

NOLIKUMS

SKRĒJIENAM "Patriotu skrējiens"

1. Sacensību mērķis

- 1.1. Popularizēt skriešanu kā veselīgu dzīvesveidu Valkas novada skolēnu, jauniešu un pieaugušo vidū;
- 1.2. Veicināt izpratni par skrējieniem šķēršļotā apvidū Valkas novada skolēnu, jauniešu un pieaugušo vidū.

2. Vadība

2.1. Sacensības organizē Valkas novada dome sadarbībā ar Valkas jaunsargu vienību, Valkas jauniešu domi un ar uzaicinātiem tiesnešiem.

3. Norises vieta un laiks

3.1. Skrējiens notiks 2014. gada 12. novembrī Valkā, mežā pie estrādes (seriāla "Optimists" starta vietā), sākums plkst. 14:00, reģistrēšanās skrējienam no plkst. 13:15 – 13:55 starta vietā. Skrējiena galvenais tiesnesis – Māris Koops.

4. Dalībnieki

4.1. Skolēni, kuri sacensību dienā sasnieguši 12 gadu vecumu, jaunieši un pieaugušie; startē individuāli, atsevišķi meitenes un zēni, sievietes un vīrieši.

4.2. Sacensības noris sekojošās grupās:

Pusaudži vecumā no 12 – 14 gadiem;

Jaunieši vecumā no 15 – 17 gadiem;

Pieaugušie, sākot no 18 gadiem.

4.3. Dalībai sacensībās var pieteikties jebkura persona, kuras veselības stāvoklis atļauj veikt izvēlēto distanci, atbilstoši starta grupai, un kurš ir piekritis izpildīt visus sacensību rīkotāju uzstādītos noteikumus. Par nepilngadīgiem dalībniekiem atbild viņu vecāki, skolotāji, treneri vai pavadošās (pilngadīgās) personas.

Katrs dalībnieks par savu veselības stāvokli atbild pats!

5. Distance

5.1. Sacensības notiek marķētā un šķēršļotā trasē.

5.2. Trases garums – 1250 m

5.3. Dalībniekiem strikti jāievēro distance. Ja kādu apstākļu dēļ dalībnieks iziet ārpus trases, tam jāatgriežas trasē precīzi tajā pašā vietā, kur tā tika pamesta. Nelabvēlīgu laika apstākļu dēļ (stiprs lietus, sniegš, apledošanās u.tml.) trase var tikt mainīta.

6. Ekipējums un drošība

6.1. Obligātā ekipējuma nav. Tiek rekomendēti sporta apavi, vēja necaurlaidīgās garās bikses un krekls, jaka ar garajām piedurknēm, cimdi un cepure. Apģērbam jābūt atbilstoši laikapstākļiem.

6.2. Dalībniekam numuram jābūt piestiprinātam krūšu rajonā virs apģērba.

7. Organizatoru nodrošinājums

7.1. Sacensību organizatori dalībniekiem nodrošina medicīnisko personālu, kurš sniegs medicīnisko palīdzību traumai gadījumos.

8. Dalības maksa

8.1. Dalība sacensībās ir bez maksas

9. Sacensību programma

9.1. Reģistrācija sacensībām no plkst. 13:15 – 13:55 starta vietā

Sacensību sākums plkst. 14:00

Plkst. 14:00 startē 12 – 14 g. v. meitenes;

Plkst. 14:10 startē 12. – 14 g. v. zēni*;

Plkst. 14:20 startē 15 – 17 jauniešies*;

Plkst. 14:30 startē 15 – 17 g. v. jaunieši

Plkst. 14:40 startē 18 g. v. un vecākas sievietes*;

Plkst. 14:50 startē 18 g. v. un vecāki vīrieši*.

*- starta laiki var tikt mainīti.

10. Apbalvošana

10.1. 1.– 3. vietu ieguvēji savā grupā saņem diplomu un piemiņas balvu.