

## NOLIKUMS

### Valkas novada skriešanas seriāla “Optimists” “Pavasaris 2018” un “Rudens – 2018” sacensībām

#### Mērķis

Radīt iespēju Valkas novada iedzīvotājiem iesaistīties skriešanas nodarbībās, lai stiprinātu veselību, iesaistītu pēc iespējas vairāk Valkas novada iedzīvotāju fiziskajās aktivitātēs, dot ģimenēm iespēju aktīvi pavadīt brīvo laiku.

#### Vieta un laiks

Seriāls notiek Valkā, mežā pie brīvdabas estrādes, pa viena kilometra garo, marķēto apli. Starts no pulksten 14.30 līdz 18.30.

#### “Pavasaris – 2018”

I kāрта – 26.aprīlis  
II kāрта – 3.maijs  
III kāрта – 10.maijs  
VI kāрта – 17.maijs  
V kāрта – 24.maijs  
VI kāрта – 31.maijs

#### “Rudens – 2018”

I kāрта – 6.septembris  
II kāрта – 13.septembris  
III kāрта - 20.septembris  
IV kāarta –27.septembris  
V kāarta – 4.oktobris  
VI kāarta – 11.oktobris

#### Vadība

Seriālu organizē un vada Valkas novada dome aktīvi sadarbojoties ar Valkas novada Bērnu un jaunatnes sporta skolu.  
Galvenais tiesnesis Māris Koops, galvenā sekretāre Aija Lāce.

#### Dalībnieki

Skrējiena dalībnieku sastāvs un skaits nav reglamentēts.

Tiek aicināti visi ieinteresētie, neatkarīgi no vecuma, dzīves un darba vietas.

#### **Par savu veselības stāvokli atbild pats dalībnieks!**

Sadalījums pa vecuma grupām:

Dzimšanas gads	Meitenes, sievietes	Zēni, Vīrieši
2011. gadā dzimušie un jaunāki	S – 0 – 1km	V – 0 – 1km
2007. – 2010.g. dzimušie	S – 1 – 1km	V – 1 – 1km
2004. – 2006.g. dzimušie	S – 2 – 1km	V – 2 – 2km
2001. – 2003.g. dzimušie	S – 3 – 2km	V – 3 – 3km
1989. – 2000.g. dzimušie	S – 4 – 2km	V – 4 – 3km
1979. – 1988.g. dzimušie	S – 5 – 2km	V – 5 – 3km
1969. – 1978.g. dzimušie	S – 6 – 2km	V – 6 – 3km
1959. - 1968. g. dzimušie	S - 7 - 2km	V – 7 – 3km
1958. gadā dzimušie un vecāki	S - 8 - 1km	V – 8 – 2km

**Tautas grupa** - dalībnieki, kas neskrien savai grupai atbilstošo distanci, bet ne mazāk kā vienu apli, netiek vērtēta, pēc dalībnieka vēlēšanās ar vai bez laika kontroles. Aktīvākie dalībnieki tiek apbalvoti ar pārsteiguma balvām.

**Nūjotāji** – dalībnieki, kurus pieskaita tautas grupai, netiek vērtēti. Pēc dalībnieka vēlēšanās distanci veic ar vai bez laika kontroles. Aktīvākie dalībnieki tiek apbalvoti ar pārsteiguma balvām.

## **Vērtēšana**

Nosakot uzvarētājus, summēs piecus labākos rezultātus.

Vienāda rezultāta gadījumā augstāku vietu iegūs dalībnieks ar lielāku starta skaitu un augstāku vietu katrā kārtā.

## **Apbalvošana**

1.–3. vietu ieguvēji pa vecuma grupām tiks apbalvoti ar balvām gan pavasara, gan rudens kārtās. Dalībnieki, kuri ir startējuši vismaz 5 kārtās pavasarī un 5 kārtās rudenī, piedalīsies galvenās balvas – velosipēda izlozē! Apbalvošana notiek Valkas pilsētas kultūras namā plkst. 18.00 - pavasara kārtai 2018.gada 7.jūnijā, rudens kārtai - 2018.gada 18.oktobrī.

## **Vērtējums ģimenēm**

I grupa – divi pieaugušie (vīrs un sieva).

II grupa – viens pieaugušais (māte, tēvs, vecmamma jeb vectēvs) un bērns vai bērni līdz 19 gadu vecumam.

III grupa - divi pieaugušie (māte un tēvs jeb vecmamma un vekaistēvs) un bērns vai bērni līdz 19 gadu vecumam.

Vērtē laika summu piecās kārtās:

I grupā – abiem dalībniekiem.

II grupā – pieaugušam + 1 bērna labākā laika summa.

III grupā – diviem pieaugušajiem un 1 bērna labākā laika summa.

Sacensību laikā starta/finiša vietā, kā arī trasē atsevišķās vietās strādās fotogrāfi, kas iemūžinās dalībniekus sacensību gaitā. Organizatoriem ir tiesības izmantot mārketinga un reklāmas mērķiem skrējiena laikā uzņemtās fotogrāfijas un video materiālus bez saskaņošanas ar tajās redzamajiem cilvēkiem.