

## Jūrmalas skriešanas svētki

04.05.2023

### SACENSĪBU NOLIKUMS

#### Mērķis un uzdevumi

- Jūrmalas valstspilsētas iedzīvotāju, it īpaši bērnu un jauniešu, aktīva līdzdalība sporta un aktīvās atpūtas pasākumos.
- Sabiedrības informēšana un līdzdalība sporta un aktīvās atpūtas pasākumos veicināšana.
- Veicināt aktīvu un veselīgu dzīvesveidu.
- Veicināt skriešanas un nūjošanas popularitāti kā veselīga un sportiska dzīves veida sastāvdaļu.
- Popularizēt Jūrmalu kā veselīga dzīvesveida pilsētu.

#### Organizators

Sacensības organizē SIA "Alpha Baltic Media" un Jūrmalas valstspilsētas pašvaldība sadarbībā ar Latvijas Tautas sporta asociāciju.

#### Distances

- **Nūjošana 5 km distance (tautas klase).** Starta/finiša zona atrodas Jūrmalas pludmalē. Trase marķēta Jūrmalas pludmalē. Trases segums 100% smiltis. Dalībnieki startē vīriešu un sieviešu konkurencē bez dalījuma vecuma grupās. Laika limits 2 stundas.
- **Nūjošana 10 km distance (sporta klase).** Starta/finiša zona atrodas Jūrmalas pludmalē. Trase marķēta Jūrmalas pludmalē. Trases segums 100% smiltis. Dalībnieki startē vīriešu un sieviešu konkurencē četrās vecuma grupās. Laika limits 2 stundas.
- **Nūjošana 21 km distance (sporta klase).** Starta/finiša zona atrodas Majoru pludmalē. Trase marķēta Jūrmalas pludmalē. Trases segums 100% smiltis. Dalībnieki startē vīriešu un sieviešu konkurencē trijās vecuma grupās. Laika limits 3,5 stundas.

#### Sacensību programma

##### Sacensības notiek 2023. gada 4.maijā Jūrmalā.

Starta/finiša zona atrodas pludmales nogabalā posmā no Tirgoņu ielas Dubultu virzienā līdz pludmales nogabalam Emelīnas iela - Pūpolu iela.

8:30	Sākas reģistrācija un numuru izsniegšana
9:00	Beidzas reģistrācijas 21 km nūjošanas distancei
9:30	Beidzas numuru izsniegšana 21 km nūjošanas distancei
9:50	Atvērti starta koridori 21 km nūjošanai

10:00	Starts 21 km nūjošanai
10:30	Beidzas reģistrācija 10 km un 5 km nūjošanai
11:00	Beidzas numuru izsniegšana 10 km un 5 km nūjošanai
11:20	Atvērti starta koridori 10 km un 5 km nūjošanai
11:30	Starts 10 km un 5km nūjošanai
~13:15	Apbalvošana nūjošanas distancēm
13:30	Laika limits 21 km nūjošanai
13:30	Laika limits 10 km un 5 km nūjošanai
15:30	Laika limits 10 km un 5 km skrējienam

Apbalvošana paredzēta pēc katras distances finiša

**!!! Starta laiki var tikt nedaudz mainīti, atkarībā no dalībnieku skaita un laika apstākļiem, par to savlaicīgi paziņojot.**

### Reģistrācija

- Iepriekšējā reģistrācija sacensībām beidzas 2.maijā plkst. 18:00
- Reģistrēties iespējams [www.maratoni.lv](http://www.maratoni.lv).

### Īpašie nosacījumi:

- Reģistrēšanās procesā pieteikumā pieļautās neprecizitātes iespējams labot līdz 02.05. plkst. 18:00, par to paziņojot rakstiski uz e-pastu: [info@maratoni.lv](mailto:info@maratoni.lv).
- Ja dalībnieks vēlas pārreģistrēties uz citu distanci, to ir jāpiesaka līdz reģistrācijas pēdējai dienai – 02.05. plkst. 18:00., rakstot uz [info@maratoni.lv](mailto:info@maratoni.lv).

