võivad jalad mõnes kohas märjaks saada. Vihma korral võib laudtee olla väga libe.



Fotograafile poseerides ära kogemata laudteelt laukasse astu:)

Pärast vaatetorni läheb laudtee laiemaks, siin mahub mõnusalt mööduma. Kui kellestki aeglasemast soov mööduda tasub seda sõbralikult paluda - kui palutakse, lasen ka endast mööda. Naudin vaadet, võib-olla isegi ronin vaatetorni!



Parempoolne liiklus kehtib ka laudteel

Rabast väljas, jätkame metsateel ja jõuame 7,5km peal esimesse joogipunkti. Siin on saada vett ja kommi... edasi!



Jooksmisel ei pea tarbima geele - kommi, küpsis ja banaan annavad sama efekti, kui just pulss ei ole Sinu absoluutse maksimumi lähedal

Nüüd pidavat järgnema raske lõik ja nii ongi. Pikk siht kisub järjest soisemaks ja kohati on rööbastes tõsiselt raske leida sobivat kohta jala asetamiseks. Mu roosad tossud ei ole enam roosad 😊 Jõuame Narva maantee ja jookseme selle alt tunneli kaudu läbi. Raske rada jätkub, nüüd oleme päris raiesmikul ja nüüd... kitsal porisel kopratammil!!!



Hea nipp ebatasasel rajal jala väänamise vältimiseks - riskantses kohas pööra jalalaba horisontaalselt pardi moodi pisut välja.

Ma olen juba nii väsinud, aga kõikide teiste näod on kahtlaselt entusiastlikud... pressin edasi. Nüüd läks õnneks kergemaks, vahepeal saab lausa kruusateel joosta. Joogipunkt pooltel maal Järvi järvedel. Banaan, kommid, küpsised. Spordijook, vesi. Kõik nagu peab.



25+ matkaraja stardipaigas ei ole üleliigset pidulikkust ja kõva muusikat.

25km matkajooksu start oli samal ajal Järvi Pikkjärve juurest. Miks matkajooks? No aega võetakse ikkagi, aga milleks stressata aja ja koha pärast kui võib lihtsalt veidi lihtsamalt seda sama maastikku nautida... võtame vabalt:))

- maratonijooksjad ja 25km matkajooksu jooksjad jätkavad samal rajal -

Uuesti teele ja nüüd jõuan jälle laudteele - ees on üle 2 km pikkune Suru e. Kõnnu Suursoo ületus. See on see raba, mis oli ilusas Facebooki videos. Tahaks vaadata ennast drooni pealt, kuidas ma nende kaunite laugaste vahel jooksen, nagu maadeavastaja läbi tõelise kõnnumaa. Lahe! No vahet pole, ma tean, et ma olen siin ja see koht on nii ehedalt Eesti!

