

# „Skrējiens pa Saulei”2024

## NOLIKUMS

Lielvārde

### 1. Mērķis un uzdevumi

- 1.1. Popularizēt skriešanu, iešanu, nūjošanu kā veselīga dzīvesveida sastāvdaļu.
- 1.2. Popularizēt veselīgu dzīvesveidu novada iedzīvotājiem.
- 1.3. Noorganizēt kvalitatīvas un interesantas tautas sporta sacensības.
- 1.4. Iesaistīt pasākumā dažādas nozares – uzņēmējus, organizācijas un sporta komandas.
- 1.5. Noskaidrot labākos sacensību “Skrējiens pa Saulei” dalībniekus.

### 2. Sacensību laiks un vieta

- 2.1. Sacensības “Skrējiens pa Saulei” norisināsies laika posmā no 5.jūnija līdz 28.augustam, (13 posmi) katru trešdienu.
- 2.2. Sacensības “Skrējiens pa Saulei” **klātienē** norisinās Lielvārdes sporta centra stadionā, Raiņa ielā 22, Lielvārdē, katru **trešdienu** plkst. 19.00. Ja skrējienā piedalies **attālināti** distanci var veikt jebkurā vietā visas trešdienas garumā.
- 2.3. Sacensību datumi:

<i>Mēnesis</i>	<i>Skrējienu datumi</i>
Jūnijs	5;12;19;26
Jūlijs	3;10;17;24;31
Augusts	7;14;21;28

### 3. Sacensību vadība

- 3.1. Sacensības organizē Lielvārdes sporta centrs sadarbībā ar biedrību „Visa Veida Kustība” un Ogres novada pašvaldību.
- 3.2. Sacensību galvenais tiesnesis Agris Pikšens tel.nr.: 29571247, e-pasts : [vvkustiba@gmail.com](mailto:vvkustiba@gmail.com)
- 3.3. 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, kurš aizpildījis pieteikumu veidlapu un saņēmis apstiprinājumu

### 5. Pieteikšanās

- 5.1. Sacensību dalībniekiem jāaizpilda organizatoru izveidoto pieteikšanās veidlapa - <https://ej.uz/SPS24>
- 5.2. Pēc pieteikšanās jāapmaksā dalības maksa
- 5.3. Dalībnieks reģistrējies sacensībās tad, kad veicis pieteikšanos un apmaksājis dalības maksu (ja attiecināms).

### 6. Sacensību grupas –

- 6.1. Dalībnieku iedalījums grupās:
  - 6.1.1. vīrieši
  - 6.1.2. sievietes
  - 6.1.3. bērni (no 2 līdz 17 gadiem ieskaitot) (kategorija tiks sadalīta sīkākās vecuma grupās pēc 1.posma)
  - 6.1.4. Bēbīšu grupa - jauno māmiņu, tēvu grupa **ar bērnu ratiem**
- 6.2. Sacensību grupas var tikt mainītas pēc pieteikto dalībnieku skaita un veida.

## 7. Dalības maksa

- 7.1. Dalības maksa dalībniekiem no 18 gadiem - 20.00 euro (divdesmit euro, 00 centi) par visiem posmiem.
- 7.2. Dalības maksa no 6 līdz 17 gadiem – 10.00 euro (desmit euro, 00 centi) par visiem posmiem
- 7.3. Dalības maksa no 2 līdz 5 gadiem – 5.00 euro (pieci euro, 00 centi)
- 7.4. Bēbīšu grupai dalība sacensībās – bezmaksas.
- 7.5. 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 - Skrējieni PS *Vārds Uzvārds*
- 7.6. Dalības maksa jāapmaksā pirms sacensību sākuma.

## 8. Sacensību norise

### Sacensību noriseklātienē

- 8.1. Katru trešdienu, 19.00 Lielvārdes stadionā notiks 20 minūšu klātienē skrējieni;
- 8.2. Klātienē norisinās papildus aktivitātes pēc skrējiena;
- 8.3. Dalībnieks, katru trešdienu (19.00) vismaz 15 minūtes pirms skrējiena sākuma ierodas Lielvārdes sporta centra stadionā un reģistrējās skrējienam. Skrējiena laikā tiesneši fiksē apļu skaitu.

### Sacensību norise attālināti

- 8.4. Ja trešdienā distanci veic attālināti, 20 minūšu laikā jāveic pēc iespējas vairāk pilni apļu stadionā (250 metru stadionā) vai brīvā dabā (dabā iegūtais rezultāts kilometros tiek dalīts ar 250 metriem.)
- 8.5. Iegūtais rezultāts (apliecinājuma bilde) jāiesniedz sacensību organizatoriem, reģistrējot to mājas lapā [www.visaveidakustiba.lv](http://www.visaveidakustiba.lv). Rezultāti jāiesniedz mājaslapā tajā pašā trešdienā līdz 23:59.

## 9. Sacensību distance –

- 9.1 20 minūšu skrējieni (norisinās gan klātienē, gan attālināti)
- 9.2 1 stundas skrējieni – (norisinās attālināti)

## 10. Vērtēšana un apbalvošana

- 10.1. Sacensībās katram dalībniekiem tiek skaitīts kopvērtējums par visiem posmiem kopā.
- 10.2. Sacensību grupu 1.-3.vietas dalībnieki tiek apbalvoti ar balvām, ja dalībnieks ir piedalījies vismaz 8 klātienē posmos.
- 10.3. Visi dalībnieki, kas būs sasnieguši 100 apļu skaitu vai piedalījušies visos posmos, saņems organizētāju sagatavotās balvas.

Sacensību rezultāti un kopvērtējums būs apskatāmi Lielvārdes sporta centra sociālajos tīklos un mājaslapā [www.visaveidakustiba.lv](http://www.visaveidakustiba.lv)

- 10.4. Sezonas kopvērtējuma apbalvošanas pasākums 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 neiebilst sacensību laikā uzņemto fotogrāfiju un video sniegto datu izmantošanai publiskajos materiālos.
- 11.4. Sacensību organizatori var mainīt sacensību nolikumu, iepriekš informējot par to dalībniekus.