

„Skrējiens pa Saulei” 2022

NOLIKUMS

Lielvārde

1. Mērķis un uzdevumi

- 1.1. Popularizēt skriešanu, iešanu, nūjošanu kā veselīga dzīvesveida sastāvdaļu.
- 1.2. Popularizēt veselīgu dzīvesveidu.
- 1.3. Noorganizēt kvalitatīvas, interesantas sporta sacensības gan klātienē, gan attālināti
- 1.4. Noskaidrot labākos sacensību “Skrējiens pa Saulei” dalībniekus.

2. Sacensību laiks un vieta

- 2.1. Sacensības “Skrējiens Pa Saulei” norisināsies laika posmā no 1.jūnija līdz 31.augustam, (14 posmi) katru trešdienu, ar iespējamu kādu papildus posmu un uzdevumiem.
- 2.2. Sacensības “Skrējiens pa Saulei” posmus var veikt attālināti jebkurā vietā, bet posmi, kuri notiek klātienē, norisinās Lielvārdes sporta centra stadionā, Raiņa ielā 22, Lielvārdē.
- 2.3. Sacensību plānotie datumi:

<i>Mēnesis</i>	<i>Skrējienu datumi</i>
Jūnijs	1;8;15;22;29
Jūlijs	6;13;20;27
Augusts	3;10;17;24;31

3. Sacensību vadība

- 3.1. Sacensības organizē Lielvārdes sporta centrs sadarbībā ar biedrību „Visa Veida Kustība” un Ogres novada pašvaldību. Skrējienu atbalsta Gaļas nams “Ādaži” un Ogres novada sporta centrs. Sacensību galvenais tiesnesis Agris Pikšens tel.nr.: 29571247, e-pasts : pikshens@inbox.lv
- 3.2. Rezultātus skaitīs un kontrolēs Agris Pikšens un Zita Bērziņa – Igaune

4. Sacensību dalībnieki

- 4.1. Sacensību dalībniekiem nav vecuma vai dzimuma ierobežojuma.
- 4.2. Sacensībās var piedalīties ikviens.

5. Pieteikšanās

- 5.1. Pieteikšanās sacensībām tiks publicēta mājaslapā www.sportslielvarde.lv, [facebook.com/VisaVeidaKustiba](https://www.facebook.com/VisaVeidaKustiba), www.visaveidakustiba.lv, ne vēlāk kā nedēļu pirms sacensību sākuma
- 5.2. Sacensību dalībniekiem jāaizpilda organizatoru izveidoto pieteikšanās veidlapa - <https://ej.uz/Skrejienspasaulei2022>.
- 5.3. Dalībnieks reģistrējies sacensībās tad, kad veicis pieteikšanos un apmaksājis dalības maksu.

6. Dalības maksa

- 6.1. Dalības maksa sacensībās dalībniekiem no 18 gadiem -10.00 euro (desmit euro, 00 euro centi) par visiem posmiem.
- 6.2. Dalības maksa jaunākiem par 18 gadiem – 3.00 euro (trīs euro, 00 euro centi) par visiem posmiem.
- 6.3. Apmaksa jāveic pēc pieteikšanās, veicot maksājumu uz biedrības “Visa Veida Kustība” kontu.
Rekvizīti:
Biedrība “Visa Veida Kustība”
Reģ.Nr.40008280595
Banka: AS Swedbank, Konts: LV39HABA0551045833367
ar norādi - Skrējiens PS *Vārds Uzvārds*
- 6.4. Dalības maksa jāapmaksā pirms sacensību sākuma.
- 6.5. Mājdzīvnieku un bērīšu grupai dalība sacensībās – bezmaksas.

7. Sacensību norise

- 7.1. Katru trešdienu sev izvēlētā laikā un vietā jāveic 20 minūšu skrējieni, iešana vai nūjošana. 20 minūšu laikā jāveic pēc iespējas vairāk pilni apļi stadionā (250 metru stadionā) vai brīvā dabā (dabā iegūtais rezultāts kilometros tiek dalīts ar 250 metriem.)
- 7.2. Iegūtais rezultāts jāiesniedz sacensību organizētājiem, ievietojot to mājas lapā www.visaveidakustiba.lv
- 7.3. Sacensību norise klātienē – dalībnieks, katru trešdienu (19.00) 10 minūtes pirms skrējiena sākuma ierodas Lielvārdes sporta centra stadionā un reģistrējās skrējienam. Skrējiena laikā tiesneši fiksē apļu skaitu.

8. Sacensību grupas –

- 8.1. Skrējēju iedalījums grupās tiks noteikts pēc pieteikto dalībnieku skaita:
 - 8.1.1. vīrieši
 - 8.1.2. sievietes
 - 8.1.3. bērni (līdz 18 gadiem)
 - 8.1.4. dalībnieki, kas sacensību dienu uzsākot sver virs 100 kilogramiem.
 - 8.1.5. mājdzīvnieku grupa (Norisinās attālināti un jāveic vismaz 20minūšu skrējieni/pastaiga)
 - 8.1.6. jauno māmiņu, tēvu grupa ar bērnu ratiem (Bēbīšu grupa - Norisinās attālināti un jāveic vismaz 20minūšu skrējieni/pastaiga)
- 8.2. Sacensību grupas var tikt mainītas pēc pieteikto dalībnieku skaita.

9. Sacensību distance -

- 9.1.1. 20 minūšu skrējieni (norisinās gan klātienē, gan attālināti)
- 9.1.2. 1 stundas skrējieni (norisinās tikai attālināti)

10. Vērtēšana un apbalvošana

- 10.1. Sacensībās katram dalībniekam tiek skaitīts kopvērtējums par visiem posmiem kopā.
- 10.2. Labākie skrējēji katrā vecuma grupā sacensību kopvērtējumā tiks apbalvoti ar balvām. Ja dalībnieks piedalījies vismaz 8 klātienē posmos.
- 10.3. Visi dalībnieki, kas būs sasnieguši 100 apļu skaitu vai piedalījušies visos posmos, saņems organizētāju sarūpētas piemiņas balvas.
- 10.4. Sacensību rezultāti un kopvērtējums būs apskatāmi www.sportslielvarde.lv, [facebook.com/VisaVeidaKustiba](https://www.facebook.com/VisaVeidaKustiba), www.visaveidakustiba.lv
- 10.5. Sezonas kopvērtējuma apbalvošana notiks iepriekš izziņojot dalībniekiem laiku un vietu

11. Citi nosacījumi

- 11.1. Sacensību dalībnieks pats atbildīgs par savu veselības stāvokli izvēlētajai slodzei.
- 11.2. Par nepilngadīgo personu veselības stāvokli un uzvedību atbild bērna vecāki vai aizbildņi.
- 11.3. Piesakoties sacensībām, dalībnieki apliecina, ka neiebildst sacensību laikā uzņemto fotogrāfiju un sniegto datu izmantošanai publiskajos materiālos.
- 11.4. Sacensību organizatori var mainīt sacensību nolikumu, iepriekš informējot dalībniekus.