

NOLIKUMS CARNIKAVAS NĒGA KAUSA IZCĪŅA 2025

1. Mērķis un uzdevums

Popularizēt un attīstīt vieglatlētiķu Ādažu novadā.
Pārbaudīt mācību treniņu darbu rezultātus.
Sagatavošanās sacensības Latvijas čempionātam.
Netradicionālo vieglatlētiķas skriešanas disciplīnu popularizēšana.

2. Sacensību vieta un laiks

Sacensības notiek: Carnikavas sporta komplekss, Smilšu iela 1, Carnikava, Carnikavas pag.
Norises datums: **2025. gada 8. jūlijā plkst.17.00.**
Sacensības organizē un vada Ādažu novada pašvaldība.
Galvenais tiesnesis: Edvīns Krūms.
Sacensību sekretāre: Sandra Krūma (bernusports11@gmail.com)

3. Dalībnieki/ vecuma grupas

Sacensībās piedalās:
U16 grupa (2010.-2011. g.dz. jaunieši un jaunietes).
Pieaugušie (2007. g.dz. un vecāki vīrieši un sievietes).

4. Sacensību disciplīnas un kvalificēšanās nosacījumi

4.1. Disciplīnas:

U16 meitenes	U16 zēni	Vīrieši	Sievietes
60m	60m	60	60m
150m	150m	150m	150m
300m	300m	300m	300m
300mb	300mb	300mb	300mb
60mb	60mb		
Kārslēkšana		Augstlēkšana	
		Šķēpa mešana	
		Kārslēkšana	
		Tāllēkšana	
		4x100 m stafete	

4.2. Vieglatlētikas disciplīnu tehniskā specifikācija un kvalificēšanās nosacījumi:

<i>Disciplīna</i>	<i>Tehniskie nosacījumi</i>	<i>Kvalificēšanās nosacījumi</i>	
60 m (visām grupām)	<i>Visa distance pa savu celiņu</i>	<i>Uzreiz finālskrējieni</i>	
100 m	<i>Visa distance pa savu celiņu</i>	<i>Uzreiz finālskrējieni</i>	
150m (visām grupām)	<i>Visa distance pa savu celiņu.</i>	<i>Uzreiz finālskrējieni</i>	
300 m (visām grupām)	<i>Visa distance pa savuceliņu</i>	<i>Uzreiz finālskrējieni</i>	
300mb- 45m-35m-76.2cm (U16 jaunieši, jauniņas un sievietes)	<i>Visa distance pa savuceliņu</i>	<i>Uzreiz finālskrējieni</i>	
300mb- 45m-35m-91.4cm (vīrieši)	<i>Visa distance pa savuceliņu</i>	<i>Uzreiz finālskrējieni</i>	
60mb- 13.00-8.00-76.2cm (U16 jaunieši)	<i>Visa distance pa savuceliņu</i>	<i>Uzreiz finālskrējieni</i>	
60mb- 12.00-8.50-83.8cm (U16 jaunieši)	<i>Visa distance pa savuceliņu</i>	<i>Uzreiz finālskrējieni</i>	
4x100m stafete	<i>Visa distance pa savu celiņu</i>	<i>No vienas organizācijas var pieteikt vairākasstafešu komandas dažādās vecuma grupās</i>	
Tāllēkšana	<i>no 1 metra dēlīša</i>	<i>Visiem dalībniekiem 3 mēģinājumi + 8 labākie rezultāti 3 mēģinājumi finālā</i>	
Augstlēkšana	<i>Sākuma augstums: 1.40m</i>	<i>Latiņas pacēlumi:</i>	<i>1.40-1.45-1.50-1.55-1.60-1.65-1.68-1.71-1.74-1.77-1.80-1.82-..</i>
Kārtslēkšana (vīrieši + sievietes un U16 jaunieši)	<i>Sākuma augstums: 3.00m</i>	<i>Latiņas pacēlumi:</i>	<i>3.00-3.20-3.40-3.60-3.80-4.00-4.10- ...</i>
Šķēpa mešana	<i>Rīka svars – 800g (vīrieši) 600g (sievietes)</i>	<i>Visiem dalībniekiem 3 mēģinājumi + 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 2025. gada 20. jūnija plkst. 12:00 un tiek slēgta 2025. gada 7. jūlijā 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 2025. gada 7. jūlijam plkst. 12:00** uz e-pastu bernsports11@gmail.com

6. Dalības maksa

6.1. Dalības maksa sacensībās – **EUR 5.00** (pieci euro) – jāiemaksā biedrības kontā (ar norādi: **dalībnieka vārds, uzvārds, DALĪBAS MAKSA, līdz 07.07.2024.** Ir iespēja izrakstīt rēķinu.

Rekvizīti:

Latvijas Bērnu un Jauniešu Sporta asociācija
Reģistrācijas numurs: 40008200180 Juridiskā
Adrese: Jūras 11-1, Carnikava, LV-2163
BANKA: AS SWEDBANK
Konts: LV37HABA0551034492939
BIC/SWIFT: HABALV22

6.2. No dalības maksas atbrīvoti ĀBJSS vieglatlētikas audzēkņi.

7. Sportistu starta un iesildīšanās formas

Uz apbalvošanu dalībniekiem jāierodas sporta tērpā.

8. Sacensību numuri

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

9. Iesildīšanās laukums

Sportistiem tiek ierādīta iesildīšanās vieta.

10. Pulcēšanās vieta

Ierašanās sacensību sektorā pirms sacensību sākuma:

Skriešanas disciplīnas	15 min.
Šķēpa mešana	30 min.
Tāllēkšana	30 min.
Augstlēkšana	30 min.
Kārtslēkšana	30 min.

11. Vērtēšana un apbalvošana

11.1. Uzvarētājus nosaka atbilstoši WA sacensību noteikumiem.

11.2. Sacensības ir individuālas.

11.3. Apbalvošana notiek sacensību beigās.

11.4. Godalgoto vietu ieguvēji tiek apbalvoti ar medaļām, kā arī ar sacensību organizatoru sarūpētajām balvām.

11.5. Tīs labākie rezultāti vīriešu konkurencē un trīs labākie rezultāti sievietes konkurencē saņems balvas no SIA "Zibs" un pupumaiss.lv.

12. Sacensību rezultāti

12.1. Rezultāti tiks atspoguļoti tiešsaistes režīmā www.athletics.lv.

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

N.p.k.	Vārds, uzvārds	Dz.d.	Disciplīnas			

Sporta treneris : _____

Tel.nr. _____