

NOLIKUMS

Ādažu novada vieglatlētikas sacensības mešanas disciplīnās

1. Mērķis un uzdevums

Popularizēt un attīstīt vieglatlētiķu Ādažu novadā.

Pārbaudīt mācību treniņu darbu rezultātus.

Sagatavošanās sacensības Latvijas čempionātam.

2. Sacensību vieta un laiks

Sacensības notiek: Carnikavas sporta komplekss, Smilšu iela 1, Carnikava, Carnikavas pag., Ādažu nov.

Norises datums: **2024. gada 28. jūnijā plkst.12.00.**

Sacensības organizē un vada Ādažu BJSS vieglatlētikas nodaļas trenere Sandra Krūma.

Galvenais tiesnesis: Edvīns Krūms.

Sacensību sekretāre: Sandra Krūma (bernusports11@gmail.com)

3. Dalībnieki/ vecuma grupas

Sacensībās piedalās ĀBJSS vieglatlēti un uzaicinātās sporta skolas.

U14 grupa (2011.-2012. g.dz. zēni un meitenes);

U16 grupa (2009.-2010. g.dz. zēni un meitenes);

U18 grupa (2007.-2008.. g.dz. zēni un meitenes).

4. Sacensību disciplīnas

Šķēpa mešana; diska mešana un lodes grūšana.

<i>Disciplīna</i>	<i>Tehniskie nosacījumi</i>	<i>Kvalificēšanās nosacījumi</i>
Šķēpa mešana (U14 meitenes/ U14 zēni un U16 meitenes)	Rīka svars – 400 gr	Visiem dalībniekiem 3 + 8 labākie rezultāti 3 mēģinājumi finālā.
Šķēpa mešana (U16 zēni)	Rīka svars – 600g	Visiem dalībniekiem 3 + 8 labākie rezultāti 3 mēģinājumi finālā.
Šķēpa mešana (U18 jaunieši)	Rīka svars – 700g	Visiem dalībniekiem 3 + 8 labākie rezultāti 3 mēģinājumi finālā.
Šķēpa mešana (U18 jaunietes)	Rīka svars – 500g	Visiem dalībniekiem 3 + 8 labākie rezultāti 3 mēģinājumi finālā
Diska mešana (U14 meitenes/ U14 zēni un U16 meitenes)	Rīka svars – 750 gr	Visiem dalībniekiem 3 + 8 labākie rezultāti 3 mēģinājumi finālā.
Diska mešana (U16 zēni)	Rīka svars – 1kg	Visiem dalībniekiem 3 + 8 labākie rezultāti 3 mēģinājumi finālā.
Diska mešana (U18 jaunieši)	Rīka svars – 1,5g	Visiem dalībniekiem 3 + 8 labākie rezultāti 3 mēģinājumi finālā.
Diska mešana (U18 meitenes)	Rīka svars – 1kg	Visiem dalībniekiem 3 + 8 labākie rezultāti 3 mēģinājumi finālā
Lodes grūšana (U14 zēni un U16/ U18 meitenes)	Rīka svars – 3kg	Visiem dalībniekiem 3 + 8 labākie rezultāti 3 mēģinājumi finālā
Lodes grūšana (U14 meitenes)	Rīka svars – 2kg	Visiem dalībniekiem 3 + 8 labākie rezultāti 3 mēģinājumi finālā
Lodes grūšana (U16 zēni)	Rīka svars – 4kg	Visiem dalībniekiem 3 + 8 labākie rezultāti 3 mēģinājumi finālā

Lodes grūšana (U18 jaunieši)	<i>Rīka svars – 5kg</i>	<i>Visiem dalībniekiem 3 + 8 labākie rezultāti 3 mēģinājumi finālā</i>
---	-------------------------	--

5. Sportistu pieteikumi

5.1. Pieteikšanās sacensībām Latvijas Vieglatlētikas savienības (LVS) mājaslapā www.athletics.lv **tiek atvērta** no **2024. gada 20. jūnija plkst. 12:00** un **tiek slēgta** **2024. gada 27. jūnijā plkst. 12:00.**

5.2. Tie sportisti vai organizācijas, kam nav piekļuves datu LVS sistēmai, sūta savus pieteikumus (pēc klāt pievienotas formas, pielikums Nr.1) **līdz 2024. gada 26. jūnijam plkst. 12:00** uz e-pastu **bernusports11@gmail.com**

6. Iesildīšanās laukums

Sportistiem tiek ierādīta iesildīšanās vieta.

7. Vērtēšana un apbalvošana

7.1. Uzvarētājus nosaka atbilstoši Latvijas vieglatlētikas asociācijas sacensību noteikumiem.

7.2. Sacensības ir individuālas.

7.3. Apbalvošana notiek sacensību beigās.

Par dalībnieka veselību un nokļūšanu uz sacensībām atbild vecāki/aizbildņi, organizācija vai treneris, kas piesaka dalībniekus startam. Sacensību laikā uzņemtās fotogrāfijas, sacensību organizatori drīkst izmantot uzskates materiālos bez saskaņošanas ar tajās redzamajiem cilvēkiem.

N.p .k.	Vārds, uzvārds	Dz.d. d.m.g.	Starta numurs	Disciplīnas			
Zēni:							
Meitenes:							

Sporta treneris : _____

Tel.nr. _____