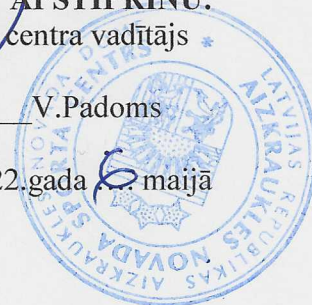


APSTIPRINU:  
Aizkraukles novada sporta centra vadītājs

V.Padoms

2022.gada 6. maijā



## Veselības apļi! Nolikums.

### **1. Mērķis un uzdevumi.**

1. Popularizēt skriešanu, kā vienu no vieglatlētikas pamatdisciplīnām.
2. Popularizēt veselīgu dzīvesveidu.
3. Noskaidrot labākos veselības skrējējus.

### **2. Vadība.**

Sacensības organizē Jaunjelgavas pilsētas sporta organizators. Info: [sportojaunjelgava@inbox.lv](mailto:sportojaunjelgava@inbox.lv), sporta organizatore A.Censone (28657107, 26550380).

### **3. Pasākuma vieta un laiks.**

25.05 Jaunjelgavā, Uzvaras iela 1, skolas stadionā, starta laiks plkst. 18.00.  
Reģistrēšanās no 17:30

### **4. Dalībnieki un pieteikšanās.**

LR iedzīvotāji neatkarīgi no vecuma, dzimuma un fiziskās sagatavotības. Par veselības stāvokli atbild pats pasākuma dalībnieks.

Sacensībās var piedalīties visi skriet gribētāji.

Skrējēji sacentīsies trijās vecuma grupās:

- 2007.g.dz. un jaunāki zēni un meitenes
- 2006.-1977.g.dz vīrieši un sievietes
- 1976.g.dz. un vecāki vīrieši un sievietes

### **5. Sacensību norise.**

30 minūšu skrējieni, kura laikā jāveic pēc iespējas vairāk pilni apļi stadionā. (Katrs dalībnieks skrien savu spēju līmenī, skrējienam var beigst arī ātrāk)

**Pieteikumi.** Pieteikšanās notiek 20 minūtes pirms skrējiena sākuma.

### **6. Apbalvošana.**

Vērtēšana un apbalvošana

- Katram dalībniekam tiek skaitīts, cik pilnu apļu noskriets 30 minūšu laikā.
- Labākie skrējēji katrā vecuma grupā tiks vērtēti un apbalvoti.

### **7. Papildus svarīga informācija.**

Dalībnieks pats atbildīgs par savu veselības stāvokli izvēlētajai slodzei.

Par nepilngadīgo personu veselības stāvokli un uzvedību atbild bērna vecāki vai aizbildņi.

Atsaucoties uz vispārīgo datu aizsardzības regulu, pieņemam, ja dalībnieks piedalās pasākumā, viņš automātiski atļauj izmantot foto materiālus publikācijām (atspoguļojot pasākuma norisi un informējot par rezultātiem, saņemot diplomu vai balvu) un piekrist nolikumā rakstītajiem nosacījumiem.