



Vadītājs _____

Aizkraukles novada sporta centra
V. Padoms



Vasaras 30 minūšu skrējiena/gājiena seriāls Vecbebros NOLIKUMS

Mērķis

- Popularizēt un uzturēt veselīgu dzīvesveidu Bebru pagasta iedzīvotāju vidū.

Laiks un vieta

2022. vasaras mēneši. (7 reizes- stadionā, 3- ārpus stadiona.) 10 skrējieni:
15.06., 22.06., 29.06., 06.07., 13.07., 20.07., 27.07., 03.08., 10.08., 17.08. ar startu
plkst. 18.00.

Vadība

Sacensības galvenais tiesnesis- Artis Zvejnieks, palīdz- atbalstītāji.

Dalībnieki

Sacensībās piedalās individuāli.

Dalībnieki sacensībās piedalās ar numuriem.

Vecbebru numurkreklus ar numuriem 1-30 uz sacensības katru reizi izsniedz sacensību organizators, dalībnieki numurkreklus pēc finiša uzreiz atdod atpakaļ. Dalībnieki drīkst startēt ar jebkādiem saviem numuriem, kas labi izlasāmi vismaz no 20 metru attāluma (numuram jābūt lielākam par 30).

Trase:

400 m stadiona sarkanā seguma aplis (ārpus stadiona būs 300-500 m aplis apvidū).

Vienā etapā uz trases var būt novietots šķērslis.

Sacensības apraksts:

Starta vietā novietoti “Vecbebri Sporto” pludmales karogi un starta/finiša plāksnes. Sacensība sākas ar kopēju startu stadionā vai tiešā stadiona tuvumā. Dalībnieks veic 30 minūšu skrējieni vai gājieni pa apli un sasniedz maksimālo pilnu apļu skaitu. Organizatori/tiesneši protokolā fiksē dalībnieka ikreizēju veikto apli, pēc sacensības apkopo dalībnieku iegūto apļu skaitu.

Distance veicama arī ar bērnu ratiņiem, izvērtējot seguma slīdamību.

Starta finiša zonā būs novietots dzeramais ūdens.

Uzvarētāju noteikšana

- Katras kārtas lielākā apļu skaita **pirmo** ieguvēju apbalvo ar ‘**Kārtas ātrākā skrējēja**’ medaļu, ieskaitīti tiek pilnie 30 minūtēs pabeigtie apli. Pēc medaļas iegūšanas dalībnieks pasākuma nākošās kārtas ‘ātrākā skrējēja’ vērtējumā netiek iekļauts.
- Katras kārtas “Grupās ātrākā skrējēja” medaļas izcīņā* tiek sadalītas 12 medaļas-
1-6 nedēļā pēc finiša izlozētās vecumgrupas ātrākajam skrējējam,
7-10 nedēļā pirms starta uz vietas tiesnešu nolemtām vecumgrupām.
*Vērtē atsevišķi pa dzimumiem, grupā jābūt vismaz 3 finišējušiem dalībniekiem.
- Ar saldumu balvu tiek apbalvoti katras kārtas medaļu ieguvēji un seriāla noslēgumā vismaz 6 kārtās finišējušie dalībnieki.
- Ar saldumu balvu- konfekti- katrā kārtā tiek apbalvoti vecumgrupas līdz 8 gadiem finišējušie bērni.
- Dalībnieki tiek dalīti šādās grupās:

Meitenes/ zēni līdz 8 gadiem, meitenes/ zēni 9-12 gadi, meitenes/ zēni 13-15 gadi, vīrieši/ sievietes 16-30 gadi, vīrieši/ sievietes 31-50 gadi, vīrieši/ sievietes virs 51 gada.

Autotransporta novietošana: pie stadiona, laukumā aiz DUS "Virši",

Velo novietošana: pie stadiona vārtiem.

Tualetes: pieejamas stadiona ēkā.

Telpas apgārba nolikšanai: stadiona ēkā, tribīnēs.

Naktsmītnes viesiem: 500m no starta vietas, Vecbebru tehnikuma dienesta viesnīcā saskaņā ar cenrādi.

Pieteikumi

Pieteikšanās notiek uz vietas.

Par savu veselību atbildīgs katrs dalībnieks pats. Par bērnu veselību atbildīgi to vecāki.

Maksa

Pasākums ir bez maksas

Aizkraukles sporta centrs-Bebru pagasta sporta organizators Artis Zvejnieks
t. 26417257