### Reģistrācija sacensību dienā:

Reģistrācija notiek pasākuma norises vietā, reģistrācijas teltī, sākot no plkst. 8:30. Dalībnieku reģistrēšanās katrai distancei beidzas stundu pirms starta

### Dalībniekiem tiek nodrošināts

- plaša izklaides programma visas dienas garumā
- katram finišējušam dalībniekam piemiņas medaļa
- dzirdināšanas punkti distancē
- profesionāli sagatavota trase
- profesionālu pārdevēju konsultācijas
- balvas no sacensību organizētājiem
- dalībnieka numurs un laika kontroles čips
- rezultātu nodrošināšana
- mantu glabātava
- mediķu palīdzība

### Starta vietu ieņemšana

- Skriešanas distancēs dalībnieki ieņem starta vietas atbilstoši skriešanas ātrumam
- Nūjošanas distancēs ir kopējs starts 5 km un 10 km distancēm katrai no sava starta koridora
- Starta numuri tiek piešķirti, balstoties uz reģistrēšanās datumu
- Bērnu distancē koridori tiek veidoti pēc vecuma grupām, meitenēm un zēniem atsevišķi

### Vietas koridoros:

<b>Bērnu skrējiens</b>				
<b>Koridors</b>	<b>1.</b>	<b>2.</b>	<b>3.</b>	<b>4.</b>
<b>Dz. gads</b>	2017. un jaunāki	2015.-2016. dz. gads	2013.-2014. dz. gads	2011.-2012. dz. gads
<b>Numuri</b>	zaļi	zili	sarkani	violeti

<b>Koridors</b>	<b>10 km skrējiens</b>	<b>5 km skrējiens</b>	<b>Nūjošana</b>
<b>1.</b>	ELITE	ELITE	5 km un 21 km
<b>2.</b>	00:38 - 00:44	00:17 - 00:24	10 km
<b>3.</b>	00:45 un lēnāk	00:25 un lēnāk	-

### Dalībnieka numurs

- Sacensību numurs dalībniekiem tiks izsniegts sacensību dienā reģistrācijas punktā.
- Numurus būs iespējams izņemt arī pirms pasākuma, par ko organizators informēs dalībniekus sociālajos tīklos un mājaslapā.
- Piedaloties sacensībās, numuram jābūt piestiprinātam pie krūtīm.
- Sacensību dalībniekiem tiks izsniegtas arī speciālas laika mērīšanas ierīces (čipi), kuras būs piestiprinātas numuriem otrā pusē. Čipu nedrīkst locīt vai kā savādāk bojāt.
- Starta numuru nedrīkst nodot citai personai.

### Vecuma grupas

<b>Nūjošanas distance (21 km)</b>			
<b>Sievietes</b>		<b>Vīrieši</b>	
SN10	1984. dz. gads un jaunākas	VN10	1984. dz. gads un jaunāki
SN20	1983.-1964. dz. gads	VN20	1983.-1964. dz. gads
SN30	1963. dz.g. un vecākas	VN30	1963. dz.g. un vecāki

<b>Nūjošanas distance (10 km)</b>			
<b>Sievietes</b>		<b>Vīrieši</b>	
SN1	1984. dz. gads un jaunākas	VN1	1984. dz. gads un jaunāki
SN2	1983.-1964. dz. gads	VN2	1983.-1964. dz. gads
SN3	1963.-1954. dz. gads	VN3	1963.-1954. dz. gads
SN4	1953. dz.g. un vecākas	VN4	1953. dz.g. un vecāki

<b>Nūjošanas distance (5 km)</b>			
Sievietes		Vīrieši	
SNE1	Jebkurš gads	VNE1	Jebkurš gads

