


Apstiprinu ANSS

metodinis 
L. Kļūtke

Direktors

NOLIKUMS

Aizkraukles novada sporta skolas pārbaudes sacensībām vieglatlētikā.

Mērķis un uzdevums. Pārbaudīt ANSS audzēkņu mācību- treniņu sasniegumu līmeni.

Noskaidrot kandidātus Latvijas mēroga sacensībām 2022./2023.mācību gadam.

Norises vieta un laiks. Sacensības notiks Aizkraukles sporta HALLĒ **2022.gada 10.decembrī.**

Sākums 11.00.

Dalībnieki un programma.

Sacensībās piedalās U-14 (2010.-2011.g.dz.zēni un meitenes)

Programmā 60m, augstlēkšana,pildbumbas mešana.

Nosacījumi.

Augstlēkšanā sākuma augstums 90 cm gan zēniem, gan meitenēm.

Pildbumbas mešanā tiek izpildīts vingrinājums "Metiens no apakšas uz priekšu",
meitenēm un zēniem 2 kg pildbumba.Katrs dalībnieks izpildīs 4 metienus.

60 m distancē būs finālskrējieni.

Piezīme:

Ā/k var piedalīties dalībnieki 60m vai A/I U-16, U-18 vecuma grupā.

Pieteikšanās.

Dalībniekus var pieteikt 15 min. pirms starta, katrā no disciplīnām.

Tiesneši.

Sacensību tiesnešus nodrošina sacensību galvenais tiesnesis M.Holsts.

Apbalvošana.

Katrā disciplīnā apbalvos 3 labāko rezultātu uzrādītājus ar ANSS medaļām.

Rezultātu apkopojums. Visi rezultāti tiks ieregistrēti LVS mājaslapā **Lat-athletics.lv.**

Drošības noteikumi.

Visiem dalībniekiem jābūt iepazīstinātiem ar drošības noteikumiem sacensību laikā, par ko apliecina audzēkņu paraksti "Mācību darba uzskaites žurnālā".