

1. Ziemas Nūjošanas Festivāls “Ienūjosim ziemā”



Nolikums

Festivāla mērķis: popularizēt nūjošanas aktivitāti fiziskās un garīgās veselības saglabāšanai un uzlabošanai, popularizēt nūjošanu ziemā, kā arī panākumu gūšanai sporta sacensībās.

Vieta un laiks: 1. Ziemas Nūjošanas Festivāls „Ienūjosim ziemā” notiks Peldu ielā 1 (Piedzīvojumu parks), Siguldā, Piedzīvojumu parkā 20.decembrī plkst. 12.00.

Festivāla rīkotājs: Latvijas Tautas sporta asociācija un Siguldas slēpošanas skola sadarbība ar „Nūjas pa gaisu”,

Dalībnieku grupas:

- 1. Ar laikas kontroli - distances garums: 7km**
 1. grupa - 1975.gadā dzimušie un jaunāki vīrieši, sievietes
 2. grupa - 1974.-1955.gadā dzimušie vīrieši, sievietes
 3. grupa - 1954.gadā dzimušie un vecāki vīrieši, sievietes
- 2. Pārgājiens bez laika kontroles - distances garums: 7km**

Tie, kas vēlas piedalīties nūjošanas sacensībās, bet trūkst priekšzināšanu, laipni aicināti uz nūjošanas tehnikas apgušanu nūjošanas instruktoru vadībā.

Nūjošanas festivāla programma:

- 10.30 – 11:40** – Reģistrācija, numuru, čipu saņemšana, nūju noma;
- 10:30 – 11:30** – Nūjošanas tehnikas apguve;
- 11:30 – 11:45** – Kopīga iesildīšanās;
- 11:50** – Atklāšana;
- 12:00** – Starts 1. Ziemas nūjošanas festivālam Siguldā;
- 12:00 – 14:30** Iespēja piedalīties atrakcijās, degustācijās, karsta tēja visiem festivāla dalībniekiem;
- 14:45** – Apbalvošana.

Apbalvošana:

- 3.** 1.-3.vietu ieguvējus visās vecuma grupās apbalvo ar diplomiem un medaļām. **(Balvu fonds)**

Dalības maksa:

Ar laikas kontroli - 5,00 EUR

Senioriem, kas dzimuši 1954.gadā vai agrāk, dalība maksa - 2,50 EUR.

Pārgājiens - 2,00 EUR

Pieteikšanās un reģistrācija:

Pieteikšanās LTSA mājas lapā: www.sportsvisiem.lv

Elektroniskā reģistrācija beidzas 24 stundas pirms sacensību sākuma.

Sacensību noteikumi

Dalībnieks tiek diskvalificēts, ja:

1. pārvietojas ar skriešanas vai lēcianu kustībām;
2. nelieto nūjas atbilstoši nūjošanas tehnikai (nūjas nevirza blakus ķermenim un uz katru soli nepieskaras ar nūjas galu zemei);
3. kavē citus dalībniekus;
4. pārāk dziļi ieliecas ceļos, izmantojot slēpošanas tehniku;
5. atstāj trasi;
6. saīsina trasi, izmantojot īsāku ceļu līdz finišam.

Atbilstoši diskvalifikācijas nosacījumiem, trases tiesnesim ir tiesības izteikt brīdinājumu vai diskvalificēt Dalībnieku. Sacensību laikā dalībnieks var saņemt divus brīdinājumus. Par katru brīdinājumu Dalībniekam pie trases finiša laika tiek pieskaitītas 2 minūtes. Par sacensību noteikumu pārkāpumu, pēc otrā brīdinājuma, Dalībnieks tiek diskvalificēts. Par sacensību noteikumu rupju pārkāpumu (piemēram, skriešanu) tiesnesis var diskvalificēt sacensību Dalībnieku uzreiz, bez brīdinājuma izteikšanas.