### **Dalības maksa**

**Jūrmalas iedzīvotāju kartes īpašniekiem visās distancēs un bērniem vecumā līdz 7 gadiem (ieskaitot) bērnu skriešanas distancēs dalība pasākumā bez maksas.**

<b>Distance</b>	<b>Līdz 02.05</b>	<b>Sacensību dienā</b>
Bērnu skrējiens	<b>5</b>	<b>15</b>
5km skrējiens un nūjošana	<b>8</b>	<b>18</b>
10km skrējiens un nūjošana	<b>10</b>	<b>20</b>
21km nūjošana	<b>10</b>	<b>20</b>

### **Apbalvošana**

- Katras konkrētās distances apbalvošanas ceremonijas notiek, līdzko tiesneši ir apkopojuši rezultātus. Aptuvenais gaidīšanas laiks līdz 1 stundai.
- Pēc pasākuma atbalstītāju lūguma visiem sacensību dalībniekiem jāpiedalās apbalvošanas ceremonijā. Neierodoties uz apbalvošanu, balva netiks izsniegta.
- Vecumu grupu apbalvošana notiek sekojošās distancēs: 10 km skrējiens, 5 km skrējiens, 21km nūjošana, 10km nūjošana, 5km nūjošana, bērnu distance ar balvām no sacensību organizētājiem.
- Visiem dalībniekiem finišā tiek pasniegta medaļa.

### **Nūjošanas sacensību noteikumi:**

- Nūjošanas sacensību dalībnieks izturas ar cieņu un respektu pret citiem nūjotājiem un nekavē citus dalībniekus ne fiziski (grūstīšanās, bloķēšana ar ķermeni vai nūjām), ne mutiski izsakot replikas.
- Sacensību laikā dalībniekam ir piesprausts numurs krūšu rajonā, labi redzamā vietā.
- Dalībnieks nūjo atbilstoši nūjošanas tehnikai - rokas (nūjas) virza paralēli ķermenim iešanas virzienā un uz katru soli atgrūžas ar nūju no zemes (labā nūja pieskaras zemei vienlaikus ar kreiso pēdu un kreisā nūja - vienlaikus ar labo pēdu, abas pēdas nedrīkst būt vienlaicīgi atrautas no zemes). Atgrūžoties roka ir jāvirza atpakaļ vismaz līdz gurnam (nūjas novietošanas brīdis sakrīt ar brīdi, kad pretējās kājas papēdis pieskaras zemei).
- Dalībnieks nepārvietojas ar skriešanas vai lēcieni kustībām, vai ieliecies ceļos (slēpošanas tehnikā).
- Atridoties trasē, nūjas netiek celtas (vicinātas) ar aso galu uz augšu vai horizontālā virzienā.

- Sacensību laikā trasē aizliegts nūjas novietot guļus uz zemes.
- Ja dalībniekam ir nepieciešams pielāgot nūjas (mainīt nūju garumu, mainīt roktura cimdīņa lielumu) vai mainīt nūjām asfalta uzgaļus, tad dalībnieks to dara, noejot trases malā, bet neizejot no trases.
- Ja sacensību laikā ir nepieciešama apstāšanās ar nūju noņemšanu no rokas/ām, dalībnieks rūpīgi uzmana, lai nūjas būtu vertikāli atstutētas pret sevi un būtu cieši klāt.
- Sacensību dzeršanas punktos ir atļauts nenoņemt nūjas no rokām un padzerties turpinot iešanu uz priekšu. Dzerot ir atļauts nelietot nūjošanas tehniku aptuveni 10 m, bet aizliegts skriet.
- Aizliegts saīsināt trasi, izmantojot īsāku ceļu līdz finišam.
- Dalībnieks tiek brīdināts vai diskvalificēts, ja neievēro sacensību noteikumus.
- 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 trešā brīdinājuma dalībnieks tiek diskvalificēts. Par sacensību noteikumu rupju pārkāpumu (piemēram, skriešanu, trases saīsināšanu, sacensību noteikumu 1. punkta neievērošanu) tiesnesis var diskvalificēt sacensību dalībnieku uzreiz, bez brīdinājuma izteikšanas.

