



ZAS



LSFP  
LATVIJAS SPORTA FEDERĀCIJU PADOME

APSTIPRINU \_\_\_\_\_

Latvijas Tautas sporta Asociācijas  
valdes locekle Gaļina Gorbottenkova  
2020. gada 12. augustā

## PIEKTAIS LATVIJAS ČEMPIONĀTS ATLĒTISKAJĀ VINGROŠANĀ (CETURTAIS POSMS-„RITEŅBRAUKŠANA”)

### NOLIKUMS

#### 1. Mērķis un uzdevumi

- Popularizēt veselīgu dzīvesveidu Latvijā;
- Popularizēt atlētisko vingrošanu Latvijas iedzīvotāju vidū;
- Iesaistīt Latvijas iedzīvotājus aktīvās sporta aktivitātēs;

#### 2. Vieta un laiks

- Sacensības notiks 2020.gada 12. septembrī plkst. 10.00 Valmierā.
- Dalībnieku reģistrācija no plkst. 10.00 līdz plkst. 10.55, Ausekļa ielā 31, Valmierā
- Dalībniekiem jāuzrāda dzimšanas datu apliecinošs dokuments

#### 3. Sacensību vadība

- Sacensības organizē un vada Ziemeļvidzemes atlētu savienība (turpmāk ZAS) sadarbībā ar Latvijas Tautas sporta asociāciju.
- Sacensību galvenais tiesnesis: Haralds Bruņinieks
- Sacensību sekretārs: Andris Šalgūns
- Uzziņas pa tālruni +37129495904

#### 4. Dalībnieki

Sacensībās var piedalīties jebkurš dalībnieks, kas spēj veikt paredzēto distanci. Dalībnieki līdz 18 gadu vecumam sacensībās drīkst piedalīties tikai ar iepriekš izdrukātu, aizpildītu un parakstītu vecāku vai aizbildņu atļauju.

#### 5. Sacensību programma

- 10.00 - 10.55- dalībnieku reģistrācija
- 11.00 - svinīgā atklāšana
- 11.05 - Starts
- 13.00-14.00 - dalībnieku apbalvošana

#### 6. Riteņbraukšanas izpildes noteikumi

Katram sacensību dalībniekam jāveic paredzētā distance 30 km.

##### Vērtēšana

Katrs sacensību dalībnieks, kurš veicis distanci par dalību sacensību ceturtajā posmā vērtējumā saņems 32. punktus.

#### 8. Apbalvošana

Visi sacensību dalībnieki saņems piemiņas medaļu.

#### 9. Dalībnieku reģistrācija

Pieteikšanās sacensībām pa e-pastu [haraldsbruninieks@gmail.com](mailto:haraldsbruninieks@gmail.com), vai sūtot pa pastu uz adresi: Ziemeļvidzemes atlētu savienība, Ausekļa iela 31, Valmiera, LV-4201. Sacensību pieteikumu standartizētā veidlapa ZAS mājas lapā [www.zas.lv](http://www.zas.lv).

#### 10. Īpašie nosacījumi

Dalībniekam ir nepieciešama ārsta atļauja startēt sacensībās. Startējot bez tās dalībnieks pats uzņemas atbildību par savu veselības stāvokli. (sk. veidlapu) Dalībnieki, kas jaunāki par 18 gadiem bez ārsta, vai vecāku atļaujas netiks pielaisti sacensību dalībai (vecāku atļaujas paraugu skatīt otrajā pielikumā).