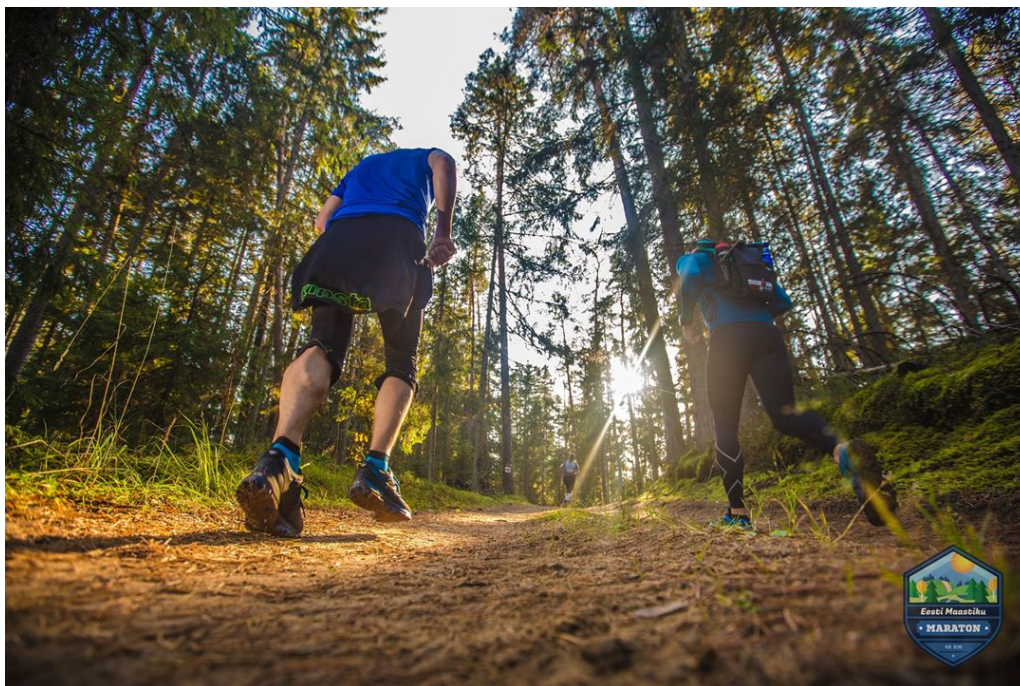


Suru e. Kõnnu Suursoo

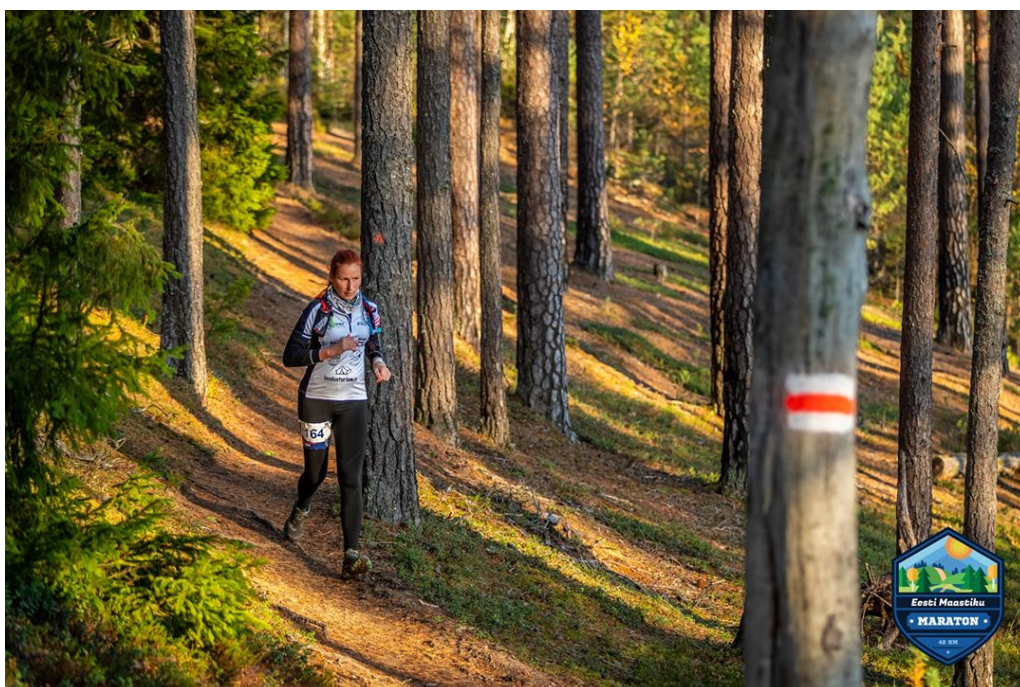


Kõnnu Suursoo raba keskosa on üsna lage. Ära muretse - kui kogemata laudteelt kõrvale astud ei vaju Sa vetesügavusse vaid astud lihtsalt niiskele pehmele rabasamblale.

Viimane saarterikas suur laugas ehk Umbjärv võtab suu imestusest lahti ja nüüd on järsku sein ees. Sõna otseses mõttes seina moodi mägi. Kõmbin üles ja edasi kulgen kõrgel metsasel mäeharjal keerutaval ja juurikasel rajal. Mõlemal pool sügavuses vilksatab järvi. See löik on päris keeruline, füüsiliselt raske ja kogu aeg peab ka sammu seadma. Kuhu mul kiiret, kõnnin vahepeal!



Parimad jalanõud selleks retkeks on krobeline, kuid siiski pehme tallaga maastikujooksu tossud.