### **Aktivitātes sacensību vietā**

- ēdināšana par maksu;
- dažādas aktivitātes ģimenēm un bērniem;
- izbraukuma tirdzniecība;
- pasākuma vadītājs un DJ priekšnesums;
- balvas no organizētājiem;
- svinīgā apbalvošanas ceremonija;

### **Sacensību atcelšana un pārcelšana**

- Sacensības var tikt atceltas vai pārceltas nepārvaramu dabas apstākļu dēļ (vētra, plūdi utt.), kas radītu draudus dalībnieku veselībai un dzīvībai, par to paziņojot organizatoru mājas lapā, izsūtot e-pastu datu bāzē pieejamajiem sportistiem, kā arī izziņojot masu medijos. Šādos gadījumos dalības maksa netiek atgriezta.

### **Vispārīgie noteikumi**

- Katrs sacensību dalībnieks, saņemot numuru, ar parakstu apliecina, ka uzņemas pilnu atbildību par savas veselības atbildību izvēlētajās distancēs veikšanai.
- Piesakoties sacensībām visi dalībnieki apliecina, ka neiebilst sacensību laikā uzņemto fotogrāfiju izmantošanai sacensību mārketinga un reklāmas aktivitātēm.
- Sacensību organizatori nav atbildīgi par dalībnieku iespējamām traumām sacensību laikā, bet nodrošina neatliekamās medicīniskās palīdzības klātbūtni sacensībās.
- Sacensību organizatori neuzņemas atbildību par dalībniekiem, kuri neiekļaujas trašu veikšanas noteiktajā limitā.
- Sacensību distancēs veikšanas laikā jāievēro tiesneša norādītais maršruts un distancēs koridors, no kura dalībnieks dodas distancē.
- Patvaļīgi saīsinot distanci, dalībnieks tiek diskvalificēts.
- Tiesnešu kolēģijai kopā ar organizatoriem ir tiesības izlemt jautājumus, kuri nav minēti sacensību nolikumā.
- Organizatori nav atbildīgi par dalībnieku nolikuma nezināšanu un neievērošanu.

- Par patvaļīgu numura izgatavošanu sods - rezultāta anulēšana.
- Sacensību dalībnieki, distances veikšanas laikā, ar savu darbību nedrīkst ietekmēt citus sacensību dalībniekus un to rezultātus.
- Jebkurš sacensību dalībnieks, kurš uzskata, ka ir ticis ierobežots ar kādu darbību, līdz šķērsojis finiša līniju, var iesniegt pretenziju galvenajam tiesnesim. Pretenzija jāiesniedz rakstiski 15 min. laikā pēc sava distances beigām. *Pretenzijas tiek pieņemtas, dalībniekam iemaksājot 30 eiro drošības naudu. Pamatotu pretenziju gadījumā nauda tiek atgriezta.*
- Provizoriskie rezultāti tiks publicēti [www.maratoni.lv](http://www.maratoni.lv) sacensību dienas vakarā
- Pretenzijas par rezultātiem jāiesūta uz e-pastu: [info@maratoni.lv](mailto:info@maratoni.lv) ne vēlāk kā nedēļas laikā pēc sacensību dienas.
- Pēc pretenziju, neprecizitāšu izvērtēšanas, apstiprinātie rezultāti tiek publicēti 1 nedēļu pēc sacensībām.
- Organizatoriem ir tiesības izdarīt izmaiņas un papildinājumus nolikumā. Informāciju var saņemt pa tālruni 67844425.
- Par nesaskaņotās reklāmas izvietojumu sacensību norises vietā, naudas sods 10 000 EIRO.