

Apstiprinu:  
Valmieras Sporta skolas direktore  
L.Dzene

Apstiprinu:  
Valmieras vieglatlētikas kluba  
valdes priekšsēdētājs  
V.Karlivāns

## NOLIKUMS

### “Ziemassvētku kauss 2021” vieglatlētikā

#### SACENSĪBU MĒRĶIS

1. Popularizēt un attīstīt vieglatlētiku Valmieras novadā;
2. Veicināt sportistu rezultātu izaugsmi;
3. Veicināt sadarbību starp sporta skolām un klubiem.

#### VADĪBA

Sacensības organizē Valmieras Sporta skola sadarbībā ar Valmieras vieglatlētikas klubu.

Sacensību galvenais tiesnesis Megija Stalberga (tel.27000440, e-pasta adrese: [megija.stalberga@valmiera.edu.lv](mailto:megija.stalberga@valmiera.edu.lv))

Sacensību galvenā sekretāre Līga Dzene (tel.29448010, e-pasta adrese: [liga.dzene@valmiera.edu.lv](mailto:liga.dzene@valmiera.edu.lv))

#### SACENSĪBU VIETA UN LAIKS

Sacensības notiks 2021.gada 17. un 18.decembrī.

Sacensības norisināsies Jāņa Daliņa manēžā, Jāņa Daliņa iela 2, Valmiera, LV-4201

Sacensību sākums 17.decembrī plkst. 14:00

18.decembrī plkst. 12:00

#### DALĪBNIEKI

U16 – 2007. – 2008. dz. zēni un meitenes. Startēt drīkst arī U14 vecuma grupas sportisti, kuriem vakcinācijas vai pārslimošanas sertifikāts, bet startēs pie U16 vecuma grupas.

Pieaugušie – 2006. gadā dzimušie un vecāki vīrieši un sievietes

Dalībnieku skaits ierobežots, kopējais dalībnieku skaits sacensībās līdz 250 personas.

#### PROGRAMMA

17. decembrī (U16): 60m, 60 m/b, 300m, 2000m, augstlēkšana, tāllēkšana, lodes grūšana

18.decembrī (P): 60m, 60 m/b, 200m, 800m, 2000m, augstlēkšana, tāllēkšana, lodes grūšana

#### NOTEIKUMI

Uzvarētājus nosaka atbilstoši pēc World Athletics vieglatlētikas sacensību noteikumiem.

<i>Disciplīna</i>	<i>Tehniskie nosacījumi</i>	<i>Kvalificēšanās nosacījumi nākamajai kārtai</i>
60 m/b (S U16)	12.00 – 8.00 – 76.2 (5)	Fināls: 1.-8.rezultāts pēc priekšskrējieniem
60 m/b (Z U16)	13.00 – 8.50 – 83.8 (5)	Fināls: 1.-8.rezultāts pēc priekšskrējieniem
60 m/b (S)	13.00 – 8.50 – 83.8 (5)	Fināls: 1.-8.rezultāts pēc priekšskrējieniem
60 m/b (V)	13.72 – 9.14 – 1.067 (5)	Fināls: 1.-8.rezultāts pēc priekšskrējieniem
60m (Visām grupām)	-	Fināls: 1.-8.rezultāts pēc priekšskrējieniem
200m (P)	-	Finālskrējieni
300m (U16)	-	Finālskrējieni
800m (P)	-	Finālskrējieni
2000m (visām grupām)	-	Finālskrējieni
Tāllēkšana (visām grupām)	-	Priekšsacīkstes: 3 mēģinājumi. Finālā 3 mēģinājumi 8 labāko rezultātu īpašniekiem pēc pirmajiem 3 mēģinājumiem.
Lodes grūšana (M U16)	Rīka svars – 3 kg	Priekšsacīkstes: 3 mēģinājumi. Finālā 3 mēģinājumi 8 labāko rezultātu īpašniekiem pēc pirmajiem 3 mēģinājumiem.
Lodes grūšana (S)	Rīka svars – 4 kg	Priekšsacīkstes: 3 mēģinājumi. Finālā 3 mēģinājumi 8 labāko rezultātu īpašniekiem pēc pirmajiem 3 mēģinājumiem.
Lodes grūšana (Z U16)	Rīka svars – 4 kg	Priekšsacīkstes: 3 mēģinājumi. Finālā 3 mēģinājumi 8 labāko rezultātu īpašniekiem pēc pirmajiem 3 mēģinājumiem.
Lodes grūšana (V)	Rīka svars – 7.26 kg	Priekšsacīkstes: 3 mēģinājumi. Finālā 3 mēģinājumi 8 labāko

