



**CETURTAIS LATVIJAS ČEMPIONĀTS ATLĒTISKAJĀ VINGROŠANĀ
(SESTAIS POSMS – “VIEGLATLĒTIKA”)
NOLIKUMS**

1. Mērķis un uzdevumi

- Popularizēt veselīgu dzīvesveidu Latvijā;
- Popularizēt atlētisko vingrošanu Latvijas iedzīvotāju vidū;
- Iesaistīt Latvijas iedzīvotājus sporta aktivitātēs, reģionos, tuvu dzīves vietām
- Noskaidrot labākos disciplīnās, noskaidrot absolūtos uzvarētājus.

2. Vieta un laiks

- Sacensības notiek 2019.gada 28.septembrī Ropažos.
- Dalībnieku reģistrācija no plkst. **11.00.** līdz plkst. **11.50.**

3. Sacensību vadība

- Sacensības organizē un vada Ropažu novada pašvaldība sadarbībā ar Ziemeļvidzemes atlētu savienību (turpmāk ZAS) un Latvijas Tautas sporta asociāciju.
- Čempionāta posma sacensību galvenais tiesnesis: Haralds Bruņinieks
- Čempionāta posma sacensību sekretārs: Andris Šalgūns;
- Uzziņas pa tālruni +371 29495904.

4. Dalībnieki

- Sacensībās var piedalīties dalībnieki no 12 gadu vecuma. Nepilngadīgie dalībnieki sacensībās drīkst piedalīties tikai aizpildītu un parakstītu vecāku vai aizbildņu atļauju.
- Dalībnieki klasificējas grupās:

U15	2004-2006.gadā dzimušie pusaudži
U18	2001-2003.gadā dzimušie jaunieši
Invalīdi	Vīriešu dzim. pārstāvji
V1	1980. gadā dzimušie un jaunāki vīrieši
V2	1979.–1970. gadā dzimušie vīrieši
V3	1969. gadā dzimušie un vecāki vīrieši
U18	2001-2003.gadā dzimušās jaunietes
Invalīdi	Sieviešu dzim.pārstāvji
S1	1980 gadā dzimušas un jaunākas sievietes
S2	1979.–1970. gadā dzimušas sievietes
S3	1969. gadā dzimušas un vecākas sievietes

5. Sacensību programma

- 11.00 - dalībnieku reģistrācija;
- Ap plkst. 12.00 - svinīgā atklāšana;
- No 12.10 - sacensības;
- no 14.00 - dalībnieku apbalvošana.

6. Vingrinājumu izpildes noteikumi

Katram sacensību dalībniekam jāizpilda 4 disciplīnas.

1. disciplīna - 60 metru skrējiens,
2. disciplīna – tāllēkšana.
3. disciplīna- granātas mešana,
4. disciplīna -1000 metru kross.

7. Vērtēšana

- Katrā disciplīnā visās grupās tiek noteikti un vērtēti disciplīnas uzvarētāji pa vecuma un dzimuma grupām.
- Tiek vērtēti posma labākie divās kategorijās: sieviešu un vīriešu, nosakot „absolūtos uzvarētājus“, kuri tiek noteikti, pamatojoties uz visu četru disciplīnu kopējo rezultātu. Kopējo rezultātu aprēķina, piešķirot punktus par izcīnīto vietu disciplīnā (Skat. tabula).
- Augstāka vieta dalībniekiem, kam lielāka visās četrās disciplīnās iegūto punktu summa. Vienāda punktu skaita gadījumā – augstāka vieta dalībniekam, kam vairāk augstāku vietu.

Tabula punktu piešķiršanai „absolūtā uzvarētāja” noteikšanai

1.vieta – 100 p.	7.vieta - 36 p.	13.vieta - 20 p.	19.vieta - 12 p.	25.vieta - 6 p.
2.vieta - 80 p.	8.vieta - 32 p.	14.vieta - 18 p.	20.vieta - 11 p.	26.vieta - 5 p.
3.vieta – 60 p.	9.vieta - 29 p.	15.vieta - 16 p.	21.vieta - 10 p.	27.vieta - 4 p.
4.vieta - 50 p.	10.vieta - 26 p.	16.vieta - 15 p.	22.vieta - 9 p.	28.vieta - 3 p.
5.vieta - 45 p.	11.vieta - 24 p.	17.vieta - 14 p.	23.vieta - 8 p.	29.vieta - 2 p.
6.vieta – 40 p.	12.vieta - 22 p.	18.vieta - 13 p.	24.vieta - 7 p.	30.vieta - 1 p.

8. Apbalvošana

- Tiek apbalvoti ar medaļām 1.- 3. vietas ieguvēji visu četru disciplīnu kopvērtējumā grupās.
- “Absolūtie uzvarētāji” sieviešu un vīriešu dzimuma grupās 1. – 3. vietu ieguvēji saņem LTSA veicināšanas balvas.

9. Izdevumi.

- Dalība un starti sacensībās bez maksas.
- Sacensību rīkošanas izdevumus – sacensību organizēšana, tiesnešu apmaksa, apbalvojumi sedz Ropažu novada pasvaldība, LTSA, biedrība “ZAS”.
- Visi citi izdevumi, kas saistīti ar dalībnieka uzturēšanos un piedalīšanos sacensībās (transports, ēdināšana, veselības apdrošināšana u.c.) sedz dalībnieks vai komandējošās organizācija.

10. Dalībnieku reģistrācija

- Vēlama iepriekšējā pieteikšanās sacensībām pa e-pastu haraldsbruninieks@gmail.com, Sacensību pieteikumu standartizētā veidlapa ZAS mājas lapā www.zas.lv.

11. Īpašie nosacījumi

- Dalībnieks atbildīgs par savu personīgo veselību sacensību laikā (sk.veidlapu www.zas.lv.)

- Nepilngadīgajiem dalībniekiem atļauts piedalīties tikai ar vecāku (aizbildņu) rakstisku atļauju (skat. paraugu [www. zas.lv](http://www.zas.lv), vai <http://ropazi.lv/lv/sports/ropazu-sporta-centrs/>). Sacensību rīkotājiem ir tiesības mainīt kategoriju sadalījumu, ja tajās nav pilns dalībnieku skaits (vismaz 3. dalībnieki).

- **Pasākumu atbalsta:**



ZAs