

# Starptautiskās sacensības “Valkas četrcīņa 2020”

## Nolikums

### I Mērķis

Popularizēt un veicināt sportiski aktīvu un veselīgu dzīvesveidu, nodarbojoties ar sportu visu gadu. Radīt iespēju ikvienam cilvēkam sistemātiski nodarboties ar dažādiem sporta veidiem. Noskaidrot labākos un daudzpusīgākos sportistus dažādās vecuma grupās. Organizēt sacensības plašam sabiedrības lokam, izmantojot pierobežas Latvijas-Igaunijas ģeogrāfisko atrašanās vietu.

### II Dalībnieki

Sacensībās piedalās visi, kuriem ir vēlēšanās pārbaudīt savas fiziskās spējas. „Valkas četrcīņa” 2020. gada sezonā labākie dalībnieki tiek apbalvoti katrā sacensību posmā un kopvērtējumā, komandas cīnās tikai kopvērtējumā.

### III Sacensību kalendārs, starta laiki, distance un vieta

**Latvijas – Igaunijas skrējieni 11.04.** plkst.13.00 Valgas pilsētas stadions (Vadabuse ielā). Reģistrācija un numuru izņemšana no 9:30 – 12:30. Bērnu skrējieni 11:00, reģistrācija bērnu skrējieniem 9:30 – 10:30.

10 km distance maksimālais punktu skaits 1000;

5km distances maksimālais punktu skaits 600;

**Šosejas riteņbraukšana Valkas – Naukšēni - Valka 14.06.** plkst. 11.00; starts un finišs Valkā, Varoņu un Tālavas ielu krustojumā. Sacensības notiek saskaņā ar UCI noteikumiem. Reģistrācija sacensībām no plkst. 9:00.

87 km (Valka-Kārķi-Naukšēni-Kārķi-Valka) – 1000 punkti;

60 km (Valka-Kārķi-Valka) – 800 punkti;

30 km (Valka-Ērgeme-Valka) – 600 punkti.

**MTB riteņbraukšana „Apkārt Zāģezeram” 29.08.** plkst.11.00. Valkas pilsētas estrāde. Reģistrācija sacensībām no plkst. 9:30.

42 km distance – 1000 punkti;

21 km distance – 800 punkti;

10 km distance – 600 punkti.

**Sacensības “Apkārt Zāģezeram” 04.10.** plkst 11.00 Zāģezers. Reģistrācija sacensībām no plkst. 9:30, Valkas pilsēta, atpūtas vieta ” Zāģezers”.

9,9 km distance – 1000 punkti;

5 km distance – 800 punkti;

3 km distance – 600 punkti.

**Sacensību organizatori var veikt izmaiņas nolikumā, kā arī sacensību vietas, datuma izvēlē. Sekojiet informācijai <http://valka.lv/sports>**

## **IV Vērtēšana**

### **Individuālais vērtējums**

Visi dalībnieki saņem reitinga punktus atbilstoši norādītajai distances vērtībai proporcionāli pret distances uzvarētāju. Sacensību seriālā katrā posmā ir vairākas distances, kas tiek gradētas pēc garuma un maksimālā punktu skaita. Katras distances absolūtā uzvarētāja laiks tiek dalīts ar katra dalībnieka laiku un pareizināts ar koeficientu – 1000, 800 vai 600, atkarībā no trases garuma. Individuālajā kopvērtējumā tiek vērtēti sacensību posmos izcīnīto reitinga punktu summa un apbalvoti absolūtie 10 labākie sievietes un vīriešu konkurencē. Vienādu punktu gadījumā augstāku vietu iegūst dalībnieks, kam vairāk punktu šosejas riteņbraukšanas sacensībās Valka – Naukšēni – Valka..

Dalībniekiem ar vienādu finiša laiku augstākos punktus saņem dalībnieks, kurš iegūvis augstāku vietu sacensībās (foto finišs).

### **Komandu vērtējums**

Komandu var veidot jebkādas interešu grupas – sporta klubi, uzņēmumi, ģimenes, radniecības, vecuma grupu pārstāvji (neatkarīgi – sievietes vai vīrieši). Katrās sacensībās tiek summēts visu komandas dalībnieku iegūtais punktu skaits. Piederību komandai nosaka katrs dalībnieks, piesakoties uz attiecīgo posmu, **pēc sacensībām korekcijas komandas izvēlē netiek pieņemtas**. Sezonas laikā dalībnieks drīkst pārstāvēt tikai vienu komandu! Ja dalībnieks sacensībās nav pārstāvējis nevienu komandu, tad nākamajā četrcīņas posmā viņš drīkst startēt jaunas komandas sastāvā!

