

## NOLIKUMS

### Valkas novada skriešanas seriāla “Optimists” “Pavasaris 2019” un “Rudens – 2019” 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 – 2019”

I kārtā – 25.aprīlis  
II kārtā – 2.maijs  
III kārtā – 9.maijs  
VI kārtā – 16.maijs  
V kārtā – 23.maijs  
VI kārtā – 30.maijs

#### “Rudens – 2019”

I kārtā – 5.septembris  
II kārtā – 12.septembris  
III kārtā – 19.septembris  
IV kārtā – 26.septembris  
V kārtā – 3.oktobris  
VI kārtā – 10.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
2012. gadā dzimušie un jaunāki	S – 0 – 1km	V – 0 – 1km
2008. – 2011.g. dzimušie	S – 1 – 1km	V – 1 – 1km
2005. – 2007.g. dzimušie	S – 2 – 1km	V – 2 – 2km
2002. – 2004.g. dzimušie	S – 3 – 2km	V – 3 – 3km
1990. – 2001.g. dzimušie	S – 4 – 2km	V – 4 – 3km
1980. – 1989.g. dzimušie	S – 5 – 2km	V – 5 – 3km
1970. – 1979.g. dzimušie	S – 6 – 2km	V – 6 – 3km
1960. - 1969. g. dzimušie	S - 7 - 2km	V – 7 – 3km
1959. 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 2019. gada 6. jūnijā, rudens kārtai - 2019. gada 17. 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.

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.