Üks lihtsamat liiki rada pärast Kõnnu Suursood

Järsku tunnen vastupandamatut lõhna. See on lõkkevorst...? Olen küll fantaseerinud mõttega taimetoitlusest, no vähemalt taimsest teisipäevast, kuid hetkel on pühapäev ja oma vorstiportsjonit ma kellelegi loovutada ei kavatse. Jooksuvõistlusel lõkkevorstid? Kuidas teised selle peale ei ole tulnud? Joogiks järveveest tee? Nojah, kes viitsiks tassida seljas vett kilomeetrite kaugusele lähimast autoga ligipääsetavast kohast, kui siin samas on puhas järv.



Neile, kes tõesti vorsti ei taha on saadaval leib ja kommid joogipunktis ja pohlal metsas

Kitsad ja keerutavad rajad järskudel küngastel jätkuvad, järjest uued ja uued järved... Ühel hetkel keerab rada päris metsa ja peagi jõuame välja tohutusuurele kanarbikusele lagendikule. Jussi nõmm. Paistab nagu Lapimaa. Eestis küll sellist kohta varem näinud ei ole... Kitsas küngastel looklev rada on pikalt näha, mõned pilved purjetavad üle taeva. Lahe koht. Nõukogude Liidu sõjavägi pommitas seda paika tuhandete õppemürskudega ja nüüd on see paik taas surve all saamaks Kaitseväe keskpõlügeni "ohualaks".



Jussi kanarbikunõmm

Jõuame uuesti metsa vahele, ületame silda mööda jõe ja hüpleme poriloikude vahel ja siis olen tuttavas kohas. Siit lähevad ju Kõrvemaa suusarajad!? Joogi- või pigem söögipunktis on suur valik.



Krampe seostatakse tavapäraselt soolade puudusega, kuigi teaduslikult on need pigem põhjustatud treenitusele mitte vastavast lihaspingutusest

Lisandunud on hapukurk, mis maitseb lihtsalt suurepäraselt! Krampi kiskuva jala vastu pidi aitama hapukurgi vedelik... Lõpuni ainult 10 km... ma teen selle ära, nüüd on päris selge! Tangin oma joogipauna liitri jagu vett, palavaks kisub...



Tõesti, vahepeal võib ju ka lihtsalt jalutada ja metsa imetleda!

Tuttavatel suusaradadel on edenemine lihtsam, kuigi vahepeal keerab rada pehmemale pinnasele ja tuleb ikka ja jälle küngastest üles ronida. Möödun mööda märga vetruvat kallast ilusast rabajärvest. Väsimus hajub mõtetest.



Jalad Eesti Maastiku Maratonil tõenäoliselt kuivaks ei jää

Suusaradadel vaikselt edenedes jõuan järjekordse pika tõusu tippu ja ees serendab legendaarne elustamispunkt. Menüü on mõnevõrra ebatraditsiooniline... pakutakse üllatavaid suupisteid ja vedelikke. Ah, mis seal ikka ehk annab just see jõudu! Viimased paar kilomeetrit, väike lõik samblases kuusikus ja olengi päral.



Aega on raja läbimiseks 7,5h. Kui on hirm, et läheb veel kauem, võiks kaasas olla pealamp

Jõuan sillutatud teele, asfalt tundub jalge all võõras. Miks ma nii palju asfaldil jooksnud olen? Olen vist ikka maastikujooksja! Finišikaar, mõnus melu, rõõmsad näod.



Kaasvõistleja toetamine käest kinni hoides ei ole keelatud

Pildiklõpsud, lõpetajameene - hea, et praktiline, ja diplom... nagu käsitöö tunnis koolis 😊



Diplomile saab ise lüüa templi "lõpetaja"

Kõht on tühi ja Kõrvemaa kokad teavad, kuidas seda küsimust lahendada.



Supp lihaga ja lihata ja Kõrvemaa keskuse majakook...

Pesema ja hea, et ujumisriided kaasa võtsin. Finišialal on kuum tünn, kuhu oma kangeid konte leotama sulpsan. Hea on olla, olen endaga ikka väga rahul!



Kuumaveetünnid on unisex, kui osalejad ei korralda ise asja vastupidiselt

Rongiga tagasi Tallinna suunas sõites kipub uni peale ja silmi sulgedes näen ikka puid ja laudteid, laukaid ja pori, taevas säravat päikest ja purjetavaid pilvi (või seda lõputut paduvihma ja hallust:) ja kõiki neid teisi röömsate nägudega inimesi...



Head valmistumist!