APSTIPRINU:  
Siguldas Sporta skolas direktore  
\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_K.Putniņa  
2025.gada \_\_\_maijā

**NOLIKUMS**

**Siguldas Sporta skolas slēgtās sacensības vieglatlētikas daudzcīņās**

**“Uzkarsē vasaru 2025”**

**Mērķis un uzdevumi**  
1. Popularizēt vieglatlētiku bērnu vidū.  
2. Pārbaudīt mācību treniņu darba rezultātus.  
3. Iesaistīt bērnus un jauniešus mērķtiecīgā procesā.

**Vieta un laiks**  
Sacensības notiks 2025.gada 22.maijā Siguldas Pilsētas stadionā, Ata Kronvalda ielā 7.

Sacensību sākums plkst.15:00.

**Sacensību vadība**  
Pasākumu organizē Siguldas Sporta skola sadarbībā ar Siguldas Sporta skolas atbalsta biedrību.

Sacensību galvenais tiesnesis – Gunta Blūmiņa.

**Sacensību dalībnieki, programma**  
1. Sacensībās piedalās Siguldas Sporta skolas vieglatlēti.  
2. Piesakoties sacensībām, dalībnieki apliecina, ka neiebilst sacensību laikā organizatoru uzņemto fotogrāfiju izmantošanai sacensību publiskajos materiālos.  
3. Par dalībnieku veselību atbild organizācija, kura piesaka dalībniekus startam.  
4. Sacensībās piedalās Siguldas Sporta skolas audzēkņi trīs vecuma grupās:  
\* 2013.g.dz.zēniem un meitenēm sešcīņa (60m/b, tāllēkšana, augstlēkšana, lodes grūšana, šķēpa mešana, 500m),  
\* 2014.g.dz.zēniem un meitenēm sešcīņa (60m/b, tāllēkšana, augstlēkšana, lodes grūšana, šķēpa mešana, 500m),

\* 2015.g.dz.zēniem un meitenēm četrcīņa (60m, tāllēkšana, bumbiņas mešana, 500m).  
5. Dalībnieku rezultātus katrā disciplīnā sarindo secīgi, par katru rezultātu piešķirot punktus no daudzcīņas punktu tabulas. Kopvērtējumā uzvar dalībnieks ar vislielāko punktu summu.

**Apbalvošana**  
Pirmo sešu vietu ieguvēji tiks apbalvoti ar kausu un salduma balvu.

**Pieteikumi**  
Dalībnieku pieteikšana LVS sistēmā [www.athletics.lv](http://www.athletics.lv) līdz 20.maija plkst.20:00.  
Neskaidrību gadījumā zvanīt G.Blūmiņai tālr.nr.22844890.

**Sacensību nosacījumi**  
1. Bumbiņas mešanā, šķēpa mešanā, lodes grūšanā dalībnieki veic 3 mēģinājumus pēc kārtas.

2. Augstlēkšanā sākuma augstums 0,90m, latiņu paceļ par 5cm, pēc 1,25cm latiņu paceļ par 3cm.

3. 60m/b 2013.dz.g. meitenēm 12,00m/68cm/7,50m.

4. 60m/b 2013.dz.g.zēniem 13,00m/68cm/7,50m.

5. 60m/b 2014.dz.g.zēniem un meitenēm 12,00m/60cm/6,80m.

6. Tāllēkšanā 3 mēģinājumi, 2015.-2014.g.atsperas no zonas, 2013.g.no atspēriena dēlīša.