		rezultātu īpašniekiem pēc pirmajiem 3 mēģinājumiem.
Augstlēcšana (M U16)	Sākuma augstums: 1.30m	Latīņas pacēlumi: 1.30-1.35-1.40-1.45-1.50-1.55-1.60-1.63-1.66-1.69-1.72-1.74-1.76...
Augstlēcšana (S)	Sākuma augstums: 1.40m	Latīņas pacēlumi: 1.40-1.45-1.50-1.55-1.60-1.63-1.66-1.69-1.72-1.74-1.76...
Augstlēcšana (Z U16)	Sākuma augstums: 1.45m	Latīņas pacēlumi: 1.45-1.50-1.55-1.60-1.63-1.66-1.69- 1.71-1.73...
Augstlēcšana (V)	Sākuma augstums: 1.60m	Latīņas pacēlumi: 1.60-1.65-1.70-1.75-1.80-1.83-1.86-1.89-1.92-1.94-1.96...

Sacensībās **AIZLIEGTS** piedalīties Latvijas izlases formās.

Dalībniekam izdotajam sacensību numuram ir jābūt kārtīgi piestiprinātam (četros stūros), numuram nedrīkst būt apgrieztas vai nolocītas malas. Ja šie nosacījumi nav izpildīti, tad dalībnieks netiek pielaists pie starta.

### **APBALVOŠANA**

Katrā disciplīnā 1.-3.vietu ieguvēji tiek apbalvoti ar organizatoru sarūpētām balvām. Apbalvošana klātienē notiek tikai individuāli.

### **SPORTISTU PIETEIKUMI**

Visus izdevumus, kuri saistīti ar dalībnieku piedalīšanos sacensībās, sedz komandējošā organizācija. Dalības maksa sacensībās EUR 5,00 no dalībnieka. Izdevumus, kuri saistīti ar sacensību organizēšanu, sedz Valmieras Sporta skola un Valmieras Vieglatlētikas klubs.

Pieteikšanās sacensībām LVS mājaslapā [www.athletics.lv](http://www.athletics.lv) līdz 2021.gada 14.decembrim plkst. 12:00. Tie sportisti vai organizācijas, kuriem/-ām nav piekļuves datu LVS statistikas sistēmai, sūta savus pieteikumus sacensību galvenajai sekretārei uz e-pastu [liga.dzene@valmiera.edu.lv](mailto:liga.dzene@valmiera.edu.lv) ar norādi ‘‘Ziemassvētku kauss 2021’’ vieglatlētikā. Pieteikumā jānorāda vārds, uzvārds, dzimšanas dati, pārstāvētā organizācija, persnīgais rezultāts un disciplīna.

No dalības maksas atbrīvoti Valmieras Sporta skolas audzēkņi un Valmieras Vieglatlētikas kluba sportisti.

Sporta klubiem un sporta skolām ne vēlāk kā 2 h līdz sacensību sākumam ir jāatsauc dalībnieki, kuri nepiedalīsies sacensībās, sūtot SMS uz tālr. nr.: 29448010 (Līga Dzene) norādot: sportista vārdu, uzvārdu, dzimumu un disciplīnu.

Dalībnieku ceļa, naktsmītnes un ēdināšanas izdevumus sedz komandējošā organizācija vai pats dalībnieks.

### **Covid-19 izplatības ierobežošanas pasākumi**

Sacensību organizatoriem, dalībniekiem, treneriem un citām personām, kuras atrodas sacensību norises vietā ir jāievēro valstī spēkā esošie MK Nr. 662 ‘‘Epidemioloģiskās drošības pasākumi Covid-19 infekcijas izplatības ierobežošanai’’ un MK rīkojums Nr. 720 ‘‘Par ārkārtējās situācijas izsludināšanu’’.

### **Citi nosacījumi**

**Katras komandas deleģējošajam pārstāvim, ierodoties sacensību vietā, jābūt sagatavotam pieteikto sportistu sarakstam, treneru un sportistu vakcinācijas vai pārslimošanas sertifikātam un pase/ID karte. Uzrādot nepieciešamo dokumentāciju, deleģējošais pārstāvis saņems dalībnieka starta numuru.**

**Visiem sacensību laikā jālieto sejas maska, izņemot sportistiem fizisko aktivitāšu laikā.**

**Manēžā drīkst pārvietoties tikai ar maiņas apaviem.**

Par nepilngadīgo dalībnieku veselības atbilstību sacensībām atbild organizācija, kas piesaka dalībnieku startam, vai tā likumīgais pārstāvis.

Par dalībnieka veselības atbilstību sacensībām atbild organizācija, kas piesaka dalībniekus, vai pats dalībnieks.

Sacensību laikā manēža drīkst atrasties vienlaicīgi ne vairāk kā **300 personas**.