Komandu kopvērtējuma rezultāti tiek noteikti pēc punktu summas.

## **V Apbalvošana**

### **Sacensībās**

#### **Latvijas – Igaunijas skrējiens**

Distanču absolūtajā vērtējumā vīriešiem un sievietēm dāvanu kartes:

10km: 1.v.- 80 eiro, 2.v.- 50 eiro, 3.v.- 30 eiro.

5km: 1.v.- 40 eiro, 2.v.- 25 eiro, 3.v.- 15 eiro.

Vecuma grupas 5km un 10km distancēm:

Vīrieši: M 16 (dz. 2005. g. un vecāki), M40+, M50+

Sievietes: N16 (dz. 2005. g. un vecāki) N40+, N50+

Vecumā grupās apbalvoti tiek grupu uzvarētāji

#### **Šosejas riteņbraukšana**

Atbilstoši Latvijas riteņbraukšanas federācijas šosejas sacensību organizēšanas noteikumiem 2020. gadā, šosejas riteņbraukšanas posma garās distances (87km) absolūtajiem uzvarētājiem (gan sievietes, gan vīrieši) – 1.100.-EUR, 2.v.- 75.-EUR, 3.v.- 50.-EUR, 4.v.- 40.-EUR, 5.v.- 30.-EUR, 6.v.- 20.-EUR; vidējās distances (60km) 1.-3.v.-balvas (sievietēm, vīriešiem); īsās distances (30km) uzvarētājiem – balvas (sieviete,

vīrietis). 87km un 60 km distanču grupu uzvarētājiem balvas.

Vecuma grupas:

Vīrieši: V18, V30, V40, V55+

Sievietes: S18, S30, S40, S55+

### **MTB riteņbraukšana „Apkārt Zāģezeram”**

MTB garās distances (42km) uzvarētājiem sieviešu un vīriešu konkurencē naudas balvas:

1.v.- 50.- EUR, 2.v.- 30.-EUR, 3.v.- 20.-EUR.

42km un 21km distances grupu uzvarētājiem balvas.

Vecuma grupas:

Vīrieši: V18, V30, V40, V55, V55+

Sievietes: S18, S30, S40, S55, S55+

### **Apkārt Zāģezeram**

Garās distances uzvarētājiem sieviešu un vīriešu konkurencē naudas balvas:

1.v.- 50.- EUR, 2.v.- 30.-EUR, 3.v.- 20.-EUR.

Garās un vidējās distances grupu uzvarētājiem balvas.

Vecuma grupas:

Vīrieši: V18, V30, V40, V55, V55+

Sievietes: S18, S30, S40, S55, S55+

Visās sacensībās vecuma grupu uzvarētājus apbalvo ar piemiņas balvām (absolūtā vērtējuma apbalvotie nepiedalās grupu uzvarētāju apbalvošanā)

### **Četrcīņas kopvērtējums individuālā apbalvošana**

Četrcīņas kopvērtējuma apbalvošana notiks reizē ar Valkas novada „Sporta laureāts 2020” apbalvošanu. Kopvērtējumā ar dāvanu kartēm tiks apbalvoti 10 labākās sievietes un 10 labākie vīrieši rēķinot visu izcīnīto punktu summu neatkarīgi no vecuma grupas. Visi dalībnieki, kas sekmīgi finišējuši visās četrcīņas sacensībās, saņem speciālas piemiņas zīmes.

Vieta	1.	2.	3.	4.	5.	6.	7.	8.	9.	10.
Summa	100,-	90,-	80,-	70,-	60,-	50,-	40,-	30,-	20,-	10,-

Kopvērtējumā grupas uzvarētājs, ja nav starp 10 labākajiem kopvērtējuma dalībniekiem, saņem piemiņas balvu.

### **Četrcīņas kopvērtējums komandu apbalvošana**

Labākās komandas tiek apbalvotas ar kausu un dāvanu kartēm Kopvērtējumā tiek ieskaitīti visi komandas dalībnieku punkti neatkarībā no vietas vai grupas. Čempioni tiek noteikti summējot visus komandas dalībnieku punktus sezonas laikā.

Vieta	1.	2.	3.
-------	----	----	----

Summa	150,-	100,-	50,-
-------	-------	-------	------

## VI Drošība

Katrs dalībnieks saņemot sacensību numuru, ar savu parakstu apliecina, ka uzņemas pilnu atbildību par savas veselības atbilstību distances veikšanai, kā arī ievēro sacensību noteikumus un nolikumu. Sacensību organizatori neatbild par dalībnieku iespējamām traumām sacensību laikā. Šosejas riteņbraukšanas sacensībās un MTB jeb kalnu riteņbraukšanas galvenajā trasē var doties bērni sākot no 10 gadu vecuma, ja ir iegūta riteņbraucēja apliecība, pārējie startē bērnu sacensībās. **Riteņbraukšanas sacensībās dalībniekiem jāievēro spēkā esošie ceļu satiksmes noteikumi.**

## VII Pieteikšanās

Elektroniski [www.valka.lv](http://www.valka.lv) sadaļā sports – reģistrācija sacensībām vai sacensību dienā reģistrācijas vietā.

## VIII Dalības maksa

Sacensības	Ar pārskaitījumu	Sacensību dienā
Latvijas – Igaunijas skrējiens	5,00	10,00
Šosejas riteņbraukšana	5,00	10,00
Šosejas riteņbraukšana 87km	10,00	20,00
MTB riteņbraukšana	5,00	10,00
Sacensības “Apkārt Zāģezeram”	5,00	10,00
Distanču slēpošana	5,00	10,00
Sezonas aboniments	20,00	20,00

**Bērnu sacensības – bez maksas! Valkas nov. BJSS audzēkņiem bez maksas, iesniedzot dalībnieku sarakstu vismaz 7 dienas pirms pasākuma. Precīzāka informācija sacensību nolikumos!**

### **Dalības maksā ietilpst:**

Sacensību numurs, marķēta trase, laika un rezultātu uzskaitē, dzirdināšana trasē, diploms un balvas, atsevišķās sacensībās – tēja vai zupa.

**JA DALĪBAS MAKSA LĪDZ SACENSĪBU DIENAI NAV PĀRSKAITĪTA, SACENSĪBU DIENĀ JĀMAKSĀ PILNA MAKSA!!! DALĪBAS MAKSAS APMĒRU NOSAKA PĒC TĀ DATUMA, KAD TĀ TIEK MAKSĀTA, NEVIS PĒC PIETEIKŠANĀS DATUMA.**

**Maksāšanas rekvizīti:** „Atbalsts Valkai Biedrība”, Semināra ielā 29, Valka, LV4701, Reģ.Nr.40008063697, norēķinu konts LV 90 UNLA0050001012299, AS ”SEB Banka”, maksājuma mērķī norādīt – Dalības maksa Valkas četrciņai. Sacensību dienā jāuzrāda maksājuma uzdevums par veikto iemaksu.

## IX Dalībnieku apkalpošana (serviss)

Serviss trasē – sacensību trasē būs pieejams dzēriens, kā arī katram finišējušajam.

Mediķis būs pieejams starta/finiša vietā.

Visi dalībnieku rezultāti tiks apkopoti un ievietoti <http://www.valka.lv/sports> sadaļā sports – rezultāti un nolikumi.

Foto no sacensībām tiks ievietoti: [www.valka.lv](http://www.valka.lv) sadaļā foto. Sacensību organizatori drīkst bez dalībnieku piekrišanas izmantot sacensību laikā uzņemtās bildes, video un audio failus mārketinga aktivitātēs.

### **X Izmāņas sacensību nolikumā**

Organizatoriem ir tiesības izdarīt izmaiņas un papildinājumus Nolikumā. **Ja kādas no daudzcīņas sacensībām nenotiek laika apstākļu vai citu iemeslu dēļ, tad kopvērtējumā vērtē notikušo sacensību rezultātus.** Informāciju var saņemt pa tālruni: +371 29424580 - Māris Koops (sporta speciālists Valkas pilsētā). Sacensību seriālu organizē Valkas novada dome sadarbībā ar biedrību "Atbalsts Valkai". Sacensību galvenais tiesnesis – Māris Koops. Šosejas riteņbraukšanas galvenais tiesnesis – Agita